

Upaya Meningkatkan Teknik Dasar *Chest Pass* Bola Basket Melalui Modifikasi Permainan Pada Siswa Kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru

Demas Ivantri Marindra ¹, Daharis ²

Email: demasIvantriMarindra@student.uir.ac.id ¹, daharispentras@edu.uir.ac.id ²
Universitas Islam Riau ^{1,2}

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan pembelajaran teknik dasar chest pass bola basket melalui modifikasi permainan di kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru. Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru yang berjumlah 33 siswa. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan melihat siswa melakukan teknik dasar chest pass bola basket dengan menggunakan tes unjuk kerja. Dari pelaksanaan siklus I terdapat 18 siswa (54,54%) tuntas dan 15 (45,45%) tidak tuntas. Sedangkan pada siklus II terdapat 29 siswa (87,87%) tuntas dan 4 siswa (12,12%) tidak tuntas. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa dengan menerapkan gaya mengajar modifikasi permainan dapat meningkatkan hasil belajar teknik dasar chest pass bola basket pada siswa kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru.

Kata kunci: Teknik Dasar *Chest Pass* Bola Basket

ABSTRACT

The aim of this research is to determine the improvement in learning of basic basketball chest pass techniques through game modification in class VIII 3 of SMP Negeri 35 Pekanbaru. The type of this research is classroom action research which includes planning, implementation, observation and reflection. 3rd grade students at SMP Negeri 35 Pekanbaru, totaling 33 students. The data collection technique was carried out by watching students perform basic basketball chest pass techniques using performance tests. From the implementation of cycle I there were 18 students (54.54%) who completed and 15 (45.45%) did not complete. Meanwhile in cycle II there were 29 students (87.87%) who completed and 4 students (12.12%) did not complete. Based on the analysis that has been carried out, it can be concluded that by applying a game modification teaching style it is possible to improve the learning outcomes of basic basketball chest pass techniques in class VIII 3 students at SMP Negeri 35 Pekanbaru.

Kata Kunci : Basic Basketball Chest Pass Technique

Copyright © Demas Ivantri Marindra ¹, Daharis ²

Corresponding Author: Universitas Islam Riau ^{1,2}

Email: demasIvantriMarindra@student.uir.ac.id ¹, daharispentras@edu.uir.ac.id ²

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian dari kehidupan masyarakat dunia yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari. Olahraga memang telah memainkan perannya yang sangat strategis dalam kehidupan manusia. Olahraga menjadi alat untuk membentuk watak dan karakter bangsa yang sangat efektif yang siap hidup dan bersaing dalam era globalisasi. Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Oleh karena itu, pemerintah Indonesia harus mempunyai kemauan serta tekad yang kuat untuk memajukan olahraga di Indonesia. Olahraga akan berkontribusi pada peningkatan sumber daya manusia bangsa Indonesia yang pada akhirnya akan menghasilkan berbagai inovasi dan kreasi yang akan mengangkat harkat dan martabat bangsa.

Berdasarkan Undang-undang Republik nomor 3 tahun 2005, tentang sistem keolahragaan Nasional, mengenai pembinaan dan pengembangan olahraga pada BAB VII bagian kesatu umum pasal 21 ayat (1) pemerintah dan pemerintah daerah wajib melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawabnya. Ayat (2) pembinaan dan pengembangan sebagaimana dimaksud pada pasal (1) meliputi pengolahragaan, ketenagaan, pengorganisasian, pendanaan, metode, prasarana dan sarana, serta penghargaan keolahragaan. Ayat (3) pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemaduan serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi.

Peningkatan kemajuan dalam bidang olahraga harus di imbangi dengan peningkatan kemajuan sumber daya manusia dan olahraga sebagai faktor penunjangnya. Dalam hal ini melalui upaya pembinaan serta pengembangan olahraga memberikan peranan cukup besar untuk mewujudkan manusia yang berkualitas, karena itu olahraga memiliki peranan dan pembangunan nasional yang perlu dibina dan dikembangkan.

Pembinaan olahraga merupakan salah satu aspek dalam dimensi pembangunan di Indonesia, dengan olahraga dapat memberikan kesempatan dan manfaat bagi setiap manusia untuk sehat, kuat fisik dan mental serta memiliki kemampuan dalam mengisi dan melaksanakan pembangunan secara berkesinambungan. Menyadari akan manfaat olahraga, maka kecenderungan dalam melakukan aktivitas olahraga oleh sebagian masyarakat diarahkan untuk meningkatkan kesegaran jasmani sedangkan yang lainnya bertujuan untuk meningkatkan prestasi maupun sebagai pengisi waktu senggang.

