

## Sosialisasi Petanque Pada Pondok Pesantren Lontar

Nurhasan<sup>\*1</sup>, Hapsari Shinta Citra Puspita Dewi<sup>2</sup>, Nur Salsabila Rhesa Pandhadha Putra<sup>3</sup>,  
Anggara Cahya Nugraha<sup>4</sup>, Ela Nur Fadilah<sup>5</sup>  
<sup>1234</sup>(Universitas Negeri Surabaya, Indonesia)  
e-mail: \*[nurhasan.007@unesa.ac.id](mailto:nurhasan.007@unesa.ac.id)

### Abstrak

*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. Untuk mencapai misi peningkatan prestasi olahraga maka perlu diadakan sosialisasi olahraga dengan tujuan memberikan pengetahuan dan pengalaman untuk para pelaku olahraga. Di Indonesia terutama di Pondok Pesantren Lontar Surabaya, olahraga ini adalah olahraga baru yang perlu di kembangkan. Metode pelaksanaan dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini meliputi 4 tahapan, yakni (1) Persiapan/Perencanaan, (2) Survei Kebutuhan, (3) Pelaksanaan, (4) Evaluasi. Proses kegiatan pengenalan olahraga pentanque dibuat dan dikemas semenarik mungkin melalui sosialisasi olahraga pentanque kepada santri Pondok Pesantren Lontar Surabaya.*

**Kata kunci**— *Pentanque, Pondok Pesantren*

### Abstract

*In the millennial era, sport has become a lifestyle and trend for society as a social circle. Sports coaching and development is expected to be able to improve individual quality which leads to physical fitness, to shape character, attitude and mentality. To achieve the mission of improving sports performance, it is necessary to hold sports outreach with the aim of providing knowledge and experience to sports players. In Indonesia, especially at the Lontar Islamic Boarding School in Surabaya, this sport is a new sport that needs to be developed. The implementation method in this community service includes 4 stages, namely (1) Preparation/Planning, (2) Needs Survey, (3) Implementation, (4) Evaluation. The process of introducing pentanque sports was created and packaged as attractively as possible through socialization of pentanque sports to students at the Lontar Islamic Boarding School, Surabaya.*

**Keywords**— *Pentanque, Islamic boarding 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 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.

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 a cuan 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 adalah olahraga baru yang dikenal di Indonesia dibandingkan olahraga lainnya seperti bola kaki, bulutangkis, bola voli dan lainnya. Olahraga pentaque berasal dari negara Prancis yang mana asal mulanya permainan petanque ini dulu adalah permainan tradisional dan sekarang sudah mendunia. Menurut (Laksana, Pramono & Mukarromah, 2017) Petanque adalah suatu bentuk permainan bola besi (boules) yang tujuannya melemparkan bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu (jack) dan posisi kaki pada saat melempar harus berada dalam lingkaran kecil yang telah ditentukan.

Petanque adalah suatu bentuk permainan boules yang tujuannya melempar bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut jack dan kaki harus berad a di lingkaran kecil. Permainan ini biasa dimainkan di tanah keras tapi juga dapat dimainkan di rerumputan, pasir atau permukaan tanah lain. Perkembangan petanque dikalangan kejuaraan tingkat Nasional diawali dengan diadakannya eksebisi olahraga petanque pada POMNAS XIV Aceh 2015. Eksebisi cabang olahraga petanque pada POMNAS Aceh 2015 diikuti oleh 14 Provinsi dari total 34 provinsi yang ada di Indonesia.

Petanque adalah permainan tradisional yang berasal dari negara prancis petanque ini perkembangan dari pe rmainan yunani kuno abad ke - 6 versi modern. Permainan ini diperkenalkan oleh Jules Boule Lenoir pada tahun 1907 di kota La Ciotat, provence, selatan prancis. Pentanque pertama kali di pertandingkan di indonesia pada ajang SEA Games tahun 2011 di Palembang.

