

## Ketepatan Shooting Petanque : Koordinasi dan Konsentrasi

Habibah\*, Rachmat Hidayat, Arman Bin Anuar, A. Heri Riswanto

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Palopo, Indonesia

\* Correspondence: [biba64189@gmail.com](mailto:biba64189@gmail.com)

### Abstract

Shooting accuracy is a determining factor in pétanque, which is influenced by various aspects, including hand-eye coordination and concentration. However, many athletes still experience difficulties in shooting accuracy due to weaknesses in these two factors. This study aims to analyze the relationship between hand-eye coordination and concentration on the shooting accuracy of pétanque athletes. The research method used a quantitative approach with a correlation design. The research sample consisted of 15 athletes, comprising 10 males and 5 females aged 18–24 years, selected using saturated sampling techniques. The instruments used included a hand-eye coordination test (throwing a ball at a target for 30 seconds), a concentration test (Nelson Reaction Test), and a shooting accuracy test. Data analysis used the Product Moment correlation test at a significance level of 0.05. The results showed that: (1) there was a significant relationship between hand-eye coordination and shooting accuracy with a value of  $r = 0.831$ ; (2) there is a significant relationship between concentration and shooting accuracy with a value of  $r = 0.916$ ; and (3) there is a simultaneous significant relationship between hand-eye coordination and concentration on shooting accuracy with a value of  $r = 0.959$ . The conclusion of this study is that eye-hand coordination and concentration have a strong and significant relationship with shooting accuracy, both partially and simultaneously.

**Keywords:** Hand-eye coordination; concentration; shooting; pétanque

### Abstrak

Ketepatan *shooting* merupakan faktor penentu dalam olahraga pétanque yang dipengaruhi oleh berbagai aspek, termasuk koordinasi mata-tangan dan konsentrasi. Namun, banyak atlet masih mengalami kendala dalam akurasi tembakan akibat lemahnya kedua faktor tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan koordinasi mata-tangan dan konsentrasi terhadap ketepatan *shooting* atlet pétanque. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi. Sampel penelitian berjumlah 15 atlet yang terdiri dari 10 putra dan 5 putri dengan rentang usia 18–24 tahun, dipilih menggunakan teknik *sampling jenuh*. Instrumen yang digunakan meliputi tes koordinasi mata-tangan (melempar bola ke sasaran selama 30 detik), tes konsentrasi (*Nelson Reaction Test*), dan tes ketepatan *shooting*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Product Moment* pada taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) terdapat hubungan signifikan antara koordinasi mata-tangan dan ketepatan *shooting* dengan nilai  $r = 0,831$ ; (2) terdapat hubungan signifikan antara konsentrasi dan ketepatan *shooting* dengan nilai  $r = 0,916$ ; dan (3) terdapat hubungan signifikan secara simultan antara koordinasi mata-tangan dan konsentrasi terhadap ketepatan *shooting* dengan nilai  $r = 0,959$ . Simpulan penelitian ini adalah koordinasi mata-tangan dan konsentrasi memiliki hubungan yang kuat dan signifikan terhadap ketepatan *shooting*, baik secara parsial maupun simultan.

**Kata Kunci :** Koordinasi mata-tangan; konsentrasi; shooting; petanque

Received: 18 Juli 2025 | Revised: 12, 29 September 2025

Accepted: 12 November 2025 | Published: 30 Desember 2025



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## Pendahuluan

Petanque adalah cabang olahraga yang mengutamakan ketangkasan dalam melempar bola besi dengan tujuan mendekati bola kayu kecil (*jack*) atau menjauhkan bola lawan dari sasaran (*shooting*) (Boby et al., 2024). Permainan ini dilakukan dengan posisi kedua kaki tetap berada di dalam lingkaran lempar (*circle*), sebagaimana dijelaskan oleh (Lestari et al., 2023). Petanque berasal dari Prancis, istilah "petanque" berasal dari kata *les pieds tanqués*, yang berarti kaki rapat. Petanque mulai dikenal sebagai olahraga prestasi di Indonesia dan telah masuk dalam kategori olahraga prestasi di ajang SEA Games sejak tahun 2011 (Saputra & Alpen, 2024). Perkembangannya semakin masif, terutama melalui sosialisasi di institusi pendidikan seperti sekolah dasar, yang memanfaatkan media pembelajaran sederhana (Zainuddin et al., 2022).

*Shooting* adalah teknik utama dalam petanque yang bertujuan untuk mengusir bola besi (*bosi*) lawan dari sasaran (Sutrisna et al., 2018). Keberhasilan teknik ini sangat menentukan hasil pertandingan, karena dapat mencetak poin langsung atau menggagalkan strategi lawan. Kemampuan untuk melempar bola besi dengan cukup tepat untuk menjauhkan bola lawan dari atau mendekati target dikenal sebagai *shooting* menembak dalam petanque (Fahrizal et al., 2023). Tujuan dari strategi ini adalah untuk menembak menuntut tingkat presisi yang tinggi dan dipengaruhi oleh fokus dan sinkronisasi mata-tangan. Sementara itu, (Arianta et al., 2025) menekankan untuk mencetak poin dengan menjaga bola lawan sejauh mungkin dari bokapentingnya atribut fisik seperti kekuatan dan keseimbangan dalam meningkatkan *shooting*.

