

## Sosialisasi Petanque Sebagai Olahraga Masa Kini

Ardo Okilanda<sup>1</sup>, Arisman<sup>2</sup>, Hikmah Lestari<sup>3</sup>, Muhsana El Cintami Lanos<sup>4</sup>,  
Mutiara Fajar<sup>5</sup>, Siti Ayu Risma Putri<sup>6</sup>, Sugarwanto<sup>7</sup>

Universitas PGRI Palembang<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>

E-mail Koresponden: [ardo.oku@gmail.com](mailto:ardo.oku@gmail.com)

### Abstract

The result of this sports socialization based Society Serving activity is increasing the knowledge and made the students understanding the benefits of Petanque. So, the students can produce a proud achievement against Senior High School 1 OKU, especially in sports. After the socialization, the students are expected more enthusiastic and willing to practice Petanque and can determine which sports are right to be followed in the future. All in all, the seeds of best athlete are rising since in Senior High School level.

**Keywords:** Petanque, Socialization, Senior High School

### 1. PENDAHULUAN

Pada era milenial, olahraga sudah menjadi gaya hidup dan *trend* untuk masyarakat sebagai pengerat pergaulan. Pembinaan dan pengembangan olahraga diharapkan mampu meningkatkan kualitas individu yang mengarah pada kesegaran jasmani, untuk membentuk karakter, sikap, dan mental. Pembinaan olahraga seharusnya dapat dilaksanakan secara berjenjang sesuai dengan tingkatan usia. Pembinaan olahraga tidak hanya ditujukan untuk meningkatkan kualitas fisik masyarakat saja, tetapi juga untuk

mempererat rasa persatuan dan kesatuan bangsa.

Olahraga dapat dijadikan sebagai alat untuk mengharumkan bangsa di persaingan internasional. Alasan ini menunjukkan bahwa pembinaan olahraga sangat penting dan tidak bisa diabaikan karena memiliki peranan yang sangat besar dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional. Selain itu, upaya peningkatan prestasi olahraga, perlu terus dilaksanakan pembinaan olahragawan sedini mungkin melalui pencarian dan pemantauan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan olahraga

Open Access

Artikel diterima: 12 Maret 2018; disetujui 30 April 2018



Ciptaan disebarluaskan di bawah [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).  
Dapat di Akses: <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/bagimunegeri>

prestasi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara lebih efektif serta peningkatan kualitas organisasi olahraga baik tingkat pusat maupun daerah ( Wibowo dkk : 2017). Pengembangan cabang olahraga juga didukung dengan adanya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, para pakar olahraga yang telah menemukan penemuan-pemuan baru, baik secara teoretis olahraga, teknik latihan, dan penemuan peralatan yang canggih untuk menunjang prestasi olahraga agar dapat meningkat.

Prestasi olahraga merupakan kosa kata yang mudah untuk diucapkan dan merupakan dambaan bagi siapapun. Tetapi, kenyataannya sulit untuk didapatkan tanpa adanya usaha untuk meraih prestasi. Untuk mencapai prestasi di bidang olahraga, diperlukan pembinaan yang baik. Pembinaan tersebut meliputi pembinaan fisik, teknik, taktik, dan mental. Oleh karena itu, untuk memenuhi hal tersebut pelaku olahraga harus memiliki empat komponen prestasi yang baik pada kondisi fisik dan teknik. Teknik adalah salah satu komponen yang diutamakan pada pembinaan, sebab teknik merupakan alat utama yang harus dimiliki pelaku utama dalam

meningkatkan kemampuan lainnya demi mendapatkan prestasi.

Untuk mencapai misi peningkatan prestasi olahraga maka perlu diadakan sosialisasi olahraga dengan tujuan memberikan pengetahuan dan pengalaman untuk para pelaku olahraga. Selain itu, agar pengetahuan olahraga dapat terjaga kelestariannya. Pepatah Latin mengatakan '*men sana in corpore sano*', artinya 'didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang sehat'. Apabila pelaku olahraga dapat menjaga kebugaran tubuhnya, maka para pelaku olahraga akan didiami oleh jiwa-jiwa yang sehat. Kebugaran tubuh pelaku olahraga tidak hanya mengacu pada jenjang usia tertentu saja.

