

**PEMANFAATAN MEDIA MODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN
KETERAMPILAN *CHEST PASS* PADA PEMBELAJARAN BOLA
BASKET SISWA SMP NEGERI 1 NATAR**

(Skripsi)

Oleh

ERINA SAMOSIR



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2023**

ABSTRAK

PEMANFAATAN MEDIA MODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN *CHEST PASS* PADA PEMBELAJARAN BOLA BASKET SISWA SMP NEGERI 1 NATAR

OLEH

ERINA SAMOSIR

Penelitian ini dilatarbelakangi dari sebuah permasalahan pembelajaran permainan bola basket pada siswa SMP Negeri 1 Natar. Penelitian ini bertujuan meningkatkan hasil keterampilan *chest pass* serta untuk meningkatkan motivasi dan keseriusan siswa dalam pembelajaran melalui pemanfaatan media modifikasi.

Metode penelitian ini menggunakan penelitian tindak kelas (PTK) dengan prosedur penelitian meliputi *planning*, *action*, *observation* dan *reflecting*. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII C SMP Negeri 1 Natar yang berjumlah 32 siswa. Teknik pengumpulan data melalui tes keterampilan *chest pass* bola basket dan observasi dari proses pembelajaran. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif.

Dari hasil analisis yang diperoleh terdapat peningkatan kondisi dari observasi awal ke siklus I siklus II dan siklus III, baik dari peningkatan aktivitas dalam proses pembelajaran maupun hasil akhir keterampilan *chest pass* bola basket. Dari pengukuran diperoleh prosentasi ketuntasan hasil belajar keterampilan *chest pass* bola basket pada kondisi awal: pada kategori putra 14,3% dan 5,6% pada kategori putri, siklus I: 35,7% untuk kategori putra dan 27,8% untuk kategori putri, siklus II: 78,6% untuk kategori putra dan 72,2% untuk kategori putri, dan siklus III: 92,9% siswa untuk kategori putra dan 88,9% siswa untuk kategori putri. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa penerapan media modifikasi dapat meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket.

Kata Kunci: bola basket, *chest pass*, media modifikasi.

ABSTRACT

UTILIZATION OF MODIFICATION MEDIA TO IMPROVE CHEST PASS SKILLS IN LEARNING BASKETBALL STUDENTS OF SMP NEGERI 1 NATAR

By

ERINA SAMOSIR

This research is motivated by a problem of basketball learning in students of SMP Negeri 1 Natar. This study aims to improve the results of chest pass skills and to increase students' motivation in learning through the use of modified media.

This research method uses class action research (PTK) with research procedures including planning, action, observation and reflecting. The subjects of this research were class VII C students of SMP Negeri 1 Natar, which consisted of 32 students. Data collection techniques through a basketball chest pass skill test and observation of the learning process. The data analysis technique used in this research is descriptive based on quantitative analysis.

From the results of the analysis obtained there was an increase in conditions from the initial observation to cycle I, cycle II and cycle III, both from increased activity in the learning process and the final results of the basketball chest pass skills. From the measurement, it was obtained the percentage of completeness of the learning outcomes of the basketball chest pass skill in the initial conditions: in the male category 14.3% and 5.6% in the female category, cycle I: 35.7% for the male category and 27.8% for the female category, cycle II: 78.6% for the male category and 72.2% for the female category, and cycle III: 92.9% of students for the male category and 88.9% of students for the female category. Based on the results of the study, it was concluded that the application of modified media could improve basketball chest pass skills.

Keywords: *basketball, chest pass, media modification*

**PEMANFAATAN MEDIA MODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN
KETERAMPILAN *CHEST PASS* PADA PEMBELAJARAN BOLA
BASKET SISWA SMP NEGERI 1 NATAR**

Oleh

**ERINA SAMOSIR
1913051011**

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan
Jurusan Ilmu Pendidikan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2023**

Judul Skripsi : **PEMANFAATAN MEDIA MODIFIKASI
UNTUK MENINGKATKAN
KETERAMPILAN *CHEST PASS* PADA
PEMBELAJARAN BOLA BASKET SISWA
SMP NEGERI 1 NATAR**

Nama Mahasiswa : Erina Samosir

Nomor Pokok mahasiswa : 1913051011

Program Studi : S1-Pendidikan Jasmani

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. Herman Tarigan, M.Pd.
NIP. 19601231 1988031 018


Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or.
NIK. 231604910131101

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan


Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP. 197412202009121002

MENGESAHKAN

1. **Tim Penguji**

Ketua : Drs. Herman Tarigan, M.Pd.

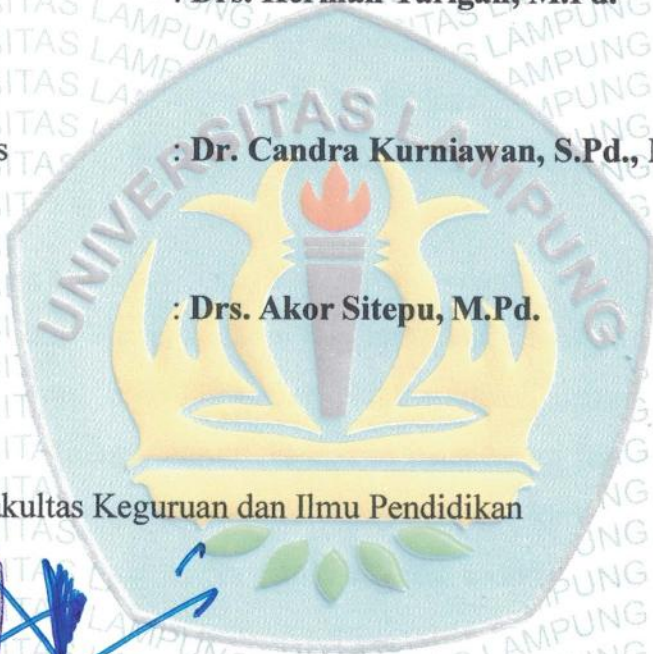
Sekretaris : Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or.

Penguji : Drs. Akor Sitepu, M.Pd.

2. **Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

Prof. Dr. Sunyono, M.Si.
NIP. 19651230 199111 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 11 Mei 2023



Three handwritten signatures in black ink are present on the right side of the document. Each signature is written over a horizontal dotted line, indicating the official's name and position.

