Journal Transformation of Mandalika
https://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jtm
Vol. 6, No. 10, 2025
e-ISSN: 2745-5882, p-ISSN: 2962-2956
hh. 515-522

Tes kemampuan *pointing high lob* atlet petanque di club DBL lombok timur tahun 2025

Putra Pratama[1*],Susi Yundarwati[2],Jamaludin[3]
[1,2,3]Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehataan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika
*Corresponding Author e-mail: Pratamaputra5174@gmail.com

Abstract
Problem statement this research The sport of petanque aims to get closer to a target called a jack. The pointing high lob throw is effectively used on all terrains and all distances in the petanque game. So the researcher aims to determine the level of High Lob pointing ability and consistency of East Lombok DBL petanque athletes.This type of research is descriptive with quantitative research methods. The sample from this study consisted of 12 DBL East Lombok petanque athletes. Data collection in this study carried out a test with a fixed target pointing instrument which had been tested for validity of 0.783 and reliability of 0.756. The data analysis technique uses Anas Sudijono's 5 scales of research norms.The research results showed that the overall average pointing high lob distance of DBL East Lombok male petanque athletes at a distance of 6 meters was an average point of 11.9 (79%) in the very good category, a distance of 7 meters had an average point of 9.7 (67%) in the good category, a distance of 8 meters had an average of 10 points (67%) in the good category, a distance of 9 meters had an average of 8.3 points (55%) in the good category. And the results for female athletes were produced at a distance of 6 meters, namely an average of 9.9 points was produced in the very good category with a percentage of 66%, at a distance of 7 meters an average of 8.3 points was produced in the good category with a percentage of 55%, at a distance of 8 meters an average of 7.7 points was produced in the good category with a percentage of 51%, at a distance of 9 meters an average of 5.6 points was produced in the fair category with a percentage of 37%.The results of the tests carried out by DBL East Lombok.
***Keywords**: Ability Test, Pointing High Lob, Petanque Athlete*

Abstrak
Masalah penelitian ini adalah Olahraga *petanque* bertujuan untuk mendekatkan kepada target yang dinamakan *jack*. Lemparan pointing high lob efektif digunakan pada semua medan lapangan dan semua jarak pada permainan petanque. Jadi peneliti bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan dan konsistensi *pointing High Lob* atlet petanque DBL Lombok Timur.Jenis penelitian ini deskriptif dengan metode penelitian kuantitatif. sampel dari penelitian ini berjumlah 12 atlet petanque DBL Lombok Timur. Pengambilan data dalam penelitian ini, melakukan tes dengan instrumen pointing target tetap yang telah diuji validitas sebesar 0,783 dan reliabilitas sebesar 0,756. Teknik analisis data menggunakan 5 skala batasan norma penelitian Anas Sudijono.Hasil penelitian rata-rata keseluruhan jarak *pointing high lob* atlet petanque putra DBL Lombok Timur pada jarak 6 meter yaitu rata-rata point 11,9 (79%) pada kategori baik sekali, jarak 7 meter rata-rata point 9,7 (67%) pada kategori baik, jarak 8 meter rata-rata point 10 (67%) pada kategori baik, jarak 9 meter rata-rata point 8,3 (55%) pada kategori baik. Dan hasil untuk atlet putri dihasilkan pada jarak 6 meter yaitu dihasilkan rata-rata point 9,9 pada kategori baik sekali dengan presentase 66%, pada jarak 7 meter dihasilkan rata-rata point 8,3 pada kategori baik dengan prsentase 55%, pada jarak 8 meter yaitu dihasilkan rata-rata point 7,7 pada kategori baik dengan presentase 51%, pada jarak 9 meter dihasilkan rata-rata point 5,6 pada kategori cukup dengan presentase 37%Hasil tes yang telah dilakukan oleh atlet petanque DBL Lombok Timur.
***Kata Kunci** : Tes Kemampuan, Pointing High Lob, Atlet Petanque*

How to Cite: Putra Pratama,Susi Yundarwati,Jamaludin..(2025). Tes kemampuan *pointing high lob* atlet petanque di club DBL lombok timur tahun 2025. *Journal Transformation of Mandalika,* E-ISSN: 2745-5882, P-ISSN: 2962-2956 , 4(8), 515-522.

https://doi.org/10.36312/jtm.v4i8.6397

Copyright©2025, Author (s)
This is an open-access article under the CC-BY-SA License.