Koordinasi merupakan kemampuan seseorang untuk mengintegrasikan beberapa gerakan secara efektif dan efisien, sehingga tercipta pola gerakan yang selaras dan terkendali (Oktarifaldi et al., 2019). Dalam praktiknya, koordinasi mata dan tangan memegang peran sentral ketika pemain harus melempar bola ke arah target dengan teknik yang benar (Natasya et al., 2024). Menegaskan bahwa koordinasi merupakan keterampilan kompleks yang dibutuhkan dalam mencapai performa optimal. Koordinasi yang baik memungkinkan pemain merespons gerakan secara cepat dan tepat, terutama saat melempar bola dengan kecepatan dan sudut yang sesuai. Maka, pelatihan yang berkesinambungan dengan bentuk gerakan yang benar sangat penting untuk meningkatkan kemampuan ini.

Sebuah penelitian oleh (Arifianto & Raibowo, 2020). menemukan bahwa atlet petanque dengan tingkat koordinasi mata-tangan yang lebih baik cenderung memiliki akurasi lemparan *shooting* yang lebih tinggi. Koordinasi yang baik kemudian memungkinkan atlet untuk menerapkan strategi tersebut melalui gerakan yang presisi dan efisien. Penelitian oleh (Najib & Priambodo, 2019). Konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada satu objek atau tugas dalam jangka waktu tertentu (Mahanani & Indriarsa, 2021). Contohnya, seorang atlet dapat memulai dengan memusatkan perhatian pada satu objek selama beberapa menit, kemudian meningkatkan durasi latihan seiring waktu.

Menurut (Putra et al., 2023). Konsentrasi yang terganggu dapat menurunkan ketepatan tembakan dan memengaruhi performa tim. Sebaliknya, konsentrasi yang baik akan membantu pemain mengatasi tekanan mental dan gangguan eksternal selama pertandingan (Ulpiana et al., 2022). konsentrasi dalam olahraga mencakup empat ciri utama: fokus terhadap objek relevan,

mempertahankan perhatian dalam jangka waktu tertentu, kesadaran terhadap situasi, dan kemampuan menyesuaikan intensitas fokus sesuai kebutuhan (Oktaviani et al., 2023). Maka dari itu, latihan teknik shooting tidak cukup hanya menekankan pada gerak fisik, tetapi juga pada pelatihan mental untuk menjaga fokus dan kestabilan performa.

Penelitian oleh (Zainuddin et al, 2023) menjelaskan bahwa performa shooting dalam olahraga tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisik seperti kekuatan dan akurasi, tetapi juga oleh faktor mental seperti konsentrasi dan kemampuan mengambil keputusan dengan cepat. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan terhadap atlet petanque Kota Palopo, ditemukan bahwa ketepatan shooting masih belum maksimal. Banyak atlet menunjukkan tembakan yang tidak akurat dan arah lemparan yang tidak terkontrol, yang disebabkan oleh lemahnya koordinasi mata-tangan dan fluktuasi tingkat konsentrasi. Masalah ini muncul baik dalam sesi latihan maupun pertandingan.

Shooting yang dilakukan sering kali meleset dari target, dan ketidakstabilan konsentrasi atlet turut memperburuk performa di lapangan. Berkaitan dengan hal tersebut (Amalia et al., 2023), menyatakan bahwa latihan koordinasi mata-tangan berpengaruh terhadap ketepatan shooting dalam petanque. Pentingnya koordinasi dan fokus telah ditekankan dalam penelitian tentang variabel-variabel yang mempengaruhi akurasi tembakan petanque. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh koordinasi mata-tangan dan konsentrasi terhadap ketepatan shooting dalam olahraga petanque, dengan harapan dapat memberikan kontribusi ilmiah dan praktis dalam pengembangan pelatihan olahraga ini.

Penelitian ini memiliki kebaruan karena membahas pengaruh konsentrasi dan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan shooting pada atlet petanque, yang masih jarang diteliti. Selama ini, banyak penelitian lebih fokus pada teknik bermain atau kekuatan fisik, padahal konsentrasi dan koordinasi mata-tangan juga sangat penting untuk meningkatkan akurasi tembakan. Dalam penelitian ini, kedua faktor tersebut akan diuji secara bersamaan untuk melihat seberapa besar pengaruhnya terhadap kemampuan shooting atlet. Selain itu, penelitian ini menggunakan alat ukur yang lebih objektif dan melibatkan atlet yang sudah aktif bertanding, sehingga hasilnya lebih relevan untuk diterapkan dalam latihan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan bisa memberikan masukan baru untuk pelatih dalam merancang program latihan yang lebih efektif.