Di Indonesia terutama di Pondok Pesantren Lontar, olahraga ini adalah olahraga baru yang perlu di kembangkan. Dan sekarang sudah banyak pertandingan nasional/internasional yang memasukan cabang olahraga petanque tersebut. Berdasarkan analisis situasi diatas perlunya dilakukan sosialisasi oleh tim PKM unesa terkait olahraga pétanque di Pondok Pesantren Lontar. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pelatihan serta edukasi terkait olahraga pétanque di pondok pesantren Lontar. Berdasarkan latar belakang ini, tim pengabdian masyarakat akan melakukan sosialisasi dengan judul “Sosialisasi Petanque Pada Pondok Pesantren Lontar”.

## **2. METODE**

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui 4 tahapan yaitu (1) identifikasi dan perencanaan, (2) survei kebutuhan, (3) pelaksanaan, dan (4) evaluasi.



### **Tahap Persiapan/perencanaan**

Dalam tahap awal atau persiapan salah satu kegiatan yang dilaksanakan yaitu perencanaan tentang program dengan output berupa proposal kegiatan program. Proposal tersebut berisi tentang perencanaan detail kegiatan dan pembagian tugas kepada tim terkait kegiatan yang akan dilaksanakan.

### **Tahap Survei Kebutuhan**

Tahap selanjutnya adalah tahap survei di lapangan yaitu Pondok Pesantren Lontar untuk mendata jumlah peserta yang akan ikut pelatihan.

### **Tahap Pelaksanaan**

Tahap ketiga adalah tahap pelaksanaan, dalam tahap ini melakukan penyusunan modul yang sesuai dengan kebutuhan yang akan di sampaikan pada saat pelatihan.

### **Tahap Evaluasi**

Tahap terakhir adalah tahap evaluasi program kegiatan yang telah dilaksanakan. Pada tahap ini dilakukan evaluasi proses pelatihan. Kekurangan yang terjadi dapat dijadikan bahan analisis dan perbaikan untuk kegiatan program selanjutnya.

Keempat tahapan diatas merupakan tahapan/langkah yang dilakukan dalam kegiatan Program.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Proses kegiatan pengenalan olahraga pentanque dibuat dan dikemas semenarik mungkin melalui sosialisasi olahraga pentanque kepada santri Pondok Pesantren Lontar. Sosialisasi dilakukan selama tiga hari mulai senin hingga rabu, bertempat di aula Pondok Pesantren Lontar pada pukul 08.00-09.30 WIB. Kegiatan dibuka pada pukul 08.00 WIB, Kemudian di lanjutkan dengan sambutan yang di sampaikan oleh Kepala bidang Kesiswaan Beliau menyampaikan terima kasih kepada pemateri yang sudah bersedia melakukan sosialisasi olahraga pentanque di Pondok Pesantren Lontar. Model kegiatan sosialisasi berbasis ceramah, demonstrasi, diskusi, dan evaluasi.

Sosialisasi di hari pertama, santri diberikan 3 materi pengenalan permainan pentanque mulai dari sejarah pertumbuhan olahraga pentanque dunia hingga di Indonesia, manfaat olahraga pentanque, dan kejuaraan yang pernah di raih oleh olahraga pentanque hingga saat ini. Kegiatan sosialisasi tidak hanya menghadirkan materi saja tetapi ada games berhadiah. Santri Pondok Pesantren Lontar menyambut sosialisasi dengan antusias dilihat dari banyaknya santri yang bertanya setelah pemaparan materi.

Materi pertama memaparkan mengenai sejarah pentanque mulai dari sejarah pentanque tradisional pada abad Yunani kuno, sejarah pentanque modern, sampai masuknya pentanque di Indonesia pertama kali pada 18 Maret 2011 melalui Federasi Olahraga Pentanque Indonesia (FOPI). Pemaparan materi kedua yaitu tentang manfaat dari berolahraga pentanque mulai dari menyalurkan minat dan bakat hingga mencetak prestasi. Materi terakhir memaparkan mengenai prestasi yang telah dicetak oleh olahraga pentanque mulai dari awal muncul hingga saat ini. Sesi terakhir dari sosialisasi hari pertama yaitu sesi tanya jawab.