PENDAHULUAN

Olahraga Petanque merupakan olahraga yang mudah dan dapat dimainkan oleh siapapun. Gilles (2015:132) mengatakan bahwat *actically, Petanque is simple game*. Petanque merupakan olahraga yang dapat dimainkan oleh semua umur dari muda hingga orang tua karena dalam olahraga ini tidak dituntut untuk melakukan gerakan yang sulit dan membutuhkan banyak energi. Hasil penelitian yang dilakukan Laoruengthana (2009) menyebutkan bahwa Petanque

mempunyai kecenderungan mengalami cedera sangat kecil sehingga akan lebih aman untuk dimainkan oleh anak kecil bahkan orang yang sudah menginjak pada lanjut usia.

Olahraga petanque adalah olahraga tradisional yang berasal dari negara perancis dan di wadahi oleh induk olahraga bernama *Fédération Internationale de Pétanque et Jeu Provençal* (FIPJP). Perkembangan olahraga ini sudah semakin masif diseluruh dunia termasuk di Indonesia. Perkembangan olahraga petanque di dalam negeri begitu menggeliat terbukti dengan masifnya olahraga ini dilakukan di dalam negeri misalnya saja di Jawa Tengah (Suwanto, 2019). Seperti lazimnya olahraga prestasi lainnya, pada olahraga petanque juga beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain diantaranya kemampuan *pointing* dan *shooting* (Suwiwa et al., 2022). Kemampuan tersebut memiliki fungsinya masing-masing dimana kemampuan *shooting* secara umum untuk menjauhkan bola lawan dari boka atau disebut bola kayu dan teknik *Pointing* yang baik apabila bosi dapat dekat dengan boka dan lebih dekat dari bosi lawan, yang mana dapat menguntungkan dalam permainan. Penguasaan teknik dasar permainan petanque perlu diutamakan dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal. Salah satu permasalahan yang penting dalam olahraga petanque adalah tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar dalam olahraga petanque adalah pointing (Syarafina and Awang 2022). Kemampuan *shooting* biasanya lebih digunakan untuk menyerang lawan sehingga tidak bisa mendapatkan poin sehingga dapat dikalahkan.

Olahraga petanque yang ada di kabupaten Lombok timur dan dibentuk kepengurusannya di tingkat kabupaten yaitu Federasi Olahraga Petanque Indonesia Kabupaten Lombok timur pada tanggal 21 november 2019. FOPI Lombok timur memiliki 17 atlet dan 2 pelatih serta 2 wasit yang memiliki lisensi. Prestasi yang diperoleh tim petanque Kabupaten Lombok timur cukup memuaskan walaupun umurnya 6 tahun pendirian. Tim petanque Lombok timur berhasil mendapatkan medali emas, Perak dan prunggu dari nomor single woman dan single man, shooting man, double mix dan beregu putra pada bulan Maret tahun 2023 mengikuti Porprov Nusa Tenggara Barat.

Pembinaan prestasi merupakan upaya yang dilakukan secara terencana dan sistematis dalam mengembangkan atlet yang memiliki bakat, kemampuan serta potensi sebagai olahragawan secara berjenjang dan berkelanjutan. Pembinaan prestasi dimulai sejak dini, Penjaringan atlet berbakat dalam olahraga harus menjadi perhatian pada setiap cabang olahraga. Sebagian besar penjaringan atlet berbakat olahraga semestinya dilakukan pada tingkat junior, sehingga lebih dini dapat diketahui bakat olahraganya. Dalam olahraga, pemanduan bakat sangat penting untuk (1) menemukan calon atlet berbakat, (2) memilih calon atlet pada usia dini, (3) memonitor secara terus menerus, dan (4) membantu calon atlet menuju ke langkah penguasaan yang tertinggi (Furqon dan Muchsin, 1999). Pembinaan prestasi tigkat pelajar perlu adaya kerjasama antar *stekholder* seperti pengprov FOPI NTB, FOPI Kabupaten Lombok timur serta Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga guna mendukung prestasi cabang olahraga petanque khususnya di daerah kabupaten Lombok timur. Sosialisasi ditingkat jenjang pendidikan adalah salah satu bentuk pembinaan prestasi khususnya cabang olahraga petanque yang tergolong baru dan belum banyak orang tau mengenai olahraga tersebut.

