



JOLEH

Journal of Sport Education and Humanity

Journal Homepage: <https://andeslubspublisher.com/joleh>



PENINGKATAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR CHEST PASS BOLA BASKET MENGGUNAKAN VARIASI MENGAJAR PADA SISWA KELAS 7 SMP 4 SIAK HULU

^{1abcde}MUHAMMAD ISNAIN LUBIS*, & ^{2ade}ZULRAFLI

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau, Pekanbaru, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau, Pekanbaru, Indonesia

Received 25 November 2025; Accepted 29 Desember 2025; Published 01 Maret 2026



ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *chest pass* bola basket melalui penerapan variasi mengajar pada siswa kelas VII SMP 4 Siak Hulu. Permasalahan yang melatarbelakangi penelitian ini adalah rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan *chest pass*, yang ditandai dengan ketidaktepatan arah operan, kurangnya kekuatan dorongan, serta sikap tubuh yang belum sesuai dengan teknik yang benar. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas VII SMP 4 Siak Hulu yang berjumlah 43 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan tes praktik keterampilan *chest pass*, sedangkan analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan variasi mengajar dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *chest pass* bola basket siswa. Pada siklus I terjadi peningkatan kemampuan siswa, namun belum mencapai hasil yang optimal sehingga dilanjutkan ke siklus II. Pada siklus II, kemampuan siswa mengalami peningkatan yang lebih signifikan, ditandai dengan meningkatnya ketepatan gerak, koordinasi, serta keterampilan melakukan *chest pass* sesuai dengan indikator penilaian.

Keywords: variasi mengajar; chest pass; bola basket

*Corresponding Author

Authors' Contribution: a – Study Design; b – Data Collection; c – Statistical Analysis; d – Manuscript Preparation; e – Funds Collection



PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, dan penghayatan nilai-nilai yang berimplikasi pada sikap, mental, emosional, spiritual dan sosial. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan olahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana, melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman dan ekspresi pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, dan terampil. (Candra, 2017).

Olahraga didefinisikan sebagai aktivitas fisik yang terstruktur dan terencana dengan mengikuti aturan-aturan yang berlaku dengan tujuan tidak hanya untuk membuat tubuh jadi lebih bugar namun memiliki makna yang tidak sesederhana itu. (Cendra et al., 2025). Pendidikan olahraga adalah pendidikan jasmani yang bertujuan untuk mengembangkan potensi pada peserta didik dalam kegiatan olahraga. Selain itu, pendidikan olahraga bertujuan untuk meningkatkan solidaritas sesama teman dan menjadikan peserta didik

menjadi manusia yang berkualitas sehingga memajukan bangsa dan Negara dalam bidang olahraga (Febi Dwi Putri & Daharis, 2023).

Secara filosofis, pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi manusia secara menyeluruh, meliputi aspek fisik, psikis, sosial, dan moral. Pendidikan jasmani tidak hanya dimaknai sebagai kegiatan olahraga semata, tetapi sebagai sarana pembentukan karakter, pembiasaan nilai-nilai sportivitas, tanggung jawab, serta kerja sama antarsiswa dalam suasana yang menyenangkan.

Dalam konteks ini, pembelajaran bola basket memiliki peranan penting sebagai media pendidikan karena di dalamnya terkandung nilai-nilai filosofis yang selaras dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu membentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani, cerdas, berakhlak mulia, serta mampu berinteraksi secara positif di lingkungan sosialnya. Bola basket sebagai salah satu cabang olahraga permainan bukan hanya melatih kemampuan fisik, tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir taktis, keterampilan sosial, disiplin, dan kerja sama tim.

Bola basket mengajarkan bahwa *passing* yang sempurna, seperti teknik *chest pass* yang akurat, seringkali lebih berharga daripada *shooting* yang gemilang, karena ia menciptakan peluang bagi orang lain untuk sukses, merefleksikan nilai kerendahan hati di tengah semangat kompetisi. Selain aspek kolaboratif, bola basket juga merupakan instrumen ampuh untuk melatih kecepatan pengambilan keputusan di bawah tekanan (*pressure*) waktu dan lawan; siswa dilatih untuk berpikir kritis, responsif, dan adaptif dalam hitungan detik sebuah keterampilan kognitif yang sangat relevan dan dapat ditransfer ke dalam kehidupan sehari-hari dan akademik.