Dalam Pendidikan jasmani, terdapat cabang olahraga salah satunya bola basket yang termasuk kedalam materi pokok Pendidikan jasmani. Bola basket adalah permainan bola besar yang menarik dan sangat diminati saat ini. Usaha memasukkan bola basket kedalam keranjang musuh dalam permainan dan mencegah regu lawan untuk memasukkan bola kedalam keranjang sendiri adalah orientasi dan Tindakan yang harus dilakukan dalam permainan bola basket. Permainan basket memiliki nilai-nilai tertentu yang bersifat universal. Banyak yang diperoleh dengan bermain bola basket seperti membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, Kesehatan dan kemampuan jasmani dan manfaatnya bagi rohani dan kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh kearah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat. Olahraga bola basket berguna dalam pemeliharaan kesegaran jasmani dan juga berperan dalam pembentukan kerja siswa. Sebagaimana seperti cabang-cabang olahraga lain, bola basket juga dapat digunakan untuk pembinaan sportifitas dan pengembangan sifat-sifat positif lainnya.

Dalam permainan bola basket terdapat beberapa Teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain: *Passing, Dribble, Shooting, Pivot* atau cara berputar dan *Rebound* dari kelima Teknik dasar tersebut, penulis bermaksud mengadakan penelitian tentang Teknik dasar chest pass yang baik dan benar. Gerakan *chest pass* adalah Teknik passing atau mengumpan yang dilakukan dari depan dada dan diarahkan keteman satu tim. Teknik ini dilakukan oleh dua tangan dengan dorongan kencang sehingga menciptakan luncuran bola cepat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah kuantitatif tergolong pada jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik *analisis krelasional*. Arikunto (2019:239) menjelaskan: Jenis penelitian yang dilakukan atau dilaksanakan peneliti berupa penelitian tindakan kelas (PTK) dengan tujuan meningkatkan hasil belajar keterampilan Teknik dasar chest pass melalui penerapan modifikasi permainan dalam permainan bola basket agar dapat mencapai nilai KKM yang telah ditetapkan, dengan menggunakan dua siklus dalam penelitian ini. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas

VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru yang berjumlah 33 siswa. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan melihat siswa melakukan teknik dasar *chest pass* bola basket dengan menggunakan tes unjuk kerja.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya meningkatkan teknik dasar *chest pass* bola basket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 35 Pekanbaru melalui modifikasi permainan sebagai berikut:

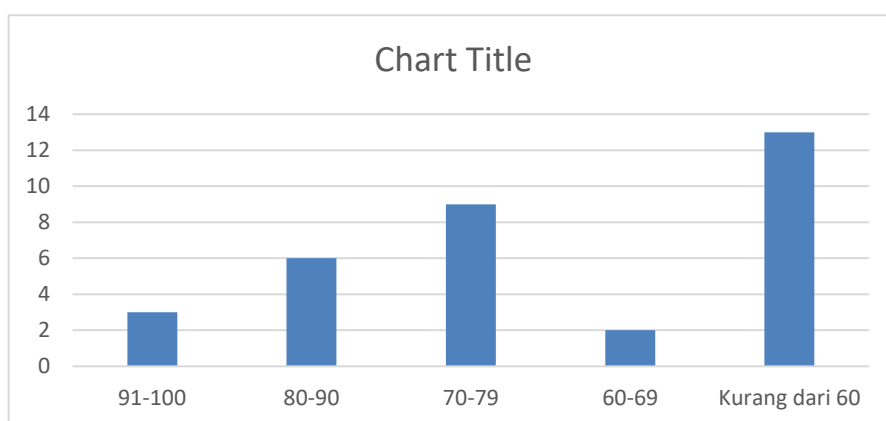
1. Observasi dan Evaluasi Siklus 1

Dalam proses penelitian siklus 1 diperoleh nilai dengan interval 91-100 dalam kategori sangat baik 3 siswa (9,09%), interval 80-90 dalam kategori baik 6 siswa (18,18%), interval 70-79 kategori cukup 9 siswa (27,27%), interval 60-69 dalam kategori kurang 2 siswa (6,06%), interval kurang dari 60 dalam kategori sangat kurang 13 siswa (39,39%). Dapat dilihat dari table berikut.