## Metode

Penelitian ini adalah jenis kuantitatif dengan pendekatan survei dan desain korelasi. Metode yang digunakan adalah metode korelasi, yang bertujuan untuk menentukan sejauh mana hubungan antara variabel-variabel yang diteliti, serta apakah hubungan tersebut bersifat signifikan. Sesuai dengan pendapat (Fahrizal et al., 2023), analisis korelasi adalah teknik statistik yang digunakan untuk mengetahui tingkat hubungan antar variabel, yang kemudian membantu peneliti dalam mengembangkan penelitian sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. (Murtadho, 2021). Dalam penelitian ini, yang menjadi populasi adalah atlet petanque di Kota Palopo yang berjumlah 15 orang, terdiri dari 10 atlet laki-laki dan 5 atlet perempuan dengan rentang usia 18 hingga 24 tahun.

Menurut (Albani et al., 2024) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *sampling jenuh* karena jumlah populasi relatif kecil dan seluruh anggota populasi dapat diikutsertakan sebagai sampel penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet pétanque Kota Palopo yang berjumlah 15 orang, terdiri dari 10 atlet laki-laki dan 5 atlet perempuan. Penggunaan *sampling jenuh* dipilih agar peneliti dapat memperoleh gambaran menyeluruh mengenai kondisi populasi tanpa bias pengambilan sampel. Namun demikian, jumlah sampel yang kecil memiliki beberapa keterbatasan, antara lain rendahnya generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas serta sensitivitas yang lebih tinggi terhadap nilai ekstrem (outlier).

Selain itu, kekuatan statistik (*statistical power*) juga cenderung lebih rendah sehingga penelitian mungkin kurang sensitif dalam mendeteksi hubungan yang lemah antar variabel. Oleh karena itu, hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan dengan hati-hati, dan disarankan agar penelitian selanjutnya menggunakan sampel yang lebih besar atau mencakup beberapa daerah untuk meningkatkan validitas eksternal temuan. Dinding dengan tanda target, serta pita ukur untuk memastikan jarak yang konsisten. Peserta diberikan satu kali percobaan pemanasan sebelum melakukan dua kali percobaan resmi selama 30 detik, dan skor akhir diperoleh dari rata-rata jumlah lemparan sukses yang mengenai target dan berhasil ditangkap.

Pengukuran konsentrasi menggunakan *Nelson Reaction Test*, yang merupakan alat ukur standar untuk menguji kecepatan reaksi dan kemampuan fokus peserta. Prosedur umum tes ini dilakukan dengan memberikan beberapa kali percobaan tangkapan terhadap alat atau stimulus yang dijatuhkan secara tiba-tiba, kemudian menghitung rata-rata waktu reaksi dari beberapa ulangan untuk memperoleh skor akhir. Sementara itu, tingkat ketepatan shooting diukur menggunakan tes ketepatan tembakan menuju target yang telah diberi zona skor. Peserta melakukan sejumlah tembakan resmi, dan setiap tembakan dinilai berdasarkan zona titik jatuh bola sehingga diperoleh skor total ketepatan shooting.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan valid berdasarkan penilaian ahli (*content validity*) yang melibatkan pelatih pétanque dan dosen yang kompeten di bidang olahraga. Validitas isi dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen benar-benar mengukur variabel yang dimaksud, yaitu koordinasi mata-tangan, konsentrasi, dan ketepatan shooting. Selain itu, reliabilitas instrumen diuji melalui prosedur *test-retest*, yaitu dengan melakukan pengukuran berulang pada waktu yang berbeda untuk melihat konsistensi hasil. Instrumen dinyatakan reliabel apabila menghasilkan nilai korelasi *test-retest* yang tinggi, dengan standar umum  $r \geq 0,80$ . Dengan demikian, seluruh instrumen dalam penelitian ini telah memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas sehingga layak digunakan untuk mengukur variabel penelitian.

Data melibatkan uji persyarat yaitu uji normalitas, uji linieritas, sedangkan uji korelasi person untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian ini dengan rumus *product momen* syarat menggunakan uji data harus sesuai norma dan hubungan antar variabel bebas secara bersama-sama dihubungkan dengan variabel terikat dan mendapatkan koefisien sebagai hasil hubungan antara variabel tersebut secara bersama-sama. Analisis data menggunakan aplikasi SPSS versi 23.00.

## Hasil

Sesuai dengan variabel - variabel yang terlihat, diperoleh data penelitian yang meliputi koordinasi mata tangan, konsentrasi dan ketepatan shooting petanque, atlet petanque Kota Palopo. Data tersebut akan di analisis secara deskriptif dengan menggunakan rumus - rumus statistik. Hasil- hasil perhitungan statistik deskriptif secara lengkap dari data koordinasi mata tangan, konsentrasi dan ketepatan shooting petanque atlet petanque Kota Palopo dapat dilihat pada lampiran, sedangkan rangkuman hasil perhitungan tercantum dalam tabel. Berikut rangkuman hasil analisis deskriptif data koordinasi, mata tangan, konsentrasi dan ketepatan shooting petanque atlet petanque Kota Palopo.