HALAMAN PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Erina Samosir
NPM : 1913051011
Program Studi : S1-Pendidikan Jasmani
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pemanfaatan Media Modifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan *Chest Pass* Pada Pembelajaran Bola Basket Siswa SMP Negeri 1 Natar” adalah benar hasil karya penulisan berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Januari dan Februari 2023. Skripsi ini bukan hasil menjiplak ataupun hasil karya orang lain. Apabila di kemudian hari ternyata karya tulis ini ada indikasi/plagiat, saya bersedia di hukum sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku di Universitas Lampung. Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya, atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Bandar Lampung, 11 Mei 2023
Yang membuat pernyataan



Erina Samosir
NPM 1913051011

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Erina Samosir, lahir di Bandar Lampung, Kecamatan Kedaton, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung. Pada tanggal 08 Februari 2001, anak ketiga dari tiga bersaudara.

Penulis selesai Sekolah Dasar pada tahun 2013 di SD Negeri 4 Natar Lampung Selatan, kemudian melanjutkan studi di SMP Yadika Natar Lampung Selatan pada tahun 2016 dan melanjutkan studi di SMA Negeri 1 Natar Lampung Selatan selesai pada tahun 2019, penulis diterima sebagai mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Unila melalui jalur SNMPTN.

Pada tahun 2022 semester ganjil penulis melaksanakan KKN di Kelurahan Sumber Sari, Kecamatan Sragi, Kabupaten Lampung Selatan dan melaksanakan PLP di SD Negeri Sumber Sari, Kecamatan Sragi, Kabupaten Lampung Selatan, Lampung. Demikian riwayat hidup penulis sampaikan dan mudah-mudahan penulis dapat menjadi orang yang berguna bagi agama, keluarga, masyarakat, Bangsa dan Negara Kesatuan Republik Indonesia.

MOTTO

Karena Masa Depan Sungguh Ada, dan Harapanmu Tidak Akan Hilang.

Amsal 23:18

PERSEMBAHAN

Dalam nama Tuhan Yesus

Ku persembahkan karya kecilku kepada

Bapak dan Ibuku yang kuat dan tegar telah memberikan kasih sayang yang tak pernah putus dan dukungan serta doa dalam setiap doanya demi keberhasilanku.

Terimakasih atas segala jasa, usaha dan pengorbanan jerih payah dalam tiap-tiap kucuran keringat yang diberikan untuk kesuksesan dan kebaikan anak-anaknya. Terimakasih telah mengajarkan anakmu ini arti dari kesabaran dan bersyukur dalam segala hal apapun itu.

Terimakasih teramat dalam dan tulus kuucapkan kepada bapak dan ibuku yang selalu ada ketika aku dalam keadaan tidak baik-baik saja. Tetap menjadi pelita yang menerangi kehidupanku dan menjadi saksi dari kesuksesanku.

Serta

Almamater Tercinta Universitas Lampung

SANWACANA

Puji syukur Kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis berterimakasih kepada Bapak Drs. Herman Tarigan, M.Pd., sebagai pembimbing satu dan Bapak Dr. Candra Kurniawan, S.Pd, M.Or., sebagai pembimbing dua, serta Bapak Drs. Akor Sitepu, M.Pd., sebagai pembahas yang memberikan kritik dan saran yang telah membimbing hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Pemanfaatan Media Modifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan *Chest Pass* Pada Pembelajaran Bola Basket Siswa SMP Negeri 1 Natar**” adalah dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk pencapaian gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung. Tak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A., I.P.M. Rektor Universitas Lampung.
2. Prof. Dr. Sunyono, M. Pd., Dekan FKIP Universitas Lampung
3. Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UniversitasLampung.
4. Dr. Heru Sulistianta, S.Pd., M.Or., Ketua Program Studi S-1 Pendidikan Jasmani Universitas Lampung.
5. Drs. Herman Tarigan, M.Pd., Ketua Penguji yang telah meluangkan waktu, memberi ilmu dan membimbing berupa saran, isi dan kritik sehingga sayadapat menyelesaikan tugas hingga akhir dengan baik.
6. Dr. Chandra Kurniawan, S.Pd., M.Or., Seketaris Penguji yang telah memberikan waktu dan pengalamanya sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini serta membimbing saya selama perkuliahan hingga dapat menyelesaikan studi ini.

7. Drs. Akor Sitepu, M.Pd., Penguji Utama saya yang telah memberikan kritikan saran sampai penulis dapat menyelesaikan tugas hingga akhir ini.
8. Dosen di Program Studi S-1 Pendidikan Jasmani FKIP Unila yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan saat penulis menyelesaikan perkuliahan.
9. Kepala Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Natar yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
10. Sahabat terdekat saya Fingkan Anggun Yuniar, Tika Septia Ningsih, Diana Santika, Adisti Marsya Navira, kekasih saya Daniel Sinaga, beserta keluarga besar penjas angkatan 2019.
11. Serta semua pihak yang tidak dapat dituliskan satu persatu.

Akhir kata, Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua, Aamiin.

Bandar Lampung, 11 Mei 2023

Penulis



Erina Samosir

NPM 1913051011

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Hasil Penelitian	6
1.7 Ruang Lingkup Penelitian	6
1.8 Penjelasan Judul	7
II. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani	8
2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani.....	8
2.1.2 Manfaat Pendidikan Jasmani	9
2.1.3 Tujuan Pendidikan Jasmani	11
2.2 Hakikat Pembelajaran	11
2.2.1 Pengertian Pembelajaran.....	11
2.2.2 Manfaat Pembelajaran.....	13
2.2.3 Tujuan Pembelajaran.....	13
2.3 Pembelajaran Penjas HOTS	14
2.4 Hakikat Belajar Motorik	17
2.4.1 Pengertian Belajar Motorik.....	17
2.4.2 Manfaat Belajar Motorik.....	19
2.4.3 Tujuan Belajar Motorik.....	20
2.5 Hakikat Media Modifikasi pada KBM Penjas	20
2.5.1 Pengertian Media Modifikasi.....	20
2.5.2 Manfaat Media Modifikasi.....	21
2.5.3 Tujuan Modifikasi.....	22
2.6 Modifikasi Sarana Pembelajaran <i>Passing</i> Bola Basket	23
2.6.1 Modifikasi <i>Chest Pass</i> dengan Bola Plastik Pembatas Net.....	23
2.6.2 Modifikasi <i>Chest pass</i> dengan Bola Karet Sasaran Tembok.....	24