Hal ini sangat penting untuk para pelaku olahraga baik yang masih berada pada usia dini maupun pada usia lanjut. Maka, sasaran utama sosialisasi kali ini akan membidik para pelaku olahraga yang mudah-mudahan dapat membidik ke segala usia. Namun, sosialisasi kali ini akan terfokus pada usia jenjang Sekolah Menengah Atas dengan acuan untuk mempersiapkan pengetahuan mengenai olahraga sebelum memasuki perguruan tinggi. Harapannya, ketika pelaku olahraga sudah lulus pada jenjang Sekolah Menengah Atas, tubuhnya sudah

siap menerima latihan olahraga. Pada sosialisasi ini berfokus pada salah satu cabang olahraga Petanque. Alasan memilih olahraga ini adalah masih sedikitnya pelaku olahraga yang mengetahui olahraga petanque.

Olahraga Petanque pertama kali masuk ke Indonesia tahun 2011 pada *event SEA Games* di Palembang (Okilanda, 2018). Petanque adalah olahraga yang berasal dari Prancis. Olahraga ini membutuhkan ketangkasan melempar bola yang terbuat dari besi metal untuk mendekati bola target yang terbuat dari kayu. Petanque dimainkan di lapangan berukuran 4 m x 15 m di atas permukaan tanah keras atau rumput.

Bentuk asli permainan ini muncul tahun 1907 di la La ciotat, di Provence, di daerah selatan Perancis. Sejarah nama Petanque berasal dari Les Ped tanco yang berarti “Kaki Rapat” (Galih: 2011). Olahraga Petanque dimainkan oleh sekitar 17 juta orang di Perancis kebanyakan pada liburan musim panas. Terdapat 375.000 pemain dengan lisensi Ari Federation Francaise de Petanque et jeu Provençal (FFPJP) dan 3000 pemain lainnya di Inggris.

Petanque termasuk olahraga baru di Indonesia, namun olahraga ini sebenarnya olahraga yang sudah tersohor (FOPI: 2011). Secara global, negara-negara yang

kuat dan konsisten jajahan Perancis adalah negara yang mengembangkan Petanque. Pada pesta olahraga SEA Games tahun 2011 di Indonesia, Petanque sudah menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan. lazimnya seperti cabang olahraga lainnya. Petanque dalam SEA Games di masukan dalam kategori olahraga Konsentrasi, mempunyai Prasyarat tertentu. Permainan ini bisa dimainkan di tanah keras atau minyak, tapi juga bisa dimainkan di rerumputan, pasir atau permukaan tanah lainnya.

Dalam olahraga Petanque atau olahraga lainnya, pelaku olahraga sangat dituntut untuk dapat memberikan penampilan terbaiknya. Hal ini tidak mudah bagi pelaku olahraga yang tidak terlatih, bahkan pelaku olahraga yang sudah terlatih seringkali mengalami kesulitan. Maka pelaku olahraga dituntut untuk bisa memberikan pengenalan alat terlebih dahulu kepada pemula melalui sosialisasi ke sekolah-sekolah guna mencari bibit pelaku olahraga yang berkualitas baik secara fisik dan pengetahuan.

Kegiatan sosialisasi ini merupakan wadah yang sangat tepat untuk siswa yang ingin mengembangkan potensi, khususnya dalam bidang olahraga Petanque. Hal ini diperlukan pengarahan

dari pihak yang bertanggung jawab didalam pendidikan khususnya bidang olahraga, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan efektif. Oleh karena itu perlu diadakan kegiatan sosialisasi. Petanque adalah permainan olahraga yang tujuannya melempar bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut *cochonnet*. Kaki pelempar juga harus berada di dalam lingkaran kecil yang sudah ditentukan. Petanque tidak sepopuler seperti olahraga lainnya. Tetapi olahraga ini mempunyai manfaat bagi penggunaanya.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di SMAN 1 Ogan Komerling Ulu dilakukan pada hari Jumat Tanggal 2 Maret 2018 di aula serbaguna yang ada pada sekolah tersebut. Acara tersebut dimulai pada pukul 08:00 WIB diawali dengan menguraikan bahwa Pengabdian pada Masyarakat (PPM) ini merupakan salah satu dari tugas pokok Dosen (Tri Darma Perguruan Tinggi) yaitu Pengajaran, Pengabdian pada Masyarakat, dan Penelitian.

Kemudian di lanjutkan dengan dengan sambutan yang di sampaikan oleh Kepala bidang Kesiswaan Beliau menyampaikan terima kasih kepada

pihak Universitas PGRI Palembang dan LPPKMK pada khususnya karena telah mempercayai SMAN 1 OKU sebagai salah satu sekolah yang memfasilitasi Dosen di Universitas PGRI Palembang untuk mengadakan Pengabdian pada Masyarakat, serta berharap juga bahwa hubungan baik yang selama ini sudah terjalin antara SMAN 1 OKU dengan Universitas PGRI Palembang dalam pengiriman mahasiswa PPL tidak hanya berjalan sampai situ, namun berlanjut ke bidang yang lain.