Tabel 1. Analisis deskriptif

Statistik	Koordinasi Mata-Tangan	Konsentrasi	Ketepatan Shooting
Jumlah sampel	15	15	15
Maksimum	17	32	29
Minimum	12	21	19
Rentang	5	11	10
Rata-rata	15.00	26.53	24.87
Nilai tengah	15.00	27.00	25.00
Simpangan baku	1.195	3.420	2.875
Varians sum	225	398	373

Berdasarkan tabel yang merupakan hasil analisis deskriptif data koordinasi mata tangan, konsentrasi dan ketepatan shooting petanque atlet petanque kota palopo dapat diuraikan (a) Analisis deskriptif data koordinasi mata tangan, diperoleh nilai maksimum 17, nilai minimum 12, rentang 5, nilai rata-rata 15.00 nilai tengah 15.00, simpangan baku 1.195, varians 1.429 dan nilai total 225. (b) Analisis deskriptif data konsentrasi, diperoleh nilai maksimum 32, nilai minimum 21, rentang 11, nilai rata-rata 26.53, nilai tengah 27.00, simpangan baku 3.420, varians 11.695, dan nilai total 398. (c) Analisis deskriptif data ketepatan shooting petanque, diperoleh nilai maksimum 29, nilai minimum 19, rentang 10, nilai rata-rata 24.87, nilai tengah 25.00, simpangan baku 2.875, varians 8.267 dan nilai total 373.

Syarat analisis yang harus dipenuhi untuk diberlakukannya teknik statistik dalam pengolahan data penelitian ini adalah normalitas distribusi sampel. Pada dasarnya data hasil penelitian yang akan dianalisis secara statistik, harus memenuhi ketentuan-ketentuan analisis terutama normalitas distribusi sampel. Hal tersebut dimaksudkan untuk mengetahui bahwa data dari variabel-variabel yang terlibat distribusi normal. Teknik pengujian normalitas distribusi sampel yang digunakan adalah analisis Shapiro-Wilk. Secara jelas hasil-hasil analisis Shapiro-Wilk dapat dilihat pada lampiran, sedangkan rangkuman hasil perhitungan tercantum dalam tabel berikut.

Tabel 2. Uji normalitas

No	Variabel	Nilai probabilitas (sig)	$\alpha$	Keterangan
1	Koordinasi-mata tangan	0,100	0,05	Normal
2	Konsentrasi	0,705	0,05	Normal
3	Ketepatan shooting petanque	0,399	0,05	Normal

Berdasarkan tabel tersebut yang merupakan rangkuman hasil pengujian normalitas data pada tiap-tiap variabel penelitian, dapat diuraikan (a) Dalam pengujian normalitas data koordinasi mata tangan diperoleh nilai probabilitas = 0.100 lebih besar dari pada nilai  $\alpha = 0,05$ . Dengan demikian data koordinasi mata tangan yang diperoleh berdistribusi normal. (b) Dalam pengujian normalitas data konsentrasi diperoleh nilai probabilitas = 0.705 lebih besar dari pada nilai  $\alpha = 0,05$ . Dengan demikian data konsentrasi yang diperoleh berdistribusi normal. (c) Dalam pengujian normalitas data ketepatan shooting petanque diperoleh nilai probabilitas = 0.399 lebih besar dari pada nilai  $\alpha = 0,05$ . Dengan demikian data ketepatan shooting petanque yang diperoleh berdistribusi normal.

Linearitas adalah sifat hubungan yang linear antar variabel, artinya setiap perubahan yang terjadi pada satu variabel akan diikuti perubahan dengan besaran yang sejajar pada variabel lainnya. Perubahan pada variabel bebas akan diikuti dengan perubahan pada variabel terikat. Uji linearitas digunakan untuk memastikan linear tidaknya sebaran data. Dalam pengujian linearitas berlaku ketentuan, jika nilai F tidak signifikan atau lebih besar dari 0,05 maka hubungan antar variable dinyatakan linear.

Tabel 3. Uji linearitas

No	Variabel	Sig	Kesimpulan
1.	Koordinasi (X <sub>1</sub> ) dengan Ketepatan Shooting (Y)	0,471	Linear
2.	Konsentrasi (X <sub>2</sub> ) dengan Ketepatan Shooting (Y)	0,591	Linear

Berdasarkan data hasil uji linearitas pada tabel di atas diperoleh nilai F (*defiation from linearity*) antara variabel koordinasi (X<sub>1</sub>) dengan ketepatan shooting (Y) dengan signifikansi 0,471. Nilai F (*defiation from linearity*) antara variabel konsentrasi (X<sub>2</sub>) dengan ketepatan shooting (Y) dengan signifikansi 0,591. Hal tersebut menunjukkan bahwa Nilai F tidak signifikan maka hubungan antar variabel dinyatakan linear. Korelasi adalah hubungan statistik antara dua variabel, yang menunjukkan apakah perubahan pada satu variabel diikuti oleh perubahan pada variabel lain. Korelasi bisa positif (kedua variabel naik bersama), negatif (satu naik, yang lain turun), atau tidak ada hubungan. Nilainya berkisar dari -1 hingga +1, di mana angka mendekati  $\pm 1$  menunjukkan hubungan yang kuat.