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. Meteran digunakan untuk mengukur jarak bola besi dan bola kayu pada permainan setelah bola di lempar beberapa kali oleh pemain. Pengenalan Teknik petanque dilakukan menggunakan metode *video based learning*. Santri menjadi tidak bosan karena menggunakan video animasi lucu dan diakhir sesi dilakukan review materi dari apa yang telah dipaparkan pada video.

Sosialisasi hari terakhir dimulai lebih awal yaitu pukul 07.00-09.00 WIB. Sebelum melakukan sosialisasi pemateri bermain tebak tebakan mengenai materi kemarin sebagai bentuk review, dilanjutkan dengan penjelasan mengenai lapangan petanque. Kegiatan praktik atau demonstrasi Teknik dasar dilakukan pada hari jumat pukul 07.00 WIB di lapangan petanque Pondok Pesantren Lontar. Santri sangat antusias sekali sehingga mereka datang lebih awal. Demonstrasi dilakukan dengan cara memberikan contoh terlebih dahulu mengenai Teknik dasar petanque.

Hal ini akan mempengaruhi bagaimana cara melempar dan mengukur kekuatan dalam melempar bola dalam membidik sasaran. Materi praktik teknik dasar bermain petanque adalah *pointing* dan *shooting*. Mereka dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok pertama praktik *pointing* dan kelompok kedua praktik *shooting* selama 15 menit. Kemudian dilakukan pergantian, kelompok yang melakukan *pointing* akan mempraktikkan Teknik *shooting* begitupun sebaliknya selama 15 menit.

Kegiatan praktik tidak berhenti pada pengenalan Teknik lempar. Santri juga dikenalkan secara langsung kepada kondisi dan tekstur lapangan petanque dengan melakukan pengamatan secara langsung. Santri kemudian diberi tugas untuk menulis perbedaan kondisi dan tekstur lapangan petanque dengan lapangan sepak bola dengan durasi 5-10 menit.

Kegiatan terakhir di hari jumat, santri melakukan Latihan Teknik lempar dan servis secara tangkas. Pada hari Jumat yang lalu, para santri diadakan kegiatan latihan teknik lempar dan servis secara tangkas. Kegiatan ini dilakukan sebagai bagian dari program pengembangan keterampilan olahraga mereka di sekolah. Para santri fokus pada penguasaan teknik lempar yang tepat dan servis yang akurat. Mereka sudah menunjukkan kemajuan yang baik dalam menguasai kedua teknik ini, melalui latihan mereka belajar bagaimana melakukan lemparan yang efektif dan mengarahkan bola dengan presisi, serta servis yang kuat dan mengandalkan kecepatan. Selama sesi latihan, santri-satri ini dengan antusias berlatih secara bergantian. Mereka saling memberi dukungan dan umpan balik positif satu sama lain. Pelatih yang hadir juga memberikan panduan dan tips yang berharga untuk membantu mereka memperbaiki teknik mereka.

Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis dalam olahraga, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai seperti kerjasama tim, disiplin, dan ketekunan. Para santri tampak bersemangat dan termotivasi untuk terus berlatih demi mengasah keterampilan mereka dalam teknik lempar dan servis ini. Dengan demikian, latihan teknik lempar dan servis tangkas ini telah berhasil memberikan manfaat yang signifikan bagi perkembangan olahraga para santri. Mereka semakin percaya diri dalam melaksanakan teknik tersebut dan siap untuk terus mengembangkan kemampuan mereka di masa mendatang.

Kegiatan praktik petanque yang kedua, para santri melanjutkan latihan mereka dalam menguasai teknik dasar permainan ini. Mereka fokus pada aspek strategi, akurasi, dan koordinasi dalam melakukan lemparan bola. Sesi latihan kali ini difokuskan pada penerapan teknik lemparan dengan sudut dan kekuatan yang tepat, agar bola bisa mendekati sasaran dengan akurat. Para santri diberikan pengarahan mengenai bagaimana memilih sudut lemparan yang optimal dan bagaimana mengukur tenaga yang dibutuhkan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Para santri diajak untuk berpikir secara strategis dan bekerja sama dalam tim untuk mencapai kemenangan.