Studi mengenai beberapa analisis tahun terakhir mendalam tentang keterampilan dasar olahraga petanque memang belum banyak dilakukan. Studi yang banyak dilakukan dalam olahraga petanque misalnya saja analisis gerak *pointing*, pada studi ini lebih menekankan mengenai kemampuan gerak pointing yang ditinjau dari aspek teknik pointing yang dilakukan (Bustomi and Hidayah, Taufiq 2020). Penelitian lain yang dilakukan oleh (Sutrisna, Asmawi, and Pelana 2018) yang mencoba membuat model latihan untuk dapat digunakan oleh pemula dalam melakukan latihan *shooting* dalam olahraga petanque. Selain itu penelitian yang menggunakan mekanisme analisis mendalam terhadap teknik dasar olahraga petanque adalah penelitian yang dilakukan oleh (Eko Cahyono and Nurkholis 2018) yang menganalisis gerak *back swing* dan release *shooting carreau* dengan jarak tembakan sejauih 7 meter. Penelitian uji efektifitas alat tertentu pada peningkatan akurasi *shooting* juga telah dilakukan oleh (Lubis and Permadi 2023) Dari berbagai penelitian tersebut belum melakukan analisis secara menyeluruh mengenai kemapuan dasar atlet sehingga perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah melakukan analisis mendalam pada keseluruhan teknik dasar olahraga petanque.

Menurut buku dari Ramdan Pelana et al., (2020:13) keterampilan dasar olahraga petanque adalah melempar, terdapat dua jenis lemparan dalam olahraga petanque yaitu *pointing* dan *shooting*, dimana kedua teknik lemparan tersebut memiliki peran masing-masing. Teknik pointing adalah teknik melemparkan bosi sedekat mungkin dengan boka. Sedangkan teknik *shooting* adalah teknik lemparan menembak yang tujuannya untuk menyingkirkan bosi lawan. Menurut (Primayanti and Shooting 2020) Pemain harus menyempurnakan keterampilan melempar untuk bermain petanque. Pada dasarnya, bermain petanque membutuhkan ketangkasan. Dalam permainan petanque, lemparan biasanya dilakukan dengan menggunakan gerakan parabola, dengan konsistensi energi yang diterapkan selama lemparan dan sudut lemparan berfungsi sebagai faktor penentu seberapa jauh bola akan bergerak secara 4 horizontal. Selain itu, dengan memperkuat otot-otot keseimbangan tubuh, seseorang dapat menjaga konsistensi arah lemparan

Faktor penting yang mempengaruhi dan dibutuhkan oleh pemain petanque adalah teknik dasar bermain petanque yang harus dikuasai pemain dengan baik, biasanya teknik yang pertama diajarkan untuk pemain pemula yaitu teknik *pointing*. Teknik *pointing* dalam olahraga petanque merupakan induk permainan dan sangat penting, sehingga setiap pemain harus menguasai dengan baik, karena teknik pointing merupakan lemparan awal saat pertandingan dimulai, teknik pointing juga dapat sebagai taktik strategi pola permainan, dan sebagai penentu kemenangan dalam pertandingan. Teknik pointing dapat dilakukan dengan posisi jongkok atau berdiri. Pointing yang baik apabila dapat mendekatkan bosi sedekat mungkin dengan boka dan lebih dekat dari bosi lawan, hal ini dapat dipengaruhi oleh penguasaan teknik dasar yang baik. Penguasaan teknik dasar permainan petanque perlu diutamakan dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal. Salah satu permasalahan

yang penting dalam olahraga petanque adalah tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar pointing (Bustomi et al., 2020). Teknik pointing yang efektif dapat membantu seorang atlet untuk mengarahkan bola bosi ke target atau boka dengan tepat

Terdapat tiga jenis lemparan pointing yaitu roll (menggelinding), half lob (melambung sedang), dan high lob (melambung tinggi) (Yuliasih 2016).Roll adalah melempar bosi kurang dari 3 (tiga) meter dari lingkaran, dimana bosi tersebut menggelinding sepanjang arena mendekati boka target. *Half lob* adalah melempar bosi sedikit lebih tinggi membentuk kurva dan bosi jatuh serta menggelinding ke boka target. Sedangkan *High lob* adalah melempar bosi lebih tinggi vertikal dan bosi jatuh serta menggelinding ke boka target. biasanya pemain juga menggunakan teknik *pointing high lob* karena sangat efektif ketika berhasil, terutama di medan yang kasar dan tidak rata atau di mana ada bosi lawan yang menghalangi jalan. Sehingga kedua teknik ini lebih banyak digunakan oleh atlet pada saat bermain olahraga petanque (Kharim and Nurkholis 2018)

Penelitian ini diharapkan akan menjadi pijakan awal secara menyeluruh dalam melakukan penentuan program latihan atlet DBL petanque Club Lombok Timur juga sebagai masukan bagi atlet dan pelatih mengenai teknik dasar yang mungkin dibutuhkan perbaikan lebih lanjut, sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat keterampilan bermain olahraga petanque atlet DBL Petanque Club Lombok Timur ditinjau dari keterampilan yakni pointing. Pemilihan komponen tersebut dilakukan karena kemampuan *pointing* dalam permainan petanque adalah keterampilan utama sehingga memang sudah seharusnya di kuasai oleh atlet. Seperti tujuan permainan petanque adalah mendekatkan bosi dengan boka atau disebut dengan teknik pointing.