Selanjutnya pukul 10:00 – 10:15 (selama 15 menit) dimulai dengan presentasi pertama yang disampaikan oleh Muhsana El Cintami L, M.Pd yang berjudul Penjelasan Mengenai sejarah dan perkembangan olahraga petanque di dunia dan Indonesia. Pada pukul 10:15-10:45 (selama 30 menit) presentasi kedua disampaikan oleh Hikmah Lestari, M.Pd dan Ardo Okilanda, M.Pd. yang berjudul Penjelasan hal-hal dasar dalam Petanque dan Peralatannya. Sesi ketiga dilanjutkan dengan pada pukul 10:45-11:15 (selama 30 menit) disampaikan oleh Siti Ayu Risma Putri, M.Pd dan Mutiara Fajar, M.Pd. yang bersangkutan menerangkan tentang Penjelasan manfaat dan peraturan serta ukuran lapangan olahraga Petanque.

Sesi keempat disampaikan oleh sdr. Arisman, M. Pd dan Sugarwanto, M.Pd (selama 1 jam). Dalam sesi yang terakhir ini menyampaikan serta sekaligus melakukan praktek gerakan Petanque dari fase awal-fase utama- dan fase akhir serta ditutup dengan pemutaran Video Petanque. Selanjutnya kegiatan ini ditutup dengan evaluasi dan ucapan terima kasih dari pihak sekolah kemudian doa.

Alat-alat yang digunakan pada kegiatan ini adalah bola petanque yang terbuat dari besi dengan jumlah 12 bola, bola yang terbuat dari kayu dengan jumlah 4 bola dan meteran 1 buah. Bola besi dan bola kayu dipergunakan sebagai alat melempar ketika pemain melakukan gerakan melempar. Sedangkan meteran digunakan untuk mengukur jarak bola besi dan bola kayu pada permainan setelah bola di lempar beberapa kali oleh pemain.

Pada akhir kegiatan ini, dilakukan tanya jawab. Pada sesi tanya jawab diberikan 10 pertanyaan mencakup tentang materi-materi yang telah diberikan pada sesi sebelumnya. Sesi tanya jawab ini kemudian hasilnya dijadikan sebagai evaluasi bahwa kegiatan ini untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses kegiatan PKM berlangsung sesuai jadwal. Semua pihak yang telah berupaya sebaik mungkin sesuai kemampuan dan kondisi yang ada. Kegiatan ini dirasakan sangat perlu, namun diharapkan terdapat peningkatan dalam berbagai aspek sehingga pada kegiatan yang akan datang akan menjadi lebih baik dari pada yang terjadi saat ini.

Pada inti dari kegiatan ini, siswa diberikan pengarahan mengenai olahraga petanque oleh salah satu pemateri. Pemateri memaparkan pengetahuan yang dimulai dari sejarah petanque, bagaimana cara membuat lapangan petanque, jenis-jenis bola petanque, peraturan permainan dan teknik lemparan. Pada tahap ini, siswa diminta untuk memperhatikan dengan cermat mengenai pemaparan yang disampaikan oleh pemateri. Siswa diberikan kopi materi berupa lembaran kertas yang dipaparkan pada kegiatan ini agar memberikan kemudahan untuk siswa dalam menyimak pemateri.



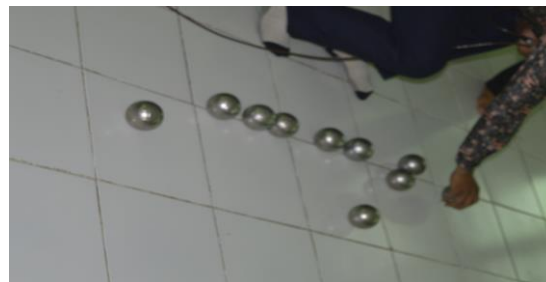
**Gambar 1. Pembukaan Materi Petanque**

Pada tahapan selanjutnya di kegiatan ini, siswa diberi kesempatan untuk melihat, mengamati dan mempraktikkan bagaimana cara memegang bola. Siswa diberi pengetahuan bagaimana cara memegang bola besi dan bola kayu. Pada praktik memegang bola besi dan bola kayu tentu memiliki perbedaan karena berat dari jenis bola yang berbeda. Hal ini akan mempengaruhi bagaimana cara melempar dan mengukur kekuatan dalam melempar bola dalam membidik sasaran.