Teknik ini menjadi dasar utama dalam membangun kerja sama tim dan memperlancar jalannya permainan, karena sebagian besar operan dalam pertandingan dilakukan melalui *chest pass*. Namun, dalam praktik pembelajaran di sekolah, kemampuan siswa dalam melakukan *chest pass* sering kali belum optimal. Banyak siswa yang belum memahami posisi tubuh yang benar, kekuatan dorongan tangan yang sesuai, serta arah bola yang tepat. Kondisi ini dapat disebabkan oleh kurangnya penerapan variasi dalam proses pembelajaran yang menyebabkan latihan menjadi monoton dan membosankan bagi siswa. Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam strategi mengajar yang mampu menumbuhkan minat, motivasi, dan keterlibatan aktif siswa dalam pembelajaran.

Dalam konteks teori pembelajaran, variasi mengajar merupakan salah satu prinsip penting untuk meningkatkan efektivitas proses belajar. Variasi mengajar mencakup perubahan dalam gaya mengajar, metode penyampaian, bentuk latihan, media yang digunakan, maupun pola interaksi antara guru dan siswa. variasi mengajar berfungsi untuk mengatasi kebosanan, mempertahankan perhatian siswa, dan menciptakan suasana belajar yang dinamis. Dengan adanya variasi, siswa tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai pelaku aktif dalam proses belajar.

Berdasarkan hasil observasi, peneliti menemukan pembelajaran yang kurang baik pada teknik *Chest Pass* yang dilakukan oleh para siswa. Meskipun *Chest Pass* adalah teknik yang paling mudah dilakukan dalam bola basket, ternyata hal ini tidak sepenuhnya dapat dipraktekkan dengan baik oleh siswa. Banyak *passing* yang meleset serta penguasaan kemampuan *chest pass* belum tepat dan maksimal.

Alasan peneliti memilih variasi mengajar adalah karena permasalahan yang timbul dalam kegiatan pembelajaran zaman sekarang. Permasalahan tersebut yaitu kurangnya kreatifitas guru dalam menggunakan berbagai bentuk pembelajaran, sehingga menyebabkan siswa kurang aktif dalam menerima dan merespon mata pelajaran yang disajikan. Apabila siswa kurang aktif dalam menerima dan merespon pembelajaran yang disajikan, maka tujuan belajar yang telah ditetapkan oleh guru sebelumnya tidak tercapai.

Di SMP 4 Siak Hulu, pengamatan awal menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam

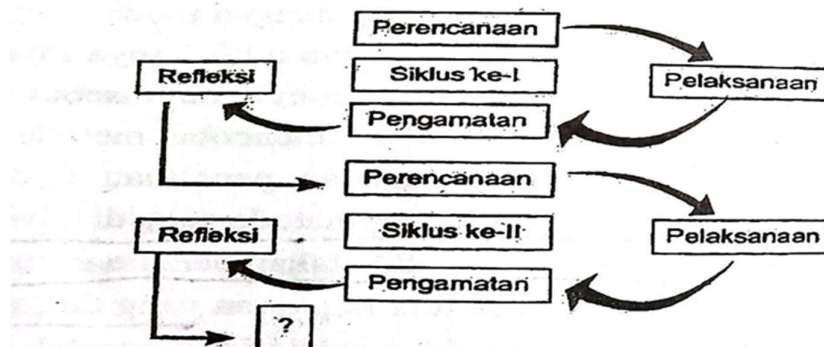
melakukan chest pass masih tergolong rendah. Banyak siswa yang belum mampu mengontrol kekuatan dan arah bola dengan baik, sehingga kerja sama tim dalam permainan belum optimal. Hal ini menunjukkan perlunya inovasi dalam proses pembelajaran agar teknik dasar tersebut dapat dikuasai dengan lebih cepat dan efektif. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada penerapan variasi mengajar sebagai strategi untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *chest pass* bola basket pada siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu.