Dalam pembinaan atlet didaerah lombok timur dimulai dari tingkat pelajar, adanya DBL Petanque Club dibawah naungan FOPI Lombok Timur adalah salah satu penunjang pembinaan prestasi FOPI Lombok Timur, Dari hasil pengamatan yang dilakukan ditemukan bahwa salah satu wadah pembinaan olahraga petanque yang meng-agendakan pembinaan prestasi adalah KONI kabupaten Lombok Timur melalui usaha Federasi Olahraga Petanque Indonesia Lombok Timur yang melakukan aktivitas latihannya di lapangan petanque MA Halimatussadiyah NW lendang nangka Dalam upaya meningkatkan prestasi atlet dan pelatih petanque di Lombok Timur dapat dilakukan dengan melihat secara produktif keterampilan teknik *pointing*. Seperti tujuan permainan petanque adalah mendekatkan bosi dengan boka atau disebut dengan teknik *pointing*. Pemilihan komponen tersebut dilakukan karena kemampuan *pointing* dalam permainan petanque adalah keterampilan utama sehingga memang sudah seharusnya di kuasai oleh atlet. Sebagai kunci awal dalam permainan maka peneliti akan melakukan penelitian untuk mengetahui kemampuan pointing *High Lob* atlet DBL Petanque Club Lombok Timur.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul " Tes Kemampuan *Pointing High Lob* Atlet Petanque Di Club DBL Lombok timur Tahun 2025 ".

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode penelitian kuantitatif. Data kuantitatif dari penelitian ini diperoleh dari hasil nilai tes *pointing* yang diperoleh oleh setiap atlet lalu diolah dan diterjemahkan hingga mengetahui Tes Kemampuan *Pointing High Lob* Atlet Petanque Di Club DBL Lombok timur tahun 2025.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah seluruh individu yang menjadi subjek penelitian yang nantinya akan dikenai generalisasinya". Sedangkan menurut (N Suriani,2023) bahwa : "populasi adalah keseluruhan subjek penelitian". Jadi yang dimaksud dengan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh subjek dan objek yang dikenakan penelitian. Subjeknya adalah seluruh atlet petanque DBL Club Lombok Timur, yang berjumlah 12 orang 6 atlet putra dan 6 atlet putri.

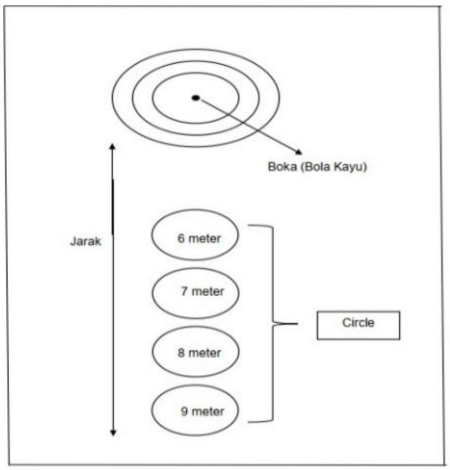
Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik "*total sampling*". Menurut Sugiyono (2019) Sampling jenuh adalah teknik pemilihan sampel apabila semua anggota populasi dijadikan sampel. Jadi dalam penelitian ini yang digunakan sebagai sampel penelitian yaitu semua atlet petanque DBL Club Lombok Timur yang berjumlah 12 Atlet.

Lokasi Penelitian Subyek penelitian ini yaitu atlet petanque DBL Lombok Timur, Pengambilan data penelitian ini akan dilaksanakan di lapangan petanque FOPI Lombok Timur. Pada hari minggu 6-7 agustus 2025. Lokasi penelitian adalah tempat atau objek untuk diadakan suatu penelitian. Lokasi penelitian ada di Lapangan Petanque petanque FOPI Lombok Timur.

Waktu Penelitian Waktu yang digunakan peneliti untuk penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal dikeluarkannya ijin penelitian dalam kurun waktu kurang lebih 2 (dua) bulan, penelitian pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 6-7 Agustus 2025 dan 1 bulan pengolahan data yang meliputi penyajian dalam bentuk skripsi dan proses bimbingan berlangsung

Instrumen Penelitian dan Prosedur Pengumpulan Data

Instrumen penelitian merupakan alat ukur yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan. Menurut Maksum (2009), instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data secara sistematis dan objektif.