**Gambar 2. Praktik Melempar Bola Petanque**

Pada tahap selanjutnya, siswa dapat melihat bentuk bola petanque. Siswa juga diminta untuk dapat ikut serta mempraktikkan permainan petanque. Siswa dapat melihat bola petanque dan memulai praktik permainan petanque dengan menggunakan bola yang telah disediakan oleh pemateri.



**Gambar 3. Bola Petanque**

Selain itu, siswa juga diberi pengarahan bagaimana fase-fase dalam permainan petanque. Fase pada permainan ini dimulai dengan fase awal. Posisi ini, siswa diminta untuk mengikuti sikap sempurna dalam memulai permainan. Siswa juga diberi pengarahan bagaimana cara memegang bola yang benar pada fase awal. Bola yang dipakai pada fase ini merupakan bola besi.



**Gambar 4. Fase Awal Permainan Petanque**

Pada fase selanjutnya adalah fase utama. Pada fase ini pemain melakukan lemparan bola. Tangan sudah berada diatas. Posisi tangan lebih tinggi dari

rata-rata bahu. Bola dapat dilepaskan pada saat berada di puncak tangan tertinggi. Lemparan diarahkan pada sasaran bola kayu. Bola kayu adalah pusat sasaran bola besi yang akan dilemparkan. Pada permainan ini, poin akan didapatkan apabila bola besi yang dilemparkan lebih dekat dengan bola kayu. Lemparan dilakukan oleh pemain secara bergantian dengan bola besi masing-masing ke arah satu pusat sasaran yang sama. Pemenang pada permainan ini adalah pemain yang dapat mendekati bola kayu dengan jarak yang paling dekat. Pada permainan ini, bola besi diperbolehkan mengenai bola kayu.



**Gambar 5. Fase Utama**

Berdasarkan hasil tanya jawab kepada peserta selama kegiatan berlangsung, dapat diketahui bahwa permainan petanque merupakan olahraga baru untuk seluruh peserta. Belum ada

satu siswa yang pernah mengetahui apa dan bagaimana cara melakukan permainan petanque. Menurut beberapa siswa, petanque merupakan olahraga yang menyenangkan dan mudah dilakukan. Petanque termasuk pada kategori olahraga dengan tuntutan yang santai dan tidak begitu tinggi walaupun ketika berada pada posisi kompetisi.

Namun, beberapa siswa lainnya menyatakan bahwa permainan ini membosankan. Petanque hanya sedikit melakukan gerakan. Pada kegiatan ini juga diberikan bagaimana cara menikmati olahraga petanque agar lebih menyenangkan karena Petanque dapat melatih fisik, menumbuhkan rasa percaya diri, melatih keseimbangan, konsentrasi, kesabaran dan emosi.

#### **4. KESIMPULAN**

Setelah diadakannya sosialisasi ini diharapkan para pelaku olahraga dapat lebih semangat dan mau berolahraga khususnya berlatih olahraga Petanque. Selain itu, pelaku olahraga dapat menentukan olahraga mana yang tepat untuk menjadi fokus di masa yang akan datang sesuai dengan potensi dan keterampilan yang dimiliki.

Hasil akhir dari penyelenggaraan kegiatan PKM ini adalah bertambahnya pengetahuan dan pemahaman siswa

terhadap manfaat olahraga Petanque dan dapat mengaplikasikan kedepannya sehingga dapat menghasilkan prestasi yang membanggakan terhadap SMAN 1 OKU khususnya dalam bidang olahraga. Harapan yang dapat muncul pada masa mendatang adalah pengembangan potensi olahraga dalam aspek lainnya, sehingga pendidikan olahraga di Indonesia dan khususnya Provinsi Sumatera Selatan semakin berkembang dan dapat meraih prestasi baik di kompetisi nasional maupun internasional.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- FOPI. (2011). *Olahraga Petanque*. Jakarta: PB. FOPI.
- Galih, Trendy. (2011). Olahraga Petanque. Tersedia di [Trendygalih.com/2011/11/olahraga-Petanque/](http://Trendygalih.com/2011/11/olahraga-Petanque/). Diakses tanggal 11 Januari 2018.
- Okilanda, A. (2018). Revitalisasi Masyarakat Urban/Perkotaan Melalui Olahraga Petanque. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 1(1).
- Wibowo, K., Hidayatullah, M. F., & Kiyatno, K. (2017). Evaluasi Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket di Kabupaten Magetan. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 9-15.