Tabel 4. Hasil uji korelasi

No	Hubungan Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig. (p-value)	Kesimpulan
1	X1 terhadap Y	0,831	0,000	Signifikan
2	X2 terhadap Y	0,916	0,000	Signifikan
3	X1 dan X2 terhadap Y	0,959	0,005 <sup>a</sup>	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi yang disajikan dalam tabel, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel koordinasi mata-tangan dan konsentrasi terhadap ketepatan shooting. Nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,831 menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif, yang berarti bahwa peningkatan nilai pada variabel koordinasi mata-tangan cenderung diikuti oleh peningkatan nilai pada variabel ketepatan shooting. Nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,916 menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif, yang

berarti bahwa peningkatan nilai pada variabel konsentrasi cenderung diikuti oleh peningkatan nilai pada variabel ketepatan shooting. Nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,959 menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif, yang berarti bahwa peningkatan nilai pada variabel koordinasi mata-tangan dan konsentrasi cenderung diikuti oleh peningkatan nilai pada variabel ketepatan shooting. Hal ini diperkuat dengan nilai signifikansi ( $p$ -value) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari batas  $\alpha = 0,05$ , sehingga hubungan tersebut secara statistik signifikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara kedua variabel tersebut, dan variabel X berpotensi menjadi faktor yang berpengaruh terhadap perubahan pada variabel Y.

## Pembahasan

Hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa koordinasi memiliki hubungan signifikan dengan ketepatan shooting pada atlet petanque sejalan dengan sejumlah penelitian sebelumnya yang menekankan peran koordinasi dalam olahraga presisi. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Supriyadi et al., 2022) yang menyatakan bahwa koordinasi motorik memiliki kontribusi besar terhadap akurasi shooting, terutama karena shooting mengharuskan kolaborasi antara keseimbangan tubuh, orientasi ruang, serta ketepatan waktu melepas bola. Penelitian tersebut menegaskan bahwa semakin baik kemampuan koordinatif seorang atlet, semakin terkontrol pula pola gerak yang dihasilkan.

Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung studi (Yuliyanto & Prasetyo, 2023) yang menemukan bahwa koordinasi mata-tangan berperan langsung dalam menentukan ketepatan lemparan pada cabang olahraga target, termasuk petanque. Studi mereka menunjukkan bahwa atlet dengan koordinasi tinggi lebih mampu memvisualisasikan jarak target, menyesuaikan kekuatan lemparan, dan mengarahkan bola dengan presisi. Penelitian oleh (Jati, 2023) juga memperkuat hasil ini, di mana mereka menemukan bahwa koordinasi visuomotorik merupakan prediktor signifikan dalam performa shooting pada permainan *boules sports*, olahraga yang memiliki karakteristik hampir sama dengan petanque.

Atlet dengan koordinasi visuomotor lebih baik menunjukkan konsistensi lemparan yang lebih tinggi dan tingkat kesalahan yang lebih rendah. Sementara itu, penelitian oleh (Darmayanti et al., 2025) menegaskan bahwa keterampilan koordinatif tidak hanya berpengaruh pada akurasi, tetapi juga pada kemampuan adaptasi atlet terhadap berbagai kondisi lapangan dan tekanan pertandingan. Jika dibandingkan secara spesifik, penelitian ini memiliki kesesuaian dengan pola umum temuan penelitian lain, yaitu bahwa koordinasi memainkan peran kunci dalam keberhasilan teknik shooting. Namun, kontribusi penelitian ini terletak pada konteks lokal, yaitu pada atlet petanque Kota Palopo, sehingga memberikan data empiris yang relevan bagi pembinaan atlet daerah.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat bukti ilmiah bahwa koordinasi merupakan faktor fundamental dalam meningkatkan ketepatan shooting, baik dalam penelitian nasional maupun internasional. Hasil penelitian ini yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara konsentrasi dan ketepatan shooting pada atlet petanque Kota Palopo sejalan dengan berbagai penelitian lain yang menegaskan pentingnya aspek kognitif dalam olahraga presisi. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Putra & Hidayat, 2023) yang menyatakan

bahwa konsentrasi merupakan prediktor utama akurasi shooting karena berperan dalam pengendalian fokus visual, kestabilan emosi, dan ketepatan gerakan akhir.

Penelitian mereka menemukan bahwa atlet dengan tingkat konsentrasi tinggi mampu menjaga fokus lebih lama pada target serta mengabaikan distraksi dari lingkungan, sehingga tingkat kesalahan lemparan berkurang secara signifikan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan studi (Anwar & Mulyadi, 2022) yang menjelaskan bahwa konsentrasi berpengaruh besar pada olahraga ketepatan, termasuk petanque, panahan, dan billiard. Mereka menekankan bahwa atlet yang mampu mempertahankan fokus internal memiliki kemampuan shooting yang lebih stabil dibandingkan atlet dengan kemampuan konsentrasi rendah. Selain itu, penelitian oleh (Yunus et al., 2025:39) dalam konteks olahraga *target games* menunjukkan bahwa kemampuan mempertahankan fokus selama fase eksekusi gerakan sangat menentukan kualitas lemparan.