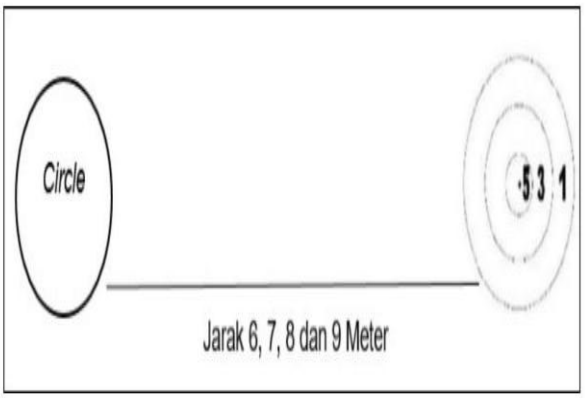
Gambar 3. I instrumen penelitian
Sumber: Nur Fathoni (2021)

Tes kemampuan pointing high lob ini dilakukan pada empat jarak, yaitu 6 meter, 7 meter, 8 meter, dan 9 meter. Setiap atlet melakukan tiga kali lemparan pada masing-masing jarak, dan setiap hasil lemparan diberi skor berdasarkan ketepatan bola (bosi) terhadap target (boka).

instrumen dalam suatu penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan. Dalam buku metode penelitian dijelaskan bahwa instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian (Maksum, 2009).

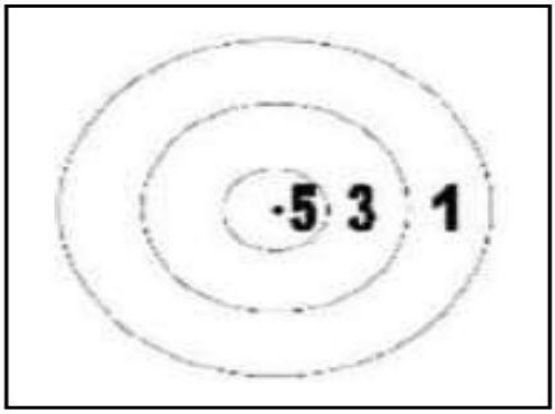
Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen tes kemampuan hasil lemparan *pointing High Lob*. Tes ini bertujuan untuk mengukur tingkat keterampilan atlet.

a. lemparan poinnya dicatat kemudian jumlah poin di totalkan semuanya



Gambar 3. 2 Sasaran Penilaian Ketepatan Pointing
Keterangan gambar :

2. Lingkaran nomor I diameter 100 cm
3. Lingkaran nomor 3 diameter 70 cm
4. Lingkaran nomor 5 diameter 40 cm



Gambar 3. 3 Letak skor pada lapangan

Keterangan gambar :

1. Skor 5 jika bola dalam lingkaran nomor 5
2. Skor 3 jika bola dalam lingkaran nomor 3
3. Skor I jika bola dalam lingkaran nomor I
4. Skor 0 jika bola berada di luar garis lingkaran yang ditentukan.
5. Jarak circle ke boka 6 meter, 7 meter, 8 meter, dan 9 meter

Dasar Teori Validitas Instrumen

Jenis validitas yang umum digunakan dalam penelitian keterampilan olahraga adalah **validitas isi** (***content validity***), yaitu penilaian kesesuaian instrumen berdasarkan analisis ahli terhadap indikator-indikator yang diukur. Instrumen dinyatakan valid apabila nilai koefisien validitas memenuhi kriteria minimal yang ditetapkan (Azwar, 2012).

Reliabilitas adalah tingkat konsistensi suatu instrumen dalam menghasilkan data pada pengukuran yang berulang. Menurut Arikunto (2019), reliabilitas menunjukkan sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya dan menunjukkan hasil yang stabil apabila diukur kembali pada kondisi yang sama. Dalam penelitian tes kinerja, salah satu teknik yang dapat digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah **uji konsistensi internal** maupun **uji test-retest**, yaitu pengukuran ulang untuk melihat kestabilan hasil tes. Menurut Guilford (1956), koefisien reliabilitas dengan nilai ≥ 0,70 sudah menunjukkan kategori reliabel.

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Instrumen tes pointing high lob yang digunakan dalam penelitian ini telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas. Berdasarkan hasil perhitungan, instrumen memperoleh nilai **validitas sebesar 0,783**, yang menunjukkan bahwa instrumen berada dalam kategori **valid**.

Selain itu, hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai sebesar **0,756**, yang berarti instrumen termasuk dalam kategori **reliabel** karena nilai koefisiennya berada di atas batas minimal 0,70. Dengan demikian, instrumen tes pointing high lob layak digunakan untuk mengukur kemampuan atlet dalam penelitian ini.

