

## ABSTRAK

### PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN MEDIA PARALON TERHADAP KETERAMPILAN *POINTING* POSISI JONGKOK JARAK 8 METER PADA PEMAIN *PETANQUE* IKIP PGRI PONTIANAK

Pida Rahima

Program Studi Pendidikan Jasmani

[shimamgg@gmail.com](mailto:shimamgg@gmail.com)

Secara umum proses pelaksanaan penelitian dilakukan di IKIP PGRI Pontianak dengan mengambil pemain *pétanque* yang mengikuti latihan *pétanque* sebagai kelas eksperimen. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Untuk mengetahui pengaruh keterampilan *pointing* jarak 8 meter sebelum diberi latihan menggunakan media paralon pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak. (2) Untuk mengetahui pengaruh keterampilan *pointing* jarak 8 meter sesudah diberi latihan menggunakan media paralon pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak. (3) Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kemampuan *pointing* jarak 8 meter pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dan bentuk yang digunakan adalah *pre-ekperimental design* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain *pétanque* IKIP PGRI Pontianak yang berjumlah 15 pemain. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *sampling jenuh* dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel, maka sampel eksperimen adalah pemain *pétanque* IKIP PGRI Pontianak yang terdiri dari 15 pemain. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-test* (tes awal) dan *post-test* (tes akhir). Untuk menjawab permasalahan yang ketiga menggunakan menggunakan statistik inferensial dengan menggunakan uji-t. Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa: (1) keterampilan *pointing* posisi jongkok pada jarak 8 meter sebelum diberikan latihan *pointing* menggunakan media paralon pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak diperoleh nilai rata-rata sebesar 14 dengan kategori sedang. (2) keterampilan *pointing* posisi jongkok pada jarak 8 meter sesudah diberikan latihan *pointing* menggunakan media paralon pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak diperoleh nilai rata-rata sebesar 20 dengan kategori tinggi. (3) terdapat pengaruh latihan menggunakan media paralon terhadap keterampilan *pointing* posisi jongkok jarak 8 meter pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak.

**Kata kunci:** Latihan Media Paralon, Keterampilan *Pointing Petanque*.