Tabel 1. Interval Teknik Dasar Chest Pass Bola Basket VIII 3 siklus I

No	Kriteria Penilaian	Klasifikasi Nilai	frekuensi	Presentase
1	91-100	Sangat Baik	3	9,09%
2	80-90	Baik	6	18,18%
3	70-79	Cukup	9	27,27%
4	60-69	Kurang	2	6,06%
5	Kurang dari 60	Sangat Kurang	13	39,39%
Jumlah siswa yang tuntas			18	54,54%

Grafik 1. Histogram Penilaian *Teknik Dasar Chest Pass* Siklus I Kelas VIII 3 SMPN 35 Pekanbaru



2. Observasi dan Evaluasi Siklus II

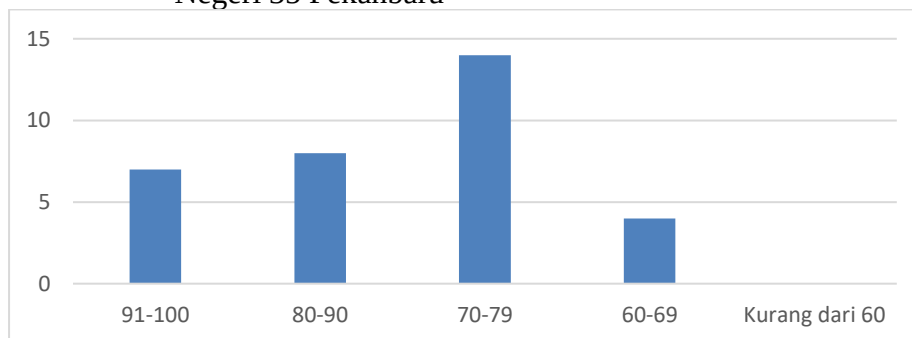
Dari hasil penelitian siklus II dengan interval nilai 91-100 dalam kategori sangat baik 7 siswa (21,21%), interval nilai 80-90 dalam kategori baik 8 siswa (24,24%), interval nilai 70-79 dalam kategori cukup 14 siswa (42,42%), interval nilai 60-69 dalam kategori kurang 4

siswa(12,12%), interval kurang dari 60 dalam kategori sangat kurang 0 siswa.Dibawah ini merupakan table interval nilai pada siklus II.

Tabel 2. Interval Teknik Dasar chest Pass kelas VIII 3 siklus II

No	Kriteria Penilaian	Klasifikasi Nilai	frekuensi	Presentase
1	91-100	Sangat Baik	7	21,21%
2	80-90	Baik	8	24,24%
3	70-79	Cukup	14	42,42%
4	60-69	Kurang	4	12,12%
5	Kurang dari 60	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah siswa yang tuntas			29	87,87%

Grafik 2. Histogram penilaian Teknik Dasar Chest Pass siklus II kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru

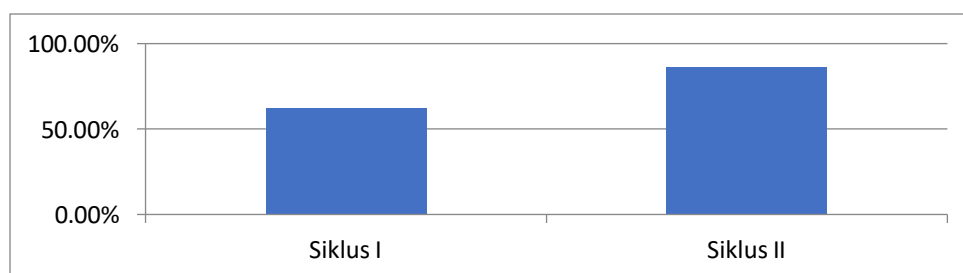


Berdasarkan Deskripsi diatas yang telah dipaparkan maka dapat dilihat bahwa dengan menerapkan pembelajaran modifikasi permainan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar chest pass permainan bola basket. Siswa yang tuntas mencapai KKM 75 pada penelitian siklus 1 terdapat 18 siswa (54,54%) yang tuntas dan 15 siswa (45,45%) tidak tuntas.Sedangkan pada siklus II terdapat 29 siswa (87,87%) tuntas dan 4 siswa (12,12%) tidak tuntas.untuk lebih jelas mengenai peningkatan hasil belajar teknik dasar chest pass bola basket,dapat dilihat data siklus 1 dan II pada hasil belajar siswa melalui modifikasi permainan:

Tabel3. Perbandingan Hasil Belajar Melalui Siswa Metode modifikasi Permainan

Ketuntasan	Siklus I	Siklus II	Keterangan
Tuntas	18 (54,54%)	29 (87,87%)	Adanya Peningkatan
Tidak tuntas	15 (45,45%)	4 (12,12%)	
Jumlah	33 (100%)	33, (100%)	

Grafik 3. Histogram Perbandingan Hasil Belajar *Teknik Dasar chest pass Bolabasket* Siklus I dan Siklus II



Berbagai usaha telah dilakukan oleh guru untuk dapat meningkatkan hasil belajar agar dapat mencapai hasil yang diinginkan dalam proses pembelajaran bola basket, khususnya pada teknik dasar chest pass bola basket. Dapat melakukan teknik dasar passing yang baik, salah satunya teknik chest pass, dapat mempermudah untuk mendapatkan poin saat dalam proses permainan bola basket berlangsung. Selanjutnya teknik dasar chest pass ialah teknik melempar bola yang diarahkan kepada rekan satu team atau teman.

Setelah proses pengambilan data dilanjutkan dengan menganalisis data yang telah diperoleh dari hasil tes untuk mengetahui peranan metode modifikasi permainan dalam Upaya meningkatkan teknik dasar chest pass bola basket pada siswa kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru.

Dari data yang telah diuraikan dapat disimpulkan bahwa pada penelitian siklus I yang tuntas 18 siswa sedangkan yang tidak tuntas 15 siswa. selanjutnya pada penelitian siklus II yang tuntas 29 siswa dan yang tidak tuntas 4 siswa. dari data yang telah diuraikan terdapat peningkatan hasil belajar siswa melalui metode modifikasi permainan yang telah dibuat terhadap teknik dasar chest pass bola basket. Hal itu dapat terlihat dari siklus I dan siklus II terdapat peningkatan 33,33% serta yang tidak tuntas secara garis besar hanya 4 siswa dari total 33 siswa. Dalam proses pembelajaran guru harus memiliki cara atau metode tertentu yang efektif agar proses pembelajaran berjalan dengan baik.

Dari hasil yang didapat pada siklus I masih banyak terdapat siswa yang nilainya belum mencapai KKM, hal ini dikarenakan masih banyak siswa yang salah dalam melakukan chest pass seperti posisi saat memegang bola, arah lemparan bola tidak mengarah ke teman dan kesalahan lainnya sehingga hasil yang dicapai belum memuaskan. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran yang dilakukan peneliti masih perlu perencanaan yang efektif dan lebih baik dengan memperhatikan kekurangan dan kelebihan yang telah teridentifikasi pada siklus I sebagai dasar perbaikan siklus II. Peneliti mengevaluasi kesalahan-kesalahan yang terjadi dan melanjutkan penelitian ke siklus II untuk meningkatkan hasil belajar teknik dasar chest pass bola basket melalui modifikasi permainan.

Pada siklus II terjadi peningkatan yang sangat signifikan karena siswa sudah memahami tujuan pembelajaran modifikasi dan pada saat penilaian sudah banyak siswa yang melakukan teknik dasar chest pass dengan benar. Tetapi masih terdapat beberapa siswa yang belum benar saat melakukan teknik dasar chest pass seperti saat tujuan arah melempar bola tidak mengarah ke dada teman. Pada proses pembelajaran menggunakan metode modifikasi permainan siswa dapat mencapai hasil belajar yang baik. Hal ini disebabkan metode modifikasi permainan memudahkan siswa dalam proses pembelajaran. Dimana dengan memodifikasi permainan dapat membuat siswa senang dan termotivasi serta tertarik dalam proses pembelajaran sehingga siswa dapat dengan mudah mengerti tujuan pembelajaran yang disampaikan. Hal ini membuktikan bahwa metode modifikasi permainan dapat meningkatkan teknik dasar chest pass bola basket pada siswa kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru.

KESIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian yang sudah dilaksanakan pada siswa kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru mengenai peningkatan hasil belajar teknik dasar chest pass bola basket melalui metode modifikasi permainan. Dari penjelasan ini dapat disimpulkan dari subjek penelitian yang berjumlah 33 siswa, pada siklus I terdapat 18 siswa (54,54%) tuntas dan 15 siswa (45,45%) tidak tuntas, kemudian dilanjutkan pada siklus II terdapat 29 siswa (87,87%) tuntas dan 4 siswa (12,12%) tidak tuntas, serta perbandingan peningkatan siklus I ke siklus II sebesar 33,33%.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, B. F. (2018). Pembelajaran Operan Dada (Chest Pass) Dalam Permainan Basket Melalui Metode Mengajar Penemuan Terpimpin Pada Siswa Kelas viii SMP Negeri 1 Jonggol. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(1), 61–66.
<http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jsce/article/view/6480/4673>
- Amra, F. (2017). Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Chest Pass Atlet Bola Basket Sma Pembangunan Laboratorium Padang. *Jurnal MensSana*, 2(2), 36. <https://doi.org/10.24036/jm.v2i2.22>
- Arsilia, I. (2012). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Secara Interval Dan Kontinyu Terhadap Kemampuan Chest Pass Pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Sma Negeri 2 Sukoharjo Tahun Pelajaran 2011/2012. *Per[Ustakaan.Uns.Ac.Id]*, 1, 1–51.
- Budi, D. R. (2021). Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 02, 612–616.
- Gunawan Saputra, A. dan A. (2005). Kontribusi Daya ledak otot lengan dan koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Chest Pass Pada Atlet Bolabasket. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1, 598–608. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049>
<http://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391>
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S095026880500205>
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21918515>
<http://www.cabi.org/cabebooks/ebook/20083217094>
- Hasrion, Sari, M., & Gazali, N. (2020). Penelitian Tindakan Kelas: Meningkatkan kemampuan teknik dasar shooting sepakbola melalui metode bagian. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 16–24. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(1\).5119](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(1).5119)
- Nugroho, A., & Fajar Mugo Raharjo. (2020). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Passing Chest Pass Dalam Bermain Bola Basket Dengan Penerapan Variasi Pembelajaran Dan Modifikasi Bola Siswa Kelas Viii Smp Santa Maria Medan Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 7(1), 24–29. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i1.163>
- Nurahman, F., & Ridwan, M. (2019). Pengaruh Variasi Latihan Passing Berkelompok Terhadap Kemampuan Chest Pass. *Jurnal Patriot*, 1(2), 715–724.
- Pamuji, R. (2013). Pengaruh Gaya Mengajar Komando dan Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 1(May), 106.
- Putri, A., & Mariati, S. (2020). Pengaruh Modifikasi Permainan Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMA N 15 Padang. *Patriot*, 2, 15–25.

- Rahmadani, A., Candra, O., Daharis, & Khoeri, A. (2021). Model pembelajaran bola basket berbasis permainan: Bagaimana peningkatannya terhadap keterampilan passing? *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 2(3), 190–197. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2\(3\).7953](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2(3).7953)
- Ramdani, S., Aminudin, R., & Hidayat, D. (2021). Pengaruh Pembelajaran Kooperatif Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Chest Pass Bola Basket di SMPN 1 Rengasdengklok. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(2), 88–96. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i2.3945>
- Simanjuntak, E. M. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Bola Basket Melalui Media Audiovisual Dengan Model Pembelajaran Discovery Learning Pada Siswa Kelas Sepuluh Atph (Pertanian) Smk Negeri 2 Somolo-Molo Tahun Pelajaran 2020/2021. *Indonesia Sport Journal*, 3(1), 32. <https://doi.org/10.24114/isj.v3i1.20867>
- Sudijono. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta, PT Raja Grafindo Persaja.
- Suhada, R. B. (2020). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Chest pass Atlet BolaBasket Biru Utama. *Jurnal Patriot*, 2, 453–463. teknikteknik chest pas
- Wibawa, S. (2021). *Penelitian Tindakan Kelas*.yogyakarta.
- Windary, W., Mahardhika, D. B., Sumarsono, R. N., & Suherman, A. (2022). Pengaruh Penggunaan Alat Modifikasi Pipa Aluminium Terhadap Kemampuan Lempar Lembing pada Siswa SMA Negeri 1 Setu Kabupaten Bekasi. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 6(1).