Teknik Pengumpulan Data

Kegiatan pendekatan pada subjek peneliti dilakukan tanpa mengalami kesulitan karena antara peneliti dengan subjek peneliti telah mengadakan persetujuan, sehingga terjalin kerja sama dan saling pengertian dengan baik (Arikunto,1998).

Adapun metode pengumpulan data yang di gunaka dalam penelitian ini adalah sebagai berikut (1). Metode Tes Perbuatan (2). Dokumentasi.

Teknik Analisis Data, Persiapan. Tabulasi, Data yang diperoleh dari setiap skor tes merupakan data mentah, kemudian skor mentah tersebut diubah menjadi nilai dengan melihat data mentah setiap tes yang dinilai atlet sangat baik, baik, sedang, buruk dan sangat baik. kelas, tidak cukup.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan pointing high lob atlet petanque DBL Lombok Timur tahun 2025 berada pada kategori baik secara keseluruhan, baik untuk atlet putra maupun putri. Peningkatan nilai pada setiap jarak menunjukkan bahwa atlet telah memiliki pemahaman teknik dasar yang cukup baik, khususnya dalam mengatur ayunan lengan, ketinggian lemparan, dan kontrol bola saat melakukan pointing high lob.

Pada jarak 6 meter, atlet putra memperoleh skor rata-rata 11,9 (78,87%) yang masuk dalam kategori *baik sekali*, sedangkan atlet putri memperoleh skor rata-rata 9,9 (65,52%) dengan kategori *baik*. Hasil ini menunjukkan bahwa pada jarak dekat, para atlet relatif lebih stabil dan mampu mengontrol arah serta kekuatan lemparan dengan baik. Jarak 6 meter merupakan jarak paling dasar dalam pertandingan petanque, sehingga kemampuan pada jarak ini menjadi indikator awal ketepatan teknik high lob yang sudah dikuasai atlet.

Pada jarak 7 meter, kemampuan atlet masih berada pada kategori *baik*, baik pada kelompok putra maupun putri. Meskipun jaraknya bertambah, konsistensi akurasi masih dapat dipertahankan. Hal ini selaras dengan teori Pelana et al.

(2020) yang menyatakan bahwa keberhasilan pointing high lob dipengaruhi oleh koordinasi lengan, pengaturan sudut lempar, dan kestabilan tubuh saat pelepasan bola. Semakin baik penguasaan teknik dasar, semakin kecil penurunan akurasi meskipun jarak bertambah.

Pada jarak 8 meter, performa atlet masih berada pada kategori *baik*, baik untuk putra maupun putri. Namun, persentase presentasi mulai menunjukkan adanya sedikit penurunan. Hal ini wajar karena teknik high lob pada jarak lebih jauh membutuhkan power, kontrol ayunan, dan presisi yang lebih tinggi. Menurut Bustomi & Hidayah (2020), biomekanik lemparan pada teknik high lob menuntut keselarasan antara kekuatan lengan, sudut elevasi lemparan, dan kestabilan tubuh. Jika salah satu komponen kurang optimal, maka ketepatan bola terhadap boka cenderung menurun.

Pada jarak 9 meter, hasil penelitian menunjukkan penurunan lebih signifikan terutama pada atlet putri, yang rata-ratanya berada pada kategori *cukup*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin jauh jarak lemparan, semakin besar tantangan bagi atlet dalam mempertahankan akurasi. Pada jarak jauh, lemparan high lob memerlukan kekuatan tambahan sambil tetap menjaga tinggi parabola dan kontrol jatuhan bola. Menurut analisis biomekanik yang dikemukakan Helmi et al. (2024), kombinasi koordinasi, kekuatan lengan, dan timing adalah aspek krusial dalam menjaga konsistensi akurasi pada lemparan jarak jauh.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Zainuddin et al. (2022) serta penelitian-penelitian sebelumnya yang menekankan bahwa teknik pointing, terutama high lob, merupakan keterampilan dasar yang sangat menentukan dalam permainan petanque. Tingkat ketepatan lemparan merupakan faktor kunci dalam strategi dan penentuan skor, sehingga penguasaan teknik ini menjadi dasar penting dalam pembinaan prestasi atlet.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa atlet petanque DBL Lombok Timur telah memiliki kemampuan teknik pointing high lob yang baik pada berbagai jarak. Namun, variasi kemampuan pada jarak yang lebih jauh mengindikasikan perlunya latihan yang lebih intensif pada aspek kekuatan lengan, koordinasi gerak, serta kontrol parabola lemparan. Penggabungan antara latihan teknik dan latihan fisik, sebagaimana disarankan oleh penelitian sebelumnya, dapat membantu atlet meningkatkan performa secara lebih optimal.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa kemampuan pointing high lob atlet DBL Lombok Timur sudah berada pada kategori baik, namun tetap memerlukan pengembangan lebih lanjut terutama pada konsistensi jarak jauh. Latihan terstruktur yang berfokus pada teknik, akurasi, dan stabilitas tubuh akan membantu atlet mencapai performa yang lebih maksimal dan kompetitif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai tes kemampuan pointing high lob atlet petanque DBL Lombok Timur tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa **tingkat kemampuan pointing high lob para atlet berada pada kategori baik secara keseluruhan**. Pada jarak 6 meter, atlet putra maupun putri menunjukkan kemampuan paling optimal dengan kategori *baik* hingga *baik sekali*. Pada jarak 7 dan 8 meter, kemampuan atlet tetap stabil serta berada dalam kategori *baik*, yang menunjukkan bahwa teknik dasar pointing high lob telah dikuasai dengan cukup baik oleh sebagian besar atlet.