Berdasarkan permasalahan di atas peneliti ingin melakukan penelitian tentang peningkatan kemampuan teknik dasar chest pass bola basket menggunakan variasi pembelajaran pada siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan variasi mengajar dalam pembelajaran Teknik dasar *Chest Pass* bola basket pada siswa kelas 7 SMP Siak Hulu. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan acuan dalam menyusun rencana pembelajaran dan melaksanakan pembelajaran dengan penggunaan metode dan media pembelajaran yang sesuai.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif melalui survei dimana peneliti memberikan tes dan pengukuran pada siswa ekstrakurikuler bolabasket usia 13-15 tahun (Suryadi, 2022). Penelitian tindakan kelas (PTK) adalah penelitian yang memaparkan terjadinya sebab-akibat dari perlakuan, sekaligus memaparkan apa saja yang terjadi ketika perlakuan diberikan, dan memaparkan seluruh proses sejak awal pemberian perlakuan sampai dengan dampak dari perlakuan tersebut.

Rancangan penelitian tindakan sebagai langkah untuk mempermudah dalam melakukan suatu tindakan kelas. Berdasarkan rencana tindakan tersebut bahwa langkah-langkah nya ada 4 tahap pada gambar berikut.



Gambar 1. Langkah-langkah Penelitian (Arikunto, Suharsimi, 2017)

Agar PTK mencapai hasil yang optimal dan sesuai dengan harapan, maka penyusunan PTK harus melalui tahap-tahap penyusunan PTK. Perlakuan langkah-langkah penelitian Berdasarkan RPP dibagi pada siklus sebagai berikut :

1. Siklus I

a) Perencanaan

Perencanaan kegiatan yang dilakukan dalam pelaksanaan pembelajaran dengan variasi mengajar yaitu mempersiapkan hal-hal berikut: 1) Peneliti mensosialisasikan pembelajaran variasi mengajar pada guru mata pelajaran olahraga 2) Membuat rencana penelitian (RPP) 3) Menyiapkan penilaian hasil belajar.

b) Pelaksanaan tindakan

Tahapan pelaksanaan tindakan kelas yang dilakukan oleh peneliti adalah melaksanakan rencana pembelajaran yang telah disusun.

c) Observasi dan evaluasi

Kegiatan observasi dilakukan setiap proses pembelajaran berlangsung, dengan menggunakan lembar observasi dimana pada tahap ini kegiatan peneliti dan aktivitas belajar siswa diobservasi oleh guru olahraga. Evaluasi dilakukan dengan cara melihat gerakan siswa dari awal, melakukan, dan gerakan selanjutnya.

d) Refleksi

Hasil yang diperoleh dari observasi dan hasil evaluasi belajar siswa dikumpulkan serta dianalisis, sehingga dari hasil tersebut peneliti dapat merefleksikan diri dengan melihat data dari observasi. Jika terdapat kekurangan peneliti dapat melakukan perbaikan pada siklus berikutnya.

2. Siklus II

Siklus II merupakan lanjutan siklus I. langkah-langkah yang dilakukan pada prinsipnya sama dengan pada siklus I. Jika refleksi siklus I memperoleh hasil yang kurang optimal maka di lanjutkan ke siklus 2.

Keempat langkah tersebut merupakan satu siklus ataupun putaran, artinya setelah tahap ke- 4 (refleksi), kemudian kembali ke- 1 (perencanaan) serta seterusnya. Walaupun sifatnya berbeda langkah ke- 2 (pelaksanaan) serta ke- 3 (pengamatan) dicoba secara bersamaan jika pelaksana dan pengamat berbeda. Dengan kata lain objek pengamatan telah dulu sekali terjalin. Menurut pemahaman diatas, karena penelitian yang dicoba ini peneliti pula berperan selaku pengamat, hingga pengamatan dilakukan sesudah terjadinya pelaksanaan.

Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas 7 yang mengikuti mata pelajaran PJOK di SMP 4 Siak Hulu.

Tabel 1. Populasi Siswa Kelas 7 SMP 4 Siak Hulu

No	Kelas	Putra	Putri
1	7	17	26
	Jumlah	43 siswa	

Adapun teknik sampel yang digunakan adalah total sampel yaitu populasi dijadikan sampel penelitian mengambil sampel satu kelas yaitu siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu berjumlah 43 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik observasi langsung dan teknik pengukuran. Selanjutnya teknik analisis dilakukan secara deskriptif kuantitatif berdasarkan hasil observasi terhadap aktivitas, dan hasil belajar

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan terkait peningkatan kemampuan teknik dasar chest pass bola basket menggunakan variasi mengajar pada siswa kelas 7 smp 4 siak hulu dilakukan dengan dua siklus dengan hasil pengolahan data sebagai berikut:

1. Data Hasil Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Chest Pass Bola Basket Menggunakan Variasi Mengajar Pada Siswa Kelas 7 Smp 4 Siak Hulu Pada Siklus 1

Berdasarkan hasil observasi dan penilaian keterampilan gerak siswa dalam melakukan teknik dasar chest pass bola basket pada Siklus I, dapat dilihat bahwa penerapan variasi mengajar mulai memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan siswa, meskipun

peningkatan yang terjadi masih bersifat awal dan belum optimal.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Siklus 1 Siswa Kelas 7 SMP 4 SIAK HULU

Nilai	Keterangan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
91 – 100	Sangat Baik	0	0,00
80 – 90	Baik	5	11,63
70 – 79	Cukup	13	30,23
< 70	Kurang	25	58,14
Jumlah		43	100

Dari data ini dapat disimpulkan bahwa meskipun variasi mengajar telah diterapkan, tingkat penguasaan keterampilan pada Siklus I masih rendah, dengan rata-rata nilai 67,8 dan persentase ketuntasan hanya mencapai 41,86%, jauh di bawah kriteria ketuntasan minimal klasikal 75%. Kondisi ini menjadi dasar bagi peneliti untuk melakukan perbaikan dan penguatan pada Siklus II melalui latihan tambahan, bimbingan individual, dan penekanan pada aspek teknik yang paling lemah, sehingga diharapkan kemampuan siswa dalam melakukan chest pass dapat meningkat secara signifikan pada siklus berikutnya. Selanjutnya dari hasil distribusi data tes siklus I siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu di atas, dapat diklasifikasikan pada diagram dibawah ini :



Grafik 1. Distribusi Data Hasil Pembelajaran Siklus 1

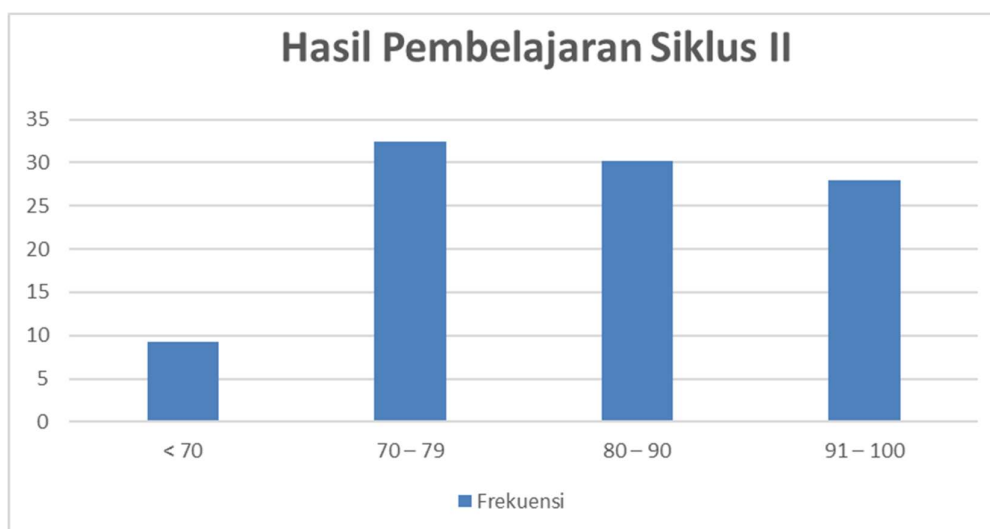
2. Data Hasil Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Chest Pass Bola Basket Menggunakan Variasi Mengajar Pada Siswa Kelas 7 Smp 4 Siak Hulu Pada Siklus 2