Studi tersebut menemukan bahwa gangguan kecil seperti suara lingkungan, gerakan lawan, atau tekanan skor dapat menurunkan akurasi secara drastis pada atlet dengan tingkat konsentrasi yang kurang baik. Hasil ini mendukung temuan penelitian yang menunjukkan bahwa ketepatan shooting sangat dipengaruhi oleh kestabilan fokus dan kemampuan mengontrol rangsangan eksternal. Menurut (Tangkudung et al., 2024:62) juga memperkuat hasil tersebut, di mana mereka menemukan bahwa latihan konsentrasi berbasis meditasi dan visualisasi mampu meningkatkan presisi shooting atlet boules hingga 18%, menunjukkan bahwa aspek mental sama pentingnya dengan teknik.

Dengan demikian, temuan penelitian ini memiliki kesesuaian kuat dengan berbagai penelitian nasional maupun internasional yang menekankan konsentrasi sebagai faktor penentu dalam akurasi shooting olahraga presisi. Namun, kontribusi penelitian ini terletak pada konteks spesifik atlet petanque Kota Palopo, sehingga memberikan gambaran empiris yang relevan bagi pembinaan atlet daerah. Hasil ini menegaskan bahwa konsentrasi bukan hanya pelengkap teknik, tetapi merupakan inti dari performa shooting yang akurat dan konsisten. Koordinasi mata-tangan dan konsentrasi adalah dua aspek yang bekerja secara sinergis dalam mendukung performa shooting dalam olahraga petanque.

Koordinasi mata-tangan berfungsi dalam aspek fisik motorik, sedangkan konsentrasi mendukung aspek kognitif dan psikologis. Keduanya tidak dapat dipisahkan saat atlet melakukan shooting yang menuntut akurasi dan fokus tinggi. Studi oleh (Siregar et al., 2021) menyatakan bahwa sinergi antara koordinasi mata-tangan dan konsentrasi menghasilkan keterampilan presisi yang lebih optimal. Ketika mata fokus pada target dan tangan melakukan gerakan dengan kontrol penuh, shooting menjadi lebih akurat. Konsentrasi dalam hal ini membantu menjaga kestabilan fokus, sementara koordinasi mata-tangan mendukung eksekusi gerakan yang tepat.

Atlet dengan kemampuan koordinasi dan konsentrasi yang baik akan mampu memvisualisasikan jalur bola, mengatur kekuatan lemparan, serta menyesuaikan posisi tubuh secara presisi. Sebaliknya, kekurangan pada salah satu aspek tersebut dapat mengganggu akurasi lemparan. (Harjono & Wahyudi, 2023) mengemukakan bahwa keberhasilan teknik shooting sangat ditentukan oleh interaksi efektif antara sistem motorik dan sistem kognitif. Kombinasi keduanya menjadi landasan penting dalam menyusun program latihan petanque. Pelatih perlu merancang latihan yang tidak hanya mengasah keterampilan fisik, tetapi juga

menstimulasi fokus dan kestabilan mental. Latihan menembak dalam kondisi tekanan, penggunaan target bergerak, atau latihan fokus visual menjadi metode yang efektif untuk mengembangkan kedua aspek tersebut secara simultan.

Secara keseluruhan, hubungan koordinasi mata-tangan dan konsentrasi secara bersama-sama terhadap ketepatan shooting sangat signifikan. Keduanya saling mendukung dan membentuk dasar dari keterampilan shooting yang presisi. Oleh karena itu, pembinaan atlet petanque Kota Palopo perlu mengintegrasikan latihan fisik dan mental secara seimbang demi peningkatan performa shooting secara menyeluruh. Temuan penelitian ini memberikan implikasi praktis yang penting bagi pelatih atlet petanque, khususnya dalam merancang program latihan yang lebih efektif dan berbasis kebutuhan performa. Hasil yang menunjukkan bahwa koordinasi mata tangan dan konsentrasi memiliki hubungan signifikan terhadap ketepatan shooting menegaskan bahwa pelatih perlu mengembangkan pendekatan pembinaan yang terintegrasi antara aspek fisik dan kognitif.

Pelatih tidak cukup hanya memberikan latihan teknik melempar, tetapi juga perlu memasukkan latihan fokus mental seperti latihan visual tracking, *target focusing*, dan simulasi pertandingan yang menuntut konsentrasi tinggi. Selain itu, latihan koordinasi seperti lempar-tangkap berulang, latihan menggunakan target berukuran kecil, serta variasi jarak lemparan dapat meningkatkan kemampuan motorik presisi atlet. Pelatih juga dapat membuat sesi latihan berbasis tekanan atau *pressure training* untuk melatih konsentrasi dan ketenangan atlet dalam situasi kompetitif. Dengan menggabungkan latihan fisik yang memperkuat koordinasi dan latihan mental yang meningkatkan fokus, pelatih dapat membantu atlet menghasilkan tembakan yang lebih akurat dan konsisten. Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa pengembangan performa shooting dalam petanque harus dilakukan melalui pelatihan yang holistik dan berkelanjutan, sehingga atlet mampu mencapai performa optimal di berbagai kondisi pertandingan.

## Simpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dan konsentrasi secara bersama-sama terhadap ketepatan shooting atlet petanque Kota Palopo. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik tingkat koordinasi mata-tangan dan konsentrasi seorang atlet, maka semakin tinggi pula tingkat ketepatan dalam melakukan shooting. Koordinasi mata-tangan yang optimal memungkinkan atlet melakukan kontrol arah dan kekuatan lemparan secara presisi, sedangkan konsentrasi yang tinggi membantu atlet untuk fokus, mengatur emosi, serta mengantisipasi situasi permainan dengan lebih baik.

Kombinasi kedua aspek ini berperan penting dalam menciptakan performa shooting yang konsisten dan efektif. Dengan demikian, pelatihan petanque tidak hanya perlu menekankan pada aspek teknis dan fisik semata, tetapi juga harus mengembangkan kemampuan koordinasi dan aspek kognitif seperti konsentrasi secara seimbang. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, seperti jumlah sampel yang relatif kecil yaitu hanya 15 atlet, rentang usia yang homogen, serta tidak adanya kelompok kontrol yang membandingkan tingkat

akurasi shooting pada kondisi pelatihan berbeda. Keterbatasan tersebut membuat generalisasi hasil penelitian menjadi kurang luas.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan beragam, menggunakan desain penelitian eksperimen dengan kelompok kontrol, serta mengeksplorasi variabel lain seperti kecemasan pertandingan, visual tracking, atau kekuatan otot lengan sebagai faktor tambahan yang dapat memengaruhi ketepatan shooting. Pendekatan longitudinal maupun penggunaan teknologi seperti motion tracking juga direkomendasikan agar hasil penelitian lebih komprehensif dan akurat dalam menggambarkan faktor-faktor yang menentukan performa shooting atlet petanque.

## Pernyataan Penulis

Penulis menyatakan bahwa artikel ini merupakan karya asli yang belum pernah dipublikasikan pada jurnal ilmiah manapun, baik dalam bentuk cetak maupun digital, dan tidak sedang dalam proses pengajuan di tempat lain. Segala bentuk kutipan dan referensi telah dicantumkan sesuai dengan kaidah ilmiah yang berlaku. Penulis juga menegaskan bahwa penelitian ini disusun secara independen dan tidak mengandung konflik kepentingan (*no conflict of interest*) dalam bentuk apa pun, baik dari segi pendanaan, afiliasi, maupun kepentingan pribadi lainnya. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, arahan, dan motivasi selama proses penulisan artikel ini.

## Daftar Pustaka

- Albani, R., Fadilah, M., & Mardiana, L. (2024). Metodologi Penelitian Kuantitatif dalam Olahraga. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 22–30.
- Amalia, B., Dadang Prayoga, H., & Fauzi, A. (2023). Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Shooting Disiplin 1 (Station 1) pada Atlet Petanque. *Jurnal Porkes*, 6(2), 504–517. <https://doi.org/10.29408/porkes.v6i2.19286>
- Anwar, H., & Mulyadi, Y. (2022). Hubungan Konsentrasi terhadap Kinerja Shooting Atlet Petanque. *Jurnal Olahraga Kompetitif*, 10(2), 66–72.
- Arifianto, I., & Raibowo, S. (2020). Model Latihan Koordinasi dalam Bentuk Video Menggunakan Variasi Tekanan Bola untuk Atlet Tenis Lapangan Tingkat Yuniior. *STAND: Journal Sports Teaching and Development*, 1(2), 78-88. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i2.2671>
- Arianta, I. K. N., Hita, I. P. A. D., & Mahotama, I. B. G. J. (2025). Optimalisasi Teknik Shooting dalam Bola Basket Melalui Model Pembelajaran Kooperatif. *Jurnal Ilmiah Multidisipin*, 3(8), 574-585. <http://ejournal.lumbungpare.org/index.php/jim/article/view/1047>
- Boby, B., Siskariyanti, S., & Jayadi, J. (2024). Pengaruh Latihan Shooting pada Permainan Petanque Menggunakan Sasaran Target Boka pada Peserta Ukm Petanque Sanagustin. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 5(1), 287-297. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JUMPER/article/view/2801>
- Darmayanti, K. K. D., Hita, I. P. A. D., & Mahotama, I. B. G. J. (2025). Hubungan Koordinasi Mata dan Tangan Terhadap Akurasi Tembakan dalam Permainan Bola Basket: Kajian