Namun, pada jarak 9 meter terjadi penurunan akurasi, terutama pada atlet putri yang mencapai kategori *cukup*. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan jarak lemparan membutuhkan kontrol teknik, kekuatan lengan, dan koordinasi yang lebih baik. Meskipun demikian, hasil penelitian secara keseluruhan menegaskan bahwa atlet DBL Lombok Timur mampu mempertahankan kemampuan pointing high lob pada kategori baik dan memiliki potensi untuk berkembang lebih optimal melalui latihan yang terarah dan berkelanjutan.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa **kemampuan pointing high lob atlet DBL Lombok Timur sudah berada pada level yang baik**, namun tetap memerlukan peningkatan terutama pada jarak lemparan yang lebih jauh melalui latihan teknik dan peningkatan kondisi fisik pendukung.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kemampuan pointing high lob atlet petanque DBL Lombok Timur tahun 2025, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. **Bagi Atlet**
   Atlet disarankan untuk terus meningkatkan kemampuan teknik pointing high lob, terutama pada jarak 9 meter di mana masih terlihat penurunan akurasi. Latihan yang berfokus pada kontrol parabola lemparan, kekuatan lengan, serta stabilitas tubuh akan sangat membantu meningkatkan performa.
2. **Bagi Pelatih**
   Pelatih diharapkan dapat menyusun program latihan yang lebih terarah dan spesifik, terutama pada teknik high lob jarak jauh. Latihan yang menggabungkan aspek teknik dan fisik seperti koordinasi, keseimbangan, dan power lengan dapat memberikan hasil yang lebih optimal.
3. **Bagi Club DBL Lombok Timur**
   Club diharapkan dapat menyediakan waktu latihan tambahan dan sarana pendukung yang lebih lengkap agar proses pembinaan berjalan lebih maksimal. Selain itu, evaluasi berkala terhadap kemampuan teknik dasar atlet perlu dilakukan untuk mengetahui perkembangan serta aspek yang perlu diperbaiki.
4. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi kemampuan pointing, seperti kondisi fisik, biomekanik gerak, atau penggunaan model latihan tertentu, sehingga dapat memperkaya referensi ilmiah dalam cabang olahraga petanque.