Berdasarkan hasil penilaian pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan dalam kemampuan teknik dasar chest pass pada siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu setelah penerapan pembelajaran dengan variasi mengajar. Dari 43 siswa yang mengikuti tes, sebanyak 39 siswa atau sekitar 90% berhasil mencapai nilai minimal 70, yang menandakan bahwa sebagian besar siswa telah memenuhi kriteria ketuntasan belajar individu. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi tes perlakuan siklus II dibawah ini.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Siklus II Siswa Kelas 7 SMP 4 SIAK HULU

Nilai	Keterangan	Frekuensi (f)	Persentase
91 – 100	Sangat Baik	12	27.9%
80 – 90	Baik	13	30.2%
70 – 79	Cukup	14	32.5%
< 70	Tidak Tuntas	4	9.3%
Jumlah		43	100%

Berdasarkan hasil penilaian pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan dalam kemampuan teknik dasar *chest pass* pada siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu setelah penerapan pembelajaran dengan variasi mengajar. Hasil ini juga menunjukkan bahwa persentase ketuntasan klasikal telah mencapai 90%, melebihi kriteria ketuntasan minimal 75%, sehingga pembelajaran pada Siklus II dapat dikatakan berhasil. Dengan kata lain, implementasi variasi mengajar tidak hanya meningkatkan penguasaan keterampilan motorik siswa dalam melakukan *chest pass*, tetapi juga memperkuat pemahaman konsep gerakan yang benar dan mendorong siswa untuk lebih percaya diri dalam praktik, sehingga terlihat adanya peningkatan signifikan dari Siklus I ke Siklus II. Selanjutnya dari hasil distribusi data tes siklus I siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu di atas, dapat diklasifikasikan pada diagram dibawah ini



Grafik 2. Distribusi Data Hasil Pembelajaran Siklus 2

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti, dapat dilihat bahwa peneliti menerapkan variasi mengajar pada peningkatan teknik *chest pass* dimana telah dilaksanakan perlakuan atau tindakan sebanyak dua siklus.

Tabel 4. Distribusi Data Ketuntasan Keterampilan *Chest Pass* Siswa Siklus I dan II

Siklus	Jumlah siswa	Siswa Tuntas	Persentase Ketuntasan (%)	Siswa belum tuntas	Persentase (%)
Siklus I	43	18	41,86	25	58,14
Siklus II	43	39	90,7	4	9,3

Dari tabel di atas terlihat bahwa pada Siklus I, hanya 18 siswa (41,9%) yang tuntas dalam keterampilan *chest pass*, sedangkan 25 siswa (58,1%) belum tuntas. Setelah dilakukan perbaikan pembelajaran pada Siklus II, jumlah siswa yang tuntas meningkat menjadi 39 siswa (90,7%), dan hanya 4 siswa (9,3%) yang belum tuntas. Hal ini menunjukkan bahwa

penerapan variasi mengajar, pengulangan demonstrasi, dan latihan terfokus secara signifikan meningkatkan kemampuan teknik dasar chest pass siswa SMP 4 Siak Hulu.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar chest pass bola basket pada siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu melalui penerapan variasi mengajar. pada Siklus I, sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik chest pass secara sempurna. Faktor penyebab rendahnya ketuntasan antara lain kurang fokusnya siswa saat demonstrasi, frekuensi latihan yang terbatas, dan minimnya bimbingan individual bagi siswa yang mengalami kesulitan.