Kegiatan praktik petanque yang ketiga, para santri terus mengasah keterampilan mereka dengan meningkatkan presisi dan ketepatan dalam melakukan lemparan dan servis. Mereka

melanjutkan latihan berpasangan untuk menguji kemampuan koordinasi dan komunikasi dalam tim. Sesi ini memfokuskan pada permainan yang lebih intens dan kompetitif. Para santri diajak untuk bermain dalam situasi yang lebih mendekati kondisi pertandingan sebenarnya. Mereka belajar menghadapi tekanan dan mengambil keputusan cepat dalam situasi yang berubah-ubah. Selain itu, pelatih juga memperkenalkan konsep permainan yang lebih maju, termasuk taktik bermain dengan memanfaatkan kelemahan lawan dan mengambil posisi yang menguntungkan di lapangan.

Para santri menunjukkan kemajuan dalam pemahaman mereka terhadap permainan dan semakin terampil dalam mengimplementasikan teknik-teknik yang diajarkan. Kegiatan praktik pentanque ini telah berhasil meningkatkan keterampilan teknis dan taktis para santri dalam permainan pentanque. Mereka semakin siap untuk menghadapi tantangan dan berkompetisi dalam pertandingan-pertandingan pentanque yang akan datang.

Masyarakat yang kronis seperti obesitas, diabetes serta penyakit yang berhubungan dengan kardiovaskular (Chennaoui, Arnal, Sauvet, & Léger, 2015). Dampak positif olahraga bagi para santri, penting bagi mereka untuk membentuk kebiasaan olahraga aman dan fleksibel yang mencakup pemahaman teknik olahraga yang benar, pemanasan, dan pendinginan. Pembiasaan ini akan membantu mengurangi risiko cedera dan mengintegrasikan olahraga ke dalam rutinitas harian mereka.

Menyediakan variasi olahraga yang sesuai dengan minat dan jadwal individu, para santri dapat mengembangkan pola pikir yang mengutamakan kesejahteraan fisik dan mental, serta membangun kesadaran akan pentingnya menjaga keseimbangan antara tugas akademis, ibadah, dan perawatan diri, sehingga mereka menjadi lebih kuat, sehat, dan siap menghadapi tantangan hidup.

#### **4. KESIMPULAN**

Secara keseluruhan, sosialisasi pentanque pada Pondok Pesantren Lontar memiliki manfaat seperti pemahaman berolahraga pentanque para santri bertambah dan memiliki keterampilan baru yaitu bermain pentanque. Dengan bertambahnya kebiasaan baru berolahraga para santri menjadikan melakukan aktivitas olahraga secara teratur akan mendapatkan manfaat dalam meningkatkan dan mempertahankan kebugaran, terhindar dari berbagai macam penyakit

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- F. Arif Sulaksono. (2012). Permainan Olahraga Petanque. Diakses dari <http://sulaksonoarif.blogspot.co.id/2012/11/petanque.html> tanggal 15 April 2018.
- Basir Annas. (2011). Olahraga Petanque, Cara Bermain dan Sejarahnya. Diakses dari <http://sibukforever.blogspot.com/2011/11/olahraga-petanque-cara-bermain-dan.html>, tanggal 15 April 2018.
- Laksana, G. B., Pramono, H., & Mukarromah, S. B. (2017). Perspektif olahraga petanque dalam mendukung prestasi olahraga jawa tengah. *Journal of Physical Education and Sports*, 6 (1), 36-43. DOI 10.15294/JPES.V6I1.17319
- Okilanda, A., Arisman, A., Lestari, H., Lanos, M. E. C., Fajar, M., Putri, S. A. R., & Sugarwanto, S. (2018). Sosialisasi Petanque Sebagai Olahraga Masa Kini. *Bagimu Negeri: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1). DOI: <https://doi.org/10.26638/jbn.638.8651>
- Rozak, A., Gunawan, M., Basri, H., & Chaniago, H. (2021). Webinar pengenalan olahraga petanque bagi guru PJOK Sekolah Dasar Se-Kecamatan Cibitung. *MADDANA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 37-42.
- 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.