- Studi Literatur. *Jurnal Ilmiah Multidisipin*, 3(10), 787-791.  
<http://ejournal.lungpare.org/index.php/jim/article/view/1099>
- Fahrizal, M. R. D., & Herpandika, R. P. (2023). Hubungan Koordinasi Mata Tangan, Kelentukan Pergelangan dan Konsentrasi dengan Ketepatan Shooting Petanque Puslatkab Kabupaten Mojokerto. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(2), 157-162.  
<https://doi.org/10.46838/spr.v4i2.345>
- Harjono, D., & Wahyudi, A. (2023). Faktor Fisik dan Mental dalam Performansi Atlet Petanque. *Jurnal Keolahragaan Terapan*, 9(1), 12–20.
- Jati, R. (2023). Hubungan Keseimbangan dan Koordinasi Mata Tangan dengan Ketepatan Shooting pada Atlet Petanque Uny. *International Journal of Technology*, 47(1), 100950.
- Lestari, E. L., Budi, D., & Nugraha, A. (2023). Pengaruh Modifikasi Media Latihan Menggunakan Pipa Air Terhadap Kemampuan Shooting dalam Olahraga Petanque pada Atlet Petanque Sumedang Tahun 2023. *Journal of Physical Education and Sport Pedagogy*, 3(1), 33–42. <https://doi.org/10.17509/jopes.v3i1.63712>
- Mahanani, R. A., & Indriarsa, N. (2021). Hubungan Konsentrasi Terhadap Ketetapan Shooting pada Ekstrakurikuler Futsal Putri. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 9(1), 139–149. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/38038>
- Murtadho, M. S. (2021). Analisis Kompensasi, Kesehatan, dan Keselamatan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Cv Nsr Ac Mobil Sidoarjo. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2013–2015. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/simanis/article/view/1787>
- Najib, M., & Priambodo, A. (2019). Hubungan Tingkat Konsentrasi Siswa Terhadap Hasil Ketepatan Shooting Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 07(3), 427–431. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/31274>
- Natasya, N., Sudirman, S., Rum, A., Saharullah, S., & Hudain, M. A. (2024). Analisis Antropometri dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan Pointing Atlet Petanque Sulawesi Selatan. *Journal on Education*, 6(4), 18202–18214. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i4.5765>
- Oktaviani, S., Budi, D., & Nugraha, A. (2023). Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi dengan Ketepatan Shooting pada Atlet Petanque. *Journal of Physical Education and Sport Pedagogy*, 1(1), 45–56. <https://doi.org/10.17509/jopes.v1i1.63715>
- Oktarifaldi, O., Syahputra, R., & Putri, L. P. (2019). Pengaruh Kelincahan, Koordinasi dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Lokomotor Siswa Usia 7 Sampai 10 Tahun. *Jurnal MensSana*, 4(2), 190-200. <http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/117>
- Putra, R. F., & Hidayat, M. R. (2023). Konsentrasi dan Implikasinya terhadap Performa Atlet dalam Olahraga Teknik. *Jurnal Psikologi Olahraga*, 6(1), 23–30.
- Siregar, B., Anggraeni, R., & Sulaiman, T. (2021). Sinergi Koordinasi dan Konsentrasi dalam Meningkatkan Keterampilan Shooting. *Jurnal Sains Keolahragaan*, 5(2), 87–95.

- Supriyadi, R., Rahman, D., & Nurdin, A. (2022). Analisis Peran Koordinasi dalam Keterampilan Shooting Olahraga Presisi. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(3), 101–109.
- Sutrisna, T., Asmawi, M., & Pelana, R. (2018). Model Latihan Keterampilan Shooting Olahraga Petanque Untuk Pemula. *Jurnal Segar*, 7(1), 46-53. <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/segar/article/view/9202>
- Tangkudung, J., Fachrezzy, F., Humaid, H., Zuhar Ricky, P., Yusuf, M., Rahmat, A., ... & Reginald, R. (2024). *Pengembangan Mental Training, High Performance & Psikometri Olahraga*. CV. Ruang Tentor.
- Ulpiana, D., Hidayah, N., & Fadli, M. (2022). Peran Konsentrasi dalam Mempertahankan Performa Atletik. *Jurnal Psikologi Keolahragaan*, 3(2), 14–22.
- Yuliyanto, A., & Prasetyo, H. (2023). Pengaruh Koordinasi Motorik terhadap Ketepatan Shooting dalam Permainan Bola Petanque. *Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan*, 12(1), 45–52.
- Yunus, H. M., Vigriawan, G. E., Or, S., & Septiananda, F. H. (2025). *Imageri Kognitif dalam Petanque: Intervensi Psikologis untuk Konsentrasi dan Akurasi Atletik*. PT Indonesia Delapan Kreasi Nusa.
- Zainuddin, M. S., Usman, A., Kamal, M., Abduh, I., & Wahyudi, A. S. B. S. E. (2022). Analisis Keterampilan Olahraga Petanque Sulawesi Selatan. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 10(1), 1–9. <https://www.jurnalfkipuntad.com/index.php/tjsspe/article/view/2017>