Berdasarkan refleksi pada akhir Siklus I, peneliti menyadari perlunya peningkatan metode pembelajaran. Oleh karena itu, pada Siklus II, peneliti melakukan beberapa perbaikan strategi untuk meningkatkan penguasaan teknik chest pass. Pada tahap perencanaan, peneliti tetap menyiapkan lokasi, menyusun RPP, dan menyiapkan rubrik penilaian, tetapi fokus diberikan pada pengulangan demonstrasi, pemberian latihan tambahan, serta bimbingan lebih intensif bagi siswa yang belum menguasai gerakan. Penekanan diberikan pada gerakan yang benar, mulai dari posisi sikap awal, dorongan lengan, arah pelepasan bola, hingga posisi akhir gerakan dan pandangan mengikuti arah bola.

Distribusi nilai menunjukkan bahwa jumlah siswa pada kategori sangat baik dan baik meningkat drastis dibandingkan dengan Siklus I. Hal ini menegaskan bahwa strategi variasi mengajar yang dipadukan dengan pengulangan demonstrasi, latihan berulang, dan bimbingan individual sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa. Perbandingan antara Siklus I dan Siklus II menunjukkan adanya peningkatan yang nyata, di mana strategi pembelajaran yang lebih interaktif dan terfokus mampu mengurangi jumlah siswa yang belum tuntas secara signifikan.

Pendapat ahli secara konsisten mendukung variasi mengajar sebagai pendekatan yang adaptif untuk meningkatkan keterampilan motorik halus seperti chest pass, yang melibatkan koordinasi tangan-mata, kekuatan lengan, dan akurasi operan. variasi mengajar seperti penggabungan demonstrasi, latihan berpasangan, dan modifikasi permainan mampu mengoptimalkan interaksi siswa-guru, sehingga mengurangi hambatan psikologis seperti kurang fokus (seperti yang terlihat pada Siklus I). Hal ini sejalan dengan pendapat (Helmiati, 2015) yang menyatakan bahwa metode demonstrasi tunggal tanpa latihan berulang dan umpan balik individu kurang efektif untuk menguasai keterampilan motorik, serta dengan temuan (Ali, 2018) yang menunjukkan bahwa penguasaan chest pass awal siswa cenderung rendah jika metode pembelajaran hanya berupa demonstrasi sederhana.

Pada Siklus II, setelah diterapkan strategi variasi mengajar yang menekankan pengulangan demonstrasi, latihan berulang, dan bimbingan individual, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana 90,7% siswa mencapai ketuntasan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa variasi mengajar efektif dalam meningkatkan penguasaan teknik chest pass, konsisten dengan penelitian (Daharis & Rahmadani, 2018) yang menemukan bahwa metode latihan variasi dapat meningkatkan keterampilan bermain bola basket, serta (Amin, 2018) yang menekankan efektivitas metode penemuan terpimpin dalam penguasaan teknik operan dada. Selain itu, penerapan bimbingan individual sejalan dengan temuan (Junaidi, 2021) yang menyatakan bahwa koreksi langsung kepada siswa yang mengalami kesulitan sangat membantu dalam memperbaiki gerakan yang salah.

Faktor pendukung keberhasilan Siklus II mencakup pengulangan demonstrasi yang membantu siswa memahami gerakan secara rinci (Burhan & Herlina, 2022), latihan berulang yang memperkuat koordinasi gerak dan memori otot (Rahamadani et al., 2021),

serta bimbingan individual yang memberikan kesempatan siswa untuk menerima umpan balik langsung.

Perbandingan antara Siklus I dan II menegaskan bahwa strategi pembelajaran yang lebih interaktif dan terfokus mampu meningkatkan keterampilan siswa secara signifikan dan mengurangi jumlah siswa yang belum tuntas. Pendapat (Candra, 2017). mendukung hal ini dengan menyatakan bahwa metode pembelajaran interaktif dan kooperatif dapat meningkatkan keterampilan praktis siswa karena mereka lebih aktif berlatih dan menerima umpan balik. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan variasi mengajar yang dikombinasikan dengan pengulangan demonstrasi, latihan berulang, dan bimbingan individual merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar chest pass pada siswa SMP.