2.6.3	Modifikasi <i>Chest pass</i> dengan Bola Voli Sasaran <i>Hula Hoop</i>	25
2.7	Permainan Bola Basket	26
2.7.1	Lapangan Bola Basket	28
2.7.2	Papan Pantul	29
2.7.3	Keranjang/ <i>Ring</i> Basket	29
2.7.4	Bola Basket	30
2.8	Teknik Dasar Permainan Bola Basket	30
2.9	Teknik Melempar dan Menangkap	31
2.10	<i>Passing Dada (Chest Pass)</i> Bola Basket.....	33
2.11	Penelitian yang Relevan	35
2.12	Kerangka Berpikir	36
III.	METODOLOGI PENELITIAN	
3.1	Metode Penelitian	38
3.2	Jenis Penelitian.....	38
3.3	Populasi dan Sampel	40
3.4	Lokasi dan Waktu Penelitian	41
3.5	Personel Yang Terlibat.....	41
3.6	Defenisi Operasional.....	42
3.7	Rancangan Penelitian.....	42
3.7.1	Siklus I	42
3.7.2	Siklus II.....	42
3.7.3	Siklus III.....	43
3.8	Proses Pembelajaran	43
3.9	Teknik Pengumpulan Data.....	46
3.10	Instrumen Penelitian	47
3.11	Teknik Analisis Data.....	48
3.12	Indikator Keberhasilan Belajar	49
IV.	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1	Hasil Penelitian	50
4.1.1	Pelaksanaan Tindakan.....	50
4.1.2	Pengolahan dan Analisis Data.....	57
4.1.3	Analisis Ketuntasan Klasikal dan Efektivitas Pembelajaran	70
4.2	Pembahasan.....	72
V.	KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1	Kesimpulan	76
5.2	Saran	77
5.3	Rekomendasi Penelitian.....	77
	DAFTAR PUSTAKA	78
	LAMPIRAN	82

DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1 Jumlah Sampel	40
3.2 Rencana Kegiatan Penelitian	41
3.3 Rubrik Penilaian.....	47
3.4 Interval Kategori <i>Chest Pass</i>	49
4.1 Rekapitulasi Hasil Penelitian Pembelajaran <i>Chest Pass</i>	57
4.2 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Chest Pass</i> Tes Awal	59
4.3 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Chest Pass</i> Siklus I	62
4.4 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Chest Pass</i> Siklus II.....	66
4.5 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Chest Pass</i> Siklus III.....	68
4.6 Ketuntasan Klasikal dan Efektivitas Pembelajaran	71

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Klasifikasi Gerak	19
2.2 Ilustrasi <i>Passing</i> dengan Bola Plastik dan Net Pembatas	24
2.3 Ilustrasi <i>Passing</i> dengan Bola Karet dan Tembok Bersasaran	25
2.4 Ilustrasi <i>Passing</i> dengan Bola Voli dan Hula hoop	26
2.5 Ukuran Lengkap Lapangan Permainan Bola basket	28
2.6 Papan Pantul Bola Basket	29
2.7 Tiang Bola basket	30
2.8 Bola Basket	30
2.9 Sikap Awalan	34
2.10 Sikap Pelaksanaan	34
2.11 Sikap Akhir	35
2.12 Kerangka Berpikir	37
3.1 Spiral Penelitian Tindakan Kelas	39
4.1 Hasil Penelitian Siswa Tuntas dan Belum Tuntas pada Tes Awal	58
4.2 Hasil Penelitian pada Tes Awal	59
4.3 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Chest Pass</i> pada Tes Awal.....	60
4.4 Hasil Penelitian Siswa Tuntas dan Belum Tuntas pada Siklus I	61
4.5 Hasil Penelitian pada Siklus I	62
4.6 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Chest Pass</i> Pada Siklus I	63
4.7 Hasil Penelitian pada Siklus II.....	64
4.8 Hasil Penelitian Siswa Tuntas dan Belum Tuntas pada Siklus II	65
4.9 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Chest Pass</i> Pada Siklus II	66
4.10 Hasil Penelitian pada Siklus III.....	67
4.11 Hasil Penelitian Siswa Tuntas dan Belum Tuntas pada Siklus III.....	68
4.12 Persentase Keterampilan <i>Chest Pass</i> Pada Siklus III	69

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Surat Izin Penelitian	82
2. Surat Balasan Penelitian	83
3. Dokumentasi Penelitian.....	84
4. Tes Awal Keterampilan <i>Chest Pass</i> (Putra).....	102
5. Hasil Keterampilan <i>Chest Pass</i> pada Siklus I (Putra)	104
6. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus I Putra).....	106
7. Hasil Keterampilan <i>Chest Pass</i> pada Siklus II (Putra).....	108
8. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus II Putra)	110
9. Hasil Keterampilan <i>Chest Pass</i> pada Siklus III (Putra).....	112
10. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus III Putra).....	114
11. Tes Awal Keterampilan <i>Chest Pass</i> (Putri).....	116
12. Hasil Keterampilan <i>Chest Pass</i> pada Siklus I (Putri)	118
13. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus I Putri)	120
14. Hasil Keterampilan <i>Chest Pass</i> pada Siklus II (Putri).....	122
15. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus II Putri).....	124
16. Hasil Keterampilan <i>Chest Pass</i> pada Siklus III (Putri)	126
17. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus III Putri).....	128
18. Bahan Ajar.....	130
19. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	140
20. Lembar Bimbingan	159

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Salah satu olahraga yang populer di masyarakat adalah bola basket. Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang menarik dan menjadi cabang olahraga yang berkembang. Hal ini ditandai dengan banyaknya pertandingan yang digelar dan juga semakin bervariasinya pertandingan yang ditambahkan dengan unsur hiburan, seperti: *three x three* dan *street ball* yang menjadikan olahraga bola basket di kalangan anak muda menjadi olahraga yang bergengsi. (M. Axl Rachman, M. Ridwan : 2019)

Bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing terdiri dari lima orang pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk memasukkan bola ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan memasukkan bola. Bola basket adalah permainan yang cepat, dinamis, menarik dan mengagumkan. Perubahan angka yang terjadi setiap menitnya membuat permainan menarik. Ada 3 cara dasar menggerakkan bola dalam bola basket, yaitu menggiring (*dribbling*), operan (*passing*), dan tembakan (*shooting*). Karena menembak adalah gerakan terakhir untuk mendapatkan angka maka terdapat unsur yang tidak kalah penting yaitu *passing*, karena *passing* adalah salah satu teknik pemberian operan terhadap teman yang akan melakukan *shooting* (Maiwahyudi, Ramadi, Ardiah juita: 2015).

Tenik dasar dalam bola basket merupakan titik awal pemain basket dalam menguasai dan meningkatkan keterampilannya dalam permainannya. Menurut PB. PERBASI (2010:18), ada 3 teknik dasar dalam bola basket yaitu operan (*passing*), *dribbling*, tembakan (*shooting*). Salah satu teknik yang harus di kuasai seorang pemain adalah teknik *passing*, karena pada era bola basket modern saat ini

passing merupakan teknik yang paling berbahaya untuk mencetak angka. (M. Axl Rachman, M. Ridwan : 2019). Menurut Kosasih (2007: 26) “sangat penting bagi seorang pemain untuk mengembangkan skill *passing* demi kesuksesan timnya”. Salah satu poin yang harus ditekankan pada pemain adalah bahwa *passing* adalah *skill* yang tercepat dan terbaik untuk merubah arah serangan.

Permainan bola basket memiliki macam-macam *passing* yang sering dilakukan oleh pemain untuk menghindari penjagaan oleh lawan. Ada beberapa macam bentuk *passing* dalam permainan bola basket berdasarkan pendapat Oliver (2009: 36-40) antara lain, mengoper bola dari depan dada (*chest pass*) dan mengoper bola memantul ke tanah/lantai (*bounce pass*), mengoper dari atas kepala menggunakan dua tangan (*two handed*), (*overhead pass*), mengoper dengan gaya bisbol (*baseball pass*), mengoper sambil berlari (*shuffle pass*), mengoper ke arah bawah dengan mendribel (*dribble pass*), mengoper dengan cara bergerak menyamping/umpan selubung (*wrap around pass*) dan mengoper dengan bola berada di belakang punggung (*behind the back pass*).

Chest pass adalah operan yang paling umum dan yang paling banyak digunakan dalam permainan bola basket. Menurut Kosasih (2007 : 28) “*chest pass* merupakan jenis *passing* yang paling efektif apalagi pada saat pemain tidak dijaga”. Sedangkan menurut Ahmadi (2007:13) “mengoper bola dengan dua tangan di depan dada merupakan operan yang sering dilakukan dalam suatu pertandingan bola basket”. Operan ini berguna untuk jarak pendek. mengoper bola dengan cara ini menghasilkan kecepatan, ketepatan, dan kecermatan. Jarak lemparan ini adalah 5 sampai 7 meter.

Chest pass bisa jadi tidak efektif apabila dalam pelaksanaannya tidak dilakukan dengan baik. Seperti saat melakukan *chest pass* bola dapat di rampas jika tidak dilakukan dengan hati-hati sehingga bola dikuasai pihak lawan. Maka dari itu diperlukan latihan yang intensif untuk dapat melakukan *chest pass* dengan baik yaitu dengan melatih kemampuan *passing*, akurasi ketepatan dan kekuatan otot tangan dalam melakukan operan. (Boy Indrayana, Teja Apri Wardana, 2018).

Operan setinggi dada (*chest pass*) merupakan operan yang sering digunakan di dalam permainan bola basket yang dilakukan untuk memindahkan bola dari seorang pemain kepada pemain lainnya, namun sering kali berbagai macam ajang pertandingan bola basket yang diikuti, pemain tidak dapat melakukan *chest pass* dengan baik sehingga merugikan regu sendiri. Adapun yang menjadi persoalan kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh pemain adalah bola yang di oper sering melenceng atau tidak sampai sehingga *chest pass* yang dilakukan tidak tepat pada sasaran yang diinginkan (Ilham, 2011).

Berdasarkan hasil observasi yang telah penulis lakukan di SMP Negeri 1 Natar belum memiliki ketersediaan alat yang praktis dan inovatif untuk menunjang pembelajaran terhadap keterampilan dan ketepatan dalam melakukan teknik dasar *chest pass* dan pada saat pembelajaran, dari pembelajaran permainan bola basket di SMP Negeri 1 Natar masih banyak melakukan kesalahan pada saat *passing* terutama pada *chest pass*, kebanyakan para siswa pada saat melakukan *chest pass* bola yang dioper tidak mengarah kepada teman satu tim atau tidak tepat sasaran, gerakan tangan yang kurang lues serta sikap badan dan kaki yang kurang terkoordinasi sehingga laju bola tidak maksimal.

Kesalahan dalam melakukan *chest pass* ini sangatlah berdampak merugikan bagi siswa ketika bermain, karena dalam melakukan serangan guna untuk mencetak angka apabila *chest pass* yang dilakukan tidak tepat sasaran akan menyebabkan bola mudah di curi oleh lawan dan juga sering bola bisa keluar dari lapangan sehingga penguasaan bola akan berpindah oleh lawan. *Chest pass* yang tidak tepat sasaran dan kurangnya keterampilan *chest pass* merupakan faktor rendahnya tingkat akurasi para pemain dalam menguasai teknik *passing* tersebut.

Hasil observasi yang telah dilakukan penulis bahwa teknik dasar bola basket terutama *chest pass* pada siswa SMP Negeri 1 Natar masih perlu adanya peningkatan agar menjadi lebih baik lagi. Untuk menarik minat latihan para siswa khususnya pada teknik dasar *passing* maka diberikanlah sajian melalui aktivitas fisik dengan alat yang telah dimodifikasi untuk melatih *chest pass* sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menarik dan menantang bagi para siswa yang

mengikuti pembelajaran PJOK materi bola basket. Maka dari itu penggunaan alat modifikasi ini bertujuan agar nantinya bisa untuk memperhatikan perbedaan karakteristik, minat dan bakat para pemain. Penggunaan alat modifikasi ini merupakan suatu usaha yang terencana sehingga dapat mengatasi kekurangan dan kelemahan dalam melakukan kemampuan *chest pass*. Alat tersebut bertujuan untuk memberikan pengembangan dalam pembelajaran yang lebih baik, kreatif dan inovatif.

Dalam permasalahan yang ada tersebut peneliti ingin memberikan solusi pembelajaran *chest pass* menggunakan alat yang dimodifikasi dengan menggunakan media sasaran tembok, *net* pembatas, dan target hula hoop, karena pada dasarnya dalam melatih keterampilan dan ketepatan haruslah menggunakan target. Pembelajaran menggunakan target yang dimodifikasi bermaksud agar para siswa lebih antusias dalam mengikuti latihan, sehingga keterampilan *chest pass* akan lebih meningkat menjadi lebih baik. Untuk itulah peneliti ingin mencoba memberikan bentuk pembelajaran menggunakan target untuk meningkatkan keterampilan *passing* terutama teknik *chest pass* dalam permainan bola basket.

Dari penjelasan diatas dan berkaitan dengan upaya meningkatkan akurasi keterampilan *chest pass* dalam olahraga basket, maka menjadi penting diketahui pengaruh yang timbul oleh media atau alat bantu yang sudah dimodifikasi. Di sini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pemanfaatan Media Modifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan *Chest Pass* Pada Pembelajaran Bola Basket Siswa SMP Negeri 1 Natar”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat di indentifikasi masalah sebagai berikut:

- 1) Tingkat akurasi atau ketepatan pada saat melakukan pembelajaran bola basket khususnya materi *chest pass* masih kurang baik atau tepat sehingga menyebabkan bola yang di *passing* tidak tepat sasaran.
- 2) Kurangnya memanfaatkan media modifikasi dalam pembelajaran bola basket khususnya materi gerakan *chest pass*.

- 3) Keterampilan rata-rata siswa pada melaksanakan pembelajaran bola basket gerakan *chest pass* belum maksimal dan membutuhkan media modifikasi untuk membantu pembelajaran

1.3 Batasan Masalah

Banyak faktor yang mempengaruhi seorang siswa dalam melakukan pembelajaran bola basket khususnya materi *chest pass* kepada rekan satu tim, tetapi mengingat keterbatasan waktu dan tempat penelitian hanya membahas tentang “Pemanfaatan Media Modifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan *Chest Pass* Pada Pembelajaran Bola Basket Siswa SMP Negeri 1 Natar”

1.4 Rumusan Masalah

Dengan memperhatikan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan suatu permasalahan, yaitu :

- 1) Apakah dengan menggunakan media modifikasi *passing* dengan sasaran tembok dan bola karet dapat meningkatkan keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket siswa SMP Negeri 1 Natar?
- 2) Apakah dengan menggunakan media modifikasi *passing* dengan net pembatas dan bola plastik dapat meningkatkan keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket siswa SMP Negeri 1 Natar?
- 3) Apakah dengan menggunakan media modifikasi *passing* dengan target hula hoop dan bola voli dapat meningkatkan keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket siswa SMP Negeri 1 Natar?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah dan rumusan masalah maka tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Untuk meningkatkan keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket siswa SMP Negeri 1 Natar dengan menggunakan media modifikasi sasaran tembok dan bola karet
- 2) Untuk meningkatkan keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket siswa SMP Negeri 1 Natar dengan menggunakan media modifikasi *passing* dengan net pembatas dan bola plastik

- 3) Untuk meningkatkan keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket siswa SMP Negeri 1 Natar dengan menggunakan media modifikasi target hula hoop dan bola voli

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Secara garis besar manfaat penelitian ini dapat dibagi menjadi tiga yaitu sebagai berikut:

- 1) Bagi Sekolah SMP Negeri 1 Natar
 - a. Dapat meningkatkan kualitas pendidikan dan kegiatan belajar mengajar di sekolah.
 - b. Sebagai sumbangan informasi dibidang penelitian dalam melakukan penelitian tindakan pembelajaran pendidikan jasmani.
- 2) Bagi Guru Penjas SMP Negeri 1 Natar
 - a. Untuk memotivasi guru agar lebih kreatif dalam pengembangan proses pembelajaran dan tidak terpaku pada alat yang sesungguhnya.
 - b. Memecahkan masalah dalam pembelajaran dan meningkatkan mutu pembelajaran
- 3) Bagi Siswa SMP Negeri 1 Natar

Untuk meningkatkan keterampilan *passing* bola basket dan meningkatkan hasil belajar siswa sehingga dapat tercapai tujuan pendidikan yang ingin di capai.

1.7 Ruang Lingkup Penelitian

- 1) Tempat Penelitian

Lokasi yang digunakan pada penelitian ini di lapangan SMP Negeri 1 Natar, Lampung Selatan.
- 2) Objek Penelitian

Adapun objek penelitian ini adalah keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket siswa SMP Negeri 1 Natar.
- 3) Subjek Penelitian

Adapun subjek penelitian dalam penelitian ini adalah 32 orang siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar, Lampung Selatan.

1.8 Penjelasan Judul

1) Pemanfaatan

Pemanfaatan adalah suatu kegiatan, proses, cara atau perbuatan menjadikan suatu yang ada menjadi bermanfaat. Istilah pemanfaatan berasal dari kata dasar manfaat yang berarti faedah, yang mendapat imbuhan pe-an yang berarti proses atau perbuatan memanfaatkan (Poerwadarminto , 2002 : 125)

2) Media

Menurut Arsyad (2002: 4) media adalah semua bentuk perantara yang digunakan oleh manusia untuk menyampaikan atau menyebar ide, gagasan atau pendapat, sehingga ide, gagasan atau pendapat yang dikemukakan itu sampai kepada penerima yang dituju.

3) Modifikasi

Modifikasi alat pembelajaran merupakan suatu upaya seseorang untuk merubah alat pembelajaran yang sesungguhnya menjadi berbeda dari yang sebelumnya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan agar tujuan yang direncanakan sebelumnya dan dapat dicapai sebaik-baiknya

4) *Chest Pass*

Chest pass merupakan mengoper bola dengan dua tangan di depan dada merupakan operan yang sering dilakukan dalam suatu pertandingan bola basket.

II. KAJIAN PUSTAKA

2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani

2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani menurut Samsudin (2008: 2) adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Pendapat lainnya dikemukakan oleh Seaton (dalam Safariatun, 2008: 15) bahwa pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan yang memberikan perhatian pada pengajaran, sikap dan ketrampilan gerak manusia. Sementara Syaifuddin dan Muhadi (2009: 4) mendefinisikan:

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Lebih lanjut Syaifuddin dan Muhadi (2009: 5) menjelaskan bahwa tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja tetapi juga aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Selain itu pendidikan jasmani juga mencakup aspek mental, emosional dan spiritual. Dengan demikian tujuan pendidikan jasmani berkaitan dengan pengembangan aktifitas fisik maupun jiwa, sehingga nantinya mempersiapkan siswa untuk terjun dalam masyarakat secara maksimal. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat diketahui bahwa pendidikan jasmani tidak semata-mata mengembangkan

keterampilan jasmani, tetapi pendidikan jasmani juga dapat mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, sikap hidup sehat, sikap sportifitas, kecerdasan emosional, dan pembentukan karakter individu. Pendidikan jasmani mempunyai peran penting untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan.

2.1.2 Manfaat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan secara umum. Melalui program pendidikan jasmani dapat diupayakan peranan pendidikan untuk mengembangkan kepribadian individu. Tanpa ada pendidikan jasmani di lingkungan sekolah, maka akan berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Menurut Agus Mahendra (2004: 7- 8) bahwa, secara umum manfaat pendidikan jasmani di sekolah mencakup:

1) Memenuhi kebutuhan anak akan gerak

Pendidikan jasmani memang merupakan dunia anak-anak dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Di dalamnya anak-anak dapat belajar sambil bergembira melalui penyaluran hasratnya. Semakin terpenuhi kebutuhan akan gerak dalam masa-masa pertumbuhannya, semakin besar kemaslahatannya bagi keulaitas pertumbuhan itu sendiri.

2) Mengenalkan anak pada lingkungan dan potensi dirinya

Pendidikan jasmani adalah waktu untuk berbuat. Anak-anak akan lebih memilih untuk berbuat sesuatu daripada hanya harus melihat atau mendengarkan orang lain ketika mereka sedang belajar. Suasana kebebasan yang ditawarkan di lapangan atau gedung olahraga sirna karena sekian lama terkurung di antara batas-batas ruang kelas. Keadaan ini benar-benar tidak sesuai dengan dorongan nalurinya. Dengan bermain dan bergerak anak benar-benar belajar tentang potensinya dan dalam kegiatan ini anak-anak mencoba mengenali lingkungan sekitarnya. Para ahli sepaham bahwa pengalaman ini penting untuk merangsang pertumbuhan intelektual dan hubungan sosialnya dan bahkan perkembangan harga diri yang menjadi dasar kepribadian kelak.

3) Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna

Peranan pendidikan jasmani di sekolah dasar cukup unik, karena turut mengembangkan dasar-dasar keterampilan yang diperlukan anak untuk menguasai berbagai keterampilan dalam kehidupan dikemudian hari. Karena pada usia SD tingkat pertumbuhan sedang lambat-lambatnya, maka pada usia-usia inilah kesempatan anak untuk mempelajari keterampilan gerak sedangkan tiba pada masa kritisnya. Konsekuensinya, keterlantaran pembinaan pada masa ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak pada masa berikutnya.

4) Menyalurkan energi yang berlebihan

Anak adalah makhluk yang sedang berada dalam masa kelebihan keseimbangan perilaku dan mental anak. Segera setelah kelebihan energi tersalurkan, anak akan memperoleh kembali keseimbangan dirinya, karena setelah istirahat, anak akan kembali memperbaharui dan memulihkan energi secara optimal.

5) Merupakan proses pendidikan secara serempak baik fisik, mental maupun emosional

Pendidikan jasmani yang benar akan memberikan sumbangan yang sangat berarti terhadap pendidikan anak secara keseluruhan. Hasil nyata yang diperoleh dari pendidikan jasmani adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek fisik, mental, emosi, sosial dan moral.

Pendapat di atas menunjukkan bahwa banyak manfaat yang diperoleh dari pendidikan jasmani di antaranya sebagai pemenuhan akan gerak anak, mengenalkan lingkungan dan potensi anak, menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna, untuk menyalurkan energi yang berlebihan dan sebagai proses secara serempak baik fisik, mental maupun emosional.

Hal ini artinya, pendidikan jasmani merupakan suatu pendidikan yang di dalamnya mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja, tetapi juga aspek mental, emosional dan spiritual.

2.1.3 Tujuan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan jenis pendidikan yang mengutamakan aktivitas gerak sebagai media pendidikan. Menurut Samsudin (2008: 3) bahwa, pendidikan jasmani bertujuan:

- 1) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
- 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas- tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
- 5) Mengembangkan ketrampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmis, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).
- 6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat.
- 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Jadi sangat jelas bahwa tujuan dari pendidikan jasmani seperti yang dikemukakan diatas dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah jasmani yang meliputi aspek psikomotor, kognitif, dan afektif di setiap siswa.

2.2 Hakikat Pembelajaran

2.2.1 Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran menurut Sudjana (dalam Sugihartono, dkk, 2012: 80) “merupakan setiap upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat

menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar”. Gulo (dalam Sugihartono, dkk, 2012: 80) mendefinisikan “pembelajaran sebagai usaha untuk menciptakan sistem lingkungan yang mengoptimalkan kegiatan belajar”. Nasution (dalam Sugihartono, dkk, 2012: 80) mengemukakan bahwa “pembelajaran sebagai suatu aktivitas mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkan dengan anak didik sehingga terjadi proses belajar”. Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran adalah segala upaya bersama antara guru dan siswa untuk berbagi dan mengolah informasi, dengan harapan pengetahuan yang diberikan bermanfaat dalam diri siswa dan menjadi landasan belajar yang berkelanjutan, serta diharapkan adanya perubahan-perubahan yang lebih baik untuk mencapai suatu peningkatan yang positif yang ditandai dengan perubahan tingkah laku individu demi terciptanya proses belajar mengajar yang efektif dan efisien.

Mengajar merupakan kegiatan yang dilakukan seseorang yang memiliki pengetahuan atau keterampilan yang lebih dari pada yang diajar, untuk memberikan suatu pengertian, kecakapan, atau ketangkasan. Kegiatan mengajar meliputi penyampaian pengetahuan, menularkan sikap, kecakapan atau keterampilan yang diatur sesuai dengan lingkungan dan menghubungkannya dengan lingkungan dan menghubungkannya dengan subyek yang sedang belajar.

Hal ini sesuai dengan kompetensi yang harus dimiliki seorang guru yang dikemukakan Nana Sudjana (2005 : 19) bahwa : Untuk keperluan analisis tugas guru sebagai pengajar, maka kemampuan guru atau kompetensi guru yang banyak hubungannya dengan usaha meningkatkan proses dan hasil belajar dapat diguguskan ke dalam empat kemampuan, yakni:

- 1) Merencanakan program belajar mengajar.
- 2) Melaksanakan dan memimpin/mengelola proses belajar mengajar.
- 3) Menilai kemajuan proses belajar mengajar.
- 4) Menguasai bahan pelajaran dalam pengertian menguasai bidang studi atau mata pelajaran yang dipegangnya/dibinanya.

2.2.2 Manfaat Pembelajaran

Berdasarkan hasil belajar peserta didik, dapat diketahui kemampuan dan perkembangan sekaligus tingkat keberhasilan pendidikan dalam sekolah. Sebagaimana dikemukakan Susanto Ahmad (2016, h. 20) bahwa: “Hasil belajar harus menunjukkan perubahan keadaan menjadi lebih baik, sehingga dapat bermanfaat untuk:

- 1) Menambah pengetahuan,
- 2) Lebih memahami sesuatu yang belum dipahami sebelumnya,
- 3) Lebih mengembangkan keterampilannya,
- 4) Memiliki pandangan yang baru atas sesuatu hal,
- 5) Lebih menghargai sesuatu dari pada sebelumnya.

Dapat disimpulkan bahwa istilah hasil belajar merupakan perubahan dari peserta didik sehingga terdapat perubahan dari segi pengetahuan, sikap dan keterampilan

2.2.3 Tujuan Pembelajaran

Belajar merupakan kegiatan penting yang harus dilakukan setiap orang secara maksimal untuk dapat menguasai atau memperoleh sesuatu. Belajar dapat didefinisikan sebagai suatu usaha atau kegiatan yang bertujuan mengadakan perubahan di dalam diri seseorang, mencakup perubahan tingkah laku, sikap, kebiasaan, ilmu pengetahuan keterampilan, dan sebagainya Sa’ud (2008, h. 171) mengemukakan tujuan pembelajaran sebagai berikut :

- 1) Belajar bertujuan mengadakan perubahan di dalam diri antara lain tingkah laku. Misalnya seorang anak kecil yang belum memasuki sekolah bertingkah laku manja, egois, cengeng, dan sebagainya. Kemudian setelah beberapa bulan masuk sekolah dasar, tingkah lakunya berubah menjadi anak yang tidak lagi cengeng, lebih mandiri, dan dapat bergaul dengan baik dengan teman-temannya. Hal ini menunjukkan bahwa anak tersebut telah belajar dari lingkungan yang baru.
- 2) Belajar bertujuan mengubah kebiasaan, dari yang buruk menjadi baik. Contohnya mengubah kebiasaan merokok menjadi tidak merokok, menghilangkan ketergantungan pada minum-minum keras, atau mengubah

kebiasaan anak yang sering keluyuran, dapat dilakukan dengan suatu proses belajar.

- 3) Belajar bertujuan untuk mengubah sikap dari negatif menjadi positif, tidak hormat menjadi hormat, benci menjadi sayang, dan sebagainya. Misalnya seorang remaja yang tadinya selalu bersikap menentang orang tuanya dapat diubah menjadi lebih hormat dan patuh pada orangtua.
- 4) Belajar bertujuan untuk meningkatkan keterampilan atau kecakapan. Misalnya dalam hal olahraga, kesenian, jasa, tehnik, pertanian, perikanan, pelayaran, dan sebagainya. Seorang yang terampil main bulu tangkis, bola, tinju, maupun cabang olahraga lainnya sebagian besar ditentukan oleh ketekunan belajar dan latihan yang sungguh-sungguh. Demikian pula halnya dengan keterampilan bermain gitar, piano, menari, melukis, bertukang, membuat barang-barang kerajinan, semua perlu usaha dengan belajar yang serius, rajin dan tekun.
- 5) Belajar bertujuan untuk menambah pengetahuan dalam berbagai bidang ilmu. Misalnya seorang anak yang awalnya tidak bisa membaca, menulis, dan berhitung, menjadi bisa karena belajar

2.3 Pembelajaran Penjas HOTS

Kemampuan berpikir merupakan suatu kemampuan dalam memproses operasi mental yang meliputi pengetahuan persepsi dan penciptaan. Suatu kemampuan berpikir merupakan sebuah kemampuan dalam menggunakan pikiran untuk mencari makna dan pemahaman tentang sesuatu, mengeksplorasi ide, mengambil keputusan, memikirkan pemecahan dengan pertimbangan terbaik, dan merevisi permasalahan pada proses berpikir sebelumnya. Sebagaimana yang telah dijelaskan bahwa *“thinking skill is an ability in using mind to find meaning and comprehension on something, exploration of ideas, making decision, problem solving with best consideration and revision on the previous thinking process* (Arifin, 2017: 36).

Tidak hanya itu, keterampilan berpikir merupakan kemampuan yang bersifat abstrak, tidak bisa dilihat, sebelum dibuktikan dengan aktivitas yang konkret. Kemampuan berpikir merupakan disiplin ilmu yang dapat dipelajari dan dipraktikkan dalam bentuk norma atau pengalaman. Dari beberapa pendapat di

atas dapat dikatakan bahwa kemampuan berpikir merupakan suatu kemampuan dalam mengolah pikiran untuk menemukan, mengeksplorasi, dan mengambil keputusan.

Hal ini sejalan dengan pendapat Maimunah (dalam Nursaila & Faridah, 2015) yang menyatakan bahwa *“Thinking skills is a knowledge discipline that can be learned and practised until form norm or experience.”* Menindaklanjuti paparan di atas, dijelaskan juga bahwa *“The type of thinking process that students must develop to prepare them to confront the real world must go beyond simple learning of facts and content. Knowledge obtained through higher-order thinking processes is more easily transferable, so that students with a deep conceptual understanding of an idea will be much more likely to be able to apply that knowledge to solve new problems”*, (Jennifer, et al., 2013:48).

Artinya, jenis proses berpikir yang harus dikembangkan siswa untuk mempersiapkan mereka menghadapi dunia nyata harus melampaui pembelajaran fakta dan konten yang sederhana. Pengetahuan yang diperoleh melalui proses berpikir tingkat tinggi lebih mudah ditransfer, sehingga siswa dengan pemahaman konsep yang mendalam tentang sebuah ide akan jauh lebih mungkin untuk menerapkan pengetahuan itu untuk memecahkan permasalahan baru.

HOTS merupakan salah satu komponen dari keterampilan berpikir kreatif dan berpikir kritis. Berpikir kreatif dan berpikir kritis dapat mengembangkan imajinatif. Ketika peserta didik tahu bagaimana menggunakan kedua keterampilan tersebut, itu berarti bahwa peserta didik mampu berpikir, namun sebagian dari peserta didik harus didorong, diajarkan, dan dibantu untuk dapat mengaplikasikan berpikir tingkat tinggi. Keterampilan berpikir tingkat tinggi (HOTS) harus diajarkan dan dipelajari. Seluruh peserta didik memiliki hak untuk belajar dan menerapkan keterampilan berpikir, seperti halnya pengetahuan yang lainnya.

HOTS adalah kemampuan berpikir kritis, logis, reflektif, metakognitif, dan berpikir kreatif yang merupakan kemampuan berpikir tingkat tinggi. Kurikulum 2013 juga menuntut pembelajaran untuk sampai pada tahap metakognitif yang

mensyaratkan siswa mampu memprediksi, mendesain, dan memperkirakan. Sejalan dengan itu, ranah dari HOTS, yaitu analisis yang merupakan kemampuan berpikir dalam menspesifikasi aspek-aspek/elemen dari sebuah konteks tertentu, evaluasi yang merupakan kemampuan berpikir dalam mengambil keputusan berdasarkan fakta/informasi; dan mengkreasi yang merupakan kemampuan berpikir dalam membangun gagasan/ide-ide.

HOTS salah satu keterampilan yang diharapkan pada abad 21 yang mempunyai arti kemampuan berpikir tingkat tinggi merupakan salah satu pendekatan dalam pembelajaran dimana siswa akan diajarkan untuk berpikir kritis, logis, reflektif, metakognitif, dan berpikir kreatif Saat ini teori-teori yang dikembangkan tentang keterampilan berpikir tingkat tinggi banyak difokuskan tentang bagaimana keterampilan ini di pelajari dan dikembangkan dan hubungan antara kecerdasan dan keterampilan berpikir anak. (Afandi & Sajidan, 2018: 102).

Resnick dalam Afandi & Sajidan (2018: 100) mengemukakan bahwa “keterampilan berpikir tingkat tinggi adalah proses berpikir kompleks dalam mengurai materi, membuat kesimpulan, membangun representasi, menganalisis dan membangun hubungan dengan melibatkan aktifitas mental yang paling dasar”. Berpikir kritis adalah sebuah istilah umum yang diberikan untuk sejumlah keterampilan kognitif dan disposisi intelektual yang diperlukan untuk secara efektif mengidentifikasi, menganalisis, mengevaluasi argument, dan kebenaran klaim, menemukan dan mengatasi prasangka personal, dan bisa merumuskan dan menyajikan alasan yang meyakinkan dalam mendukung kesimpulan, dan membuat keputusan yang cerdas dan masuk akal tentang apa yang mesti dipercaya dan mesti dilakukan (dalam Afandi & Sajidan, 2018: 127)

HOTS adalah pemikiran yang masuk akal dan reflektif yang berfokus untuk memutuskan apa yang mesti dipercaya atau dilakukan (Ennis dalam Afandi & Sajidan, 2018: 126). Paul & Elder (dalam Afandi dan Sajidan, 2018: 126) juga mengemukakan bahwa berpikir kritis adalah mode berpikir mengenai hal, substansi atau masalah apa saja dimana seseorang meningkatkan kualitas pemikiran dengan menangani secara trampil struktur-struktur yang melekat dalam pemikiran dan

menerapkan standar-standar intelektual adanya. Sedangkan menurut Halpen dalam Afandi & Sajidan (2018: 127) berpikir kritis adalah penggunaan strategi dan keterampilan kognitif yang dapat meningkatkan peluang untuk mencapai luaran yang diinginkan.

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa berpikir tingkat tinggi (HOTS) tidak hanya suatu aktifitas yang hanya sekedar menghafal kemudian menyampaikan kembali akan tetapi kemampuan berpikir tingkat tinggi adalah kemampuan mengkonstruksi, memahami dan menstranformasi pengetahuan dan pengalaman yang sudah dimiliki untuk dipergunakan kembali dalam memecahkan suatu permasalahan dalam pengambilan keputusan

2.4 Hakikat Belajar Motorik

2.4.1 Pengertian Belajar Motorik

Belajar motorik menurut Herman Tarigan (2019: 39) adalah Segala tindakan untuk mencapai suatu tujuan selalu memerlukan proses, dan proses itu berlangsung dalam bentuk rangkaian kejadian dari waktu ke waktu. Proses belajar gerak juga berlangsung dalam rangkaian kejadian dari waktu ke waktu.

Apa yang terjadi pada diri pelajar bisa dilihat dari segi tahapan apa yang dilakukan dan yang bisa dicapai apabila ia melakukan kegiatan belajar gerak secara terus-menerus. Proses belajar gerak yang bertujuan untuk menguasai gerakan keterampilan berlangsung dalam 3 tahapan atau fase, yaitu:

1) Fase Kognitif

Pada tahap ini guru setiap akan memulai mengajarkan suatu keterampilan gerak, pertama kali yang harus dilakukan adalah memberikan informasi untuk menanamkan konsep- konsep tentang apa yang akan dipelajari oleh siswa dengan benar dan baik. Setelah siswa memperoleh informasi tentang apa, mengapa, dan bagaimana cara melakukan aktifitas gerak yang akan dipelajari, diharapkan di dalam benak siswa telah terbentuk *motor plan*, yaitu keterampilan intelektual dalam merencanakan cara melakukan keterampilan gerak.

Apabila tahap kognitif ini tidak mendapatkan perhatian oleh guru dalam proses belajar gerak, maka sulit bagi guru untuk menghasilkan anak yang terampil mempraktikkan aktivitas gerak yang menjadi prasyarat tahap belajar berikutnya.

2) Fase Asosiatif (Fiksasi)