DAFTAR PUSTAKA

1. Akbari, H., Abdoli, B., Shafizadeh, M., Khalaji, H., Hajihosseini, S., & Ziaee, V. (2009). The effect of traditional games in fundamental motor skills development in 7-9 year old boys. *Iranian Journal of Pediatrics*, *19*(2), 123-129.
2. Amelia, R. (2023). Analisis prestasi belajar siswa dalam proses pembelajaran penjasorkes. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, *5*(2), 595-604. https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.13452
3. Aulia, N., Sya, H., & Imran, A. (2026). Pengaruh latihan lari kijang jarak 60 meter terhadap peningkatan kecepatan lari 100 meter pada atlet sprinter atlet atletik PPLP NTB. *Journal Transformation of Mandalika*, *4*(8), 330-335. https://doi.org/10.36312/jtm.v4i8.3378
4. Budi, A. S., & Setiawan, H. (2024). Analisis keamanan jaringan menggunakan metode Intrusion Detection System (IDS). *Jurnal Sistem Informasi*, *15*(1), 12-20. https://doi.org/10.21609/jsi.v15i1.1234
5. Bustomi, A. O., & Hidayah, T. (2020). Analisis teknik pointing pada olahraga petanque. *Journal Sport Area*, *5*(1), 65-75. https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5(1).4617
6. Cahyono, R. E., & Nurkholis. (2018). Analisis backswing dan release shooting carreau jarak 7 meter olahraga petanque pada atlet Jawa Timur. *Jurnal Prestasi Olahraga*, *1*(1), 1-5.
7. Chen, X., Cheng, G., & Xie, H. (2020). Artificial intelligence in education: A review. *IEEE Access*, *8*, 75264-75278. https://doi.org/10.1109/ACCESS.2020.2988510
8. Dunn, R. C. (2015). Advanced techniques in volleyball serving. *Journal of Sports Sciences*, *20*(3), 45-60. https://doi.org/10.1080/026404102317284754
9. Fitriani, L. (2023). Pengembangan media pembelajaran berbasis augmented reality untuk siswa sekolah dasar. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, *10*(1), 55-67. https://doi.org/10.21831/jitp.v10i1.54321
10. Ghavifekr, S., & Rosdy, W. A. W. (2015). Teaching and learning with technology: Effectiveness of ICT integration in schools. *International Journal of Research in Education and Science*, *1*(2), 175-191. https://doi.org/10.21890/ijres.08352
11. Gunawan, I., & Rini, D. S. (2021). Pengaruh literasi digital terhadap kinerja guru di era revolusi industri 4.0. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, *16*(2), 112-125. https://doi.org/10.23917/jmp.v16i2.13579
12. Hanief, Y. N., & Sugito, S. (2015). Membentuk gerak dasar pada siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, *1*(1), 100-113. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575
13. Hasan, M., & Syarif, I. (2024). Optimasi query pada database skala besar menggunakan pengindeksan dinamis. *Jurnal Teknik Informatika*, *17*(1), 88-96. https://doi.org/10.15408/jti.v17i1.33445
14. Helmi, M., et al. (2024). Analisis biomekanika koordinasi dan timing pada lemparan jarak jauh petanque. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, *12*(2), 45-58. https://doi.org/10.23887/jokh.v12i2.1234
15. Huang, R. H., et al. (2020). Guidance on flexible learning during a pandemic. *Smart Learning Environments*, *7*(1), 1-11. https://doi.org/10.1186/s40561-020-00128-z
16. Kharim, M. A., & Nurkholis. (2018). Analisis backswing dan release ketepatan pointing half lob jongkok pada jarak 7 meter olahraga petanque. *Jurnal Prestasi Olahraga*, *1*(3), 1-6.
17. Kurniawan, D., & Saputra, R. (2023). Prediksi harga saham menggunakan algoritma Long Short-Term Memory (LSTM). *Jurnal Informatika*, *20*(1), 45-54. https://doi.org/10.31294/inf.v20i1.14789
18. Lestari, W., & Siregar, N. (2017). Peranan permainan tradisional engklek dalam mengembangkan keterampilan anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *23*(1), 221-225. https://doi.org/10.24114/jpkm.v23i1.6366
19. Lubis, M. R., & Permadi, A. G. (2023). Modified Duo Tir as alternative training media to improve shooting accuracy in petanque. *Journal of Innovation in Educational and Cultural Research*, *4*(1), 179-190. https://doi.org/10.46843/jiecr.v4i1.443
20. Mardiana, S. (2021). Analisis kepuasan pengguna aplikasi mobile banking menggunakan metode End-User Computing Satisfaction (EUCS). *Jurnal Riset Akuntansi*, *13*(1), 77-89. https://doi.org/10.34010/jra.v13i1.4321
21. Muharram, N. A., & Kholis, M. N. (2019). Upaya peningkatan hasil belajar servis atas melalui model pembelajaran Problem Based Introduction dalam permainan bolavoli. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, *5*(2), 103-107. https://doi.org/10.38048/jipcb.v5i2.45
22. Nugroho, A. S. (2024). Pemanfataan Internet of Things (IoT) untuk monitoring kualitas air sungai. *Jurnal Ilmu Lingkungan*, *22*(1), 150-162. https://doi.org/10.14710/jil.22.1.150-162
23. Nursakinah, et al. (2026). Pengaruh latihan incline bound dan decline hop terhadap power otot tungkai atlet bola voli club Sambinae Kota Bima tahun 2022. *Journal Transformation of Mandalika*, *4*(8), 103-109. https://doi.org/10.36312/jtm.v4i8.6393
24. Pratama, P., Yundarwati, S., & Jamaludin. (2026). Tes kemampuan pointing high lob atlet petanque di club DBL Lombok Timur tahun 2025. *Journal Scientific of Mandalika (JSM)*, *7*(2), 265-275. https://doi.org/10.36312/jsm.v7i2.265

25. Rahayu, S., & Pujianto, T. (2023). Analisis sentimen publik terhadap kebijakan pemerintah menggunakan Naive Bayes. *Jurnal Komputer dan Informatika, 11*(1), 23-32. https://doi.org/10.35508/jicon.v11i1.1001