KESIMPULAN

penerapan variasi mengajar dalam pembelajaran teknik dasar chest pass bola basket terbukti mampu meningkatkan kemampuan siswa kelas 7 SMP 4 Siak Hulu. Siklus I berfungsi sebagai dasar untuk mengidentifikasi kesulitan siswa dan menentukan strategi perbaikan, sementara Siklus II membuktikan efektivitas perbaikan strategi pembelajaran dengan pencapaian ketuntasan yang jauh lebih tinggi. Dengan demikian, pembelajaran olahraga yang mengutamakan demonstrasi, latihan berulang, dan bimbingan individual terbukti memberikan hasil yang optimal dalam penguasaan keterampilan teknik dasar chest pass bagi siswa. Saran untuk peneliti selanjutnya dapat menambahkan metode evaluasi lain, seperti video analisis gerakan, untuk meningkatkan akurasi penilaian keterampilan siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah SMP 4 Siak Hulu karena telah membantu pelaksanaan penelitian ini sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

KONFLIK KEPENTINGAN

Selama pelaksanaan penelitian, peneliti tidak menjumpai hambatan berarti dan bersyukur dapat melaksanakan dengan lancar.

REFERENCES

- Ali, M. (2018). Meningkatkan Pembelajaran Chest Pass Melalui Simpai Dalam Permainan Bola Basket Siswa Kelas XII IPS SMA N 1 KUOK Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 2(2), 533-544.
- Amin. (2018). Pembelajaran Operan Dada (Chest Pass) Dalam Permainan Basket Melalui Metode Mengajar Penemuan Terpimpin Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Jonggol. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(1), 61-66.
- Arikunto, Suharsimi, dkk. (2017). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bumi Aksara.
- Burhan, & Herlina. (2022). Perbandingan Pengaruh Latihan Pull Up Dan Push Up Terhadap Peningkatan Keterampilan Chest Pass Ekstrakurikuler Bola Basket. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 3(1), 48-52.
- Candra, O. (2017). Pengaruh Metode Kooperatif Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket Pada Siswa Puteri Kelas VIII di SMP Negeri 9 Pekanbaru. *Journal Sport Area*, 2(1), 45. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2\(1\).452](https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2(1).452)

- Cendra, R., Gazali, N., Rapindo, & Piranda, M. F. (2025). Analisis Aktifitas Olahraga Dalam Mengidentifikasi Perilaku Siswa Saat Berolahraga. *Jurnal Jendela Aswaja JEAS*, 6(1), 113–120.
- Daharis, & Rahmadani. (2018). Peningkatan Keterampilan Bermain Bola Basket Melalui Metode Latihan Variasi Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa SMA Negeri 10 Pekanbaru. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 9(2), 77–85.
- Febi Dwi Putri, N., & Daharis. (2023). Penerapan Metode Bervariasi Dalam Meningkatkan Keterampilan Dribble Bola Basket Di MTs Al-Muttaqin Pekanbaru. *Science and Education Journal (SICEDU)*, 2(3), 521–529. <https://doi.org/10.31004/sicedu.v2i3.148>
- Helmiati. (2015). Micro Teaching: Melatih Keterampilan Dasar Mengajar. In *Etika Jurnalisme Pada Koran Kuning : Sebuah Studi Mengenai Koran Lampu Hijau*, 16(2).
- Junaidi. (2021). Peningkatan Keterampilan Chest Pass Bola Basket Melalui Metode Peer Teaching Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga. *Jurnal Penjaskesrek*, 1(69), 5–24.
- Rahamadani, Candra, O., Daharis, & Khoeri. (2021). Model pembelajaran bola basket berbasis permainan: Bagaimana peningkatannya terhadap keterampilan passing. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 2(3), 190–197.
- Suryadi, D. (2022). Analisis kebugaran jasmani siswa: Studi komparatif antara ekstrakurikuler bolabasket dan futsal. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 3, 100–110. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2022.vol3\(2\).9280](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2022.vol3(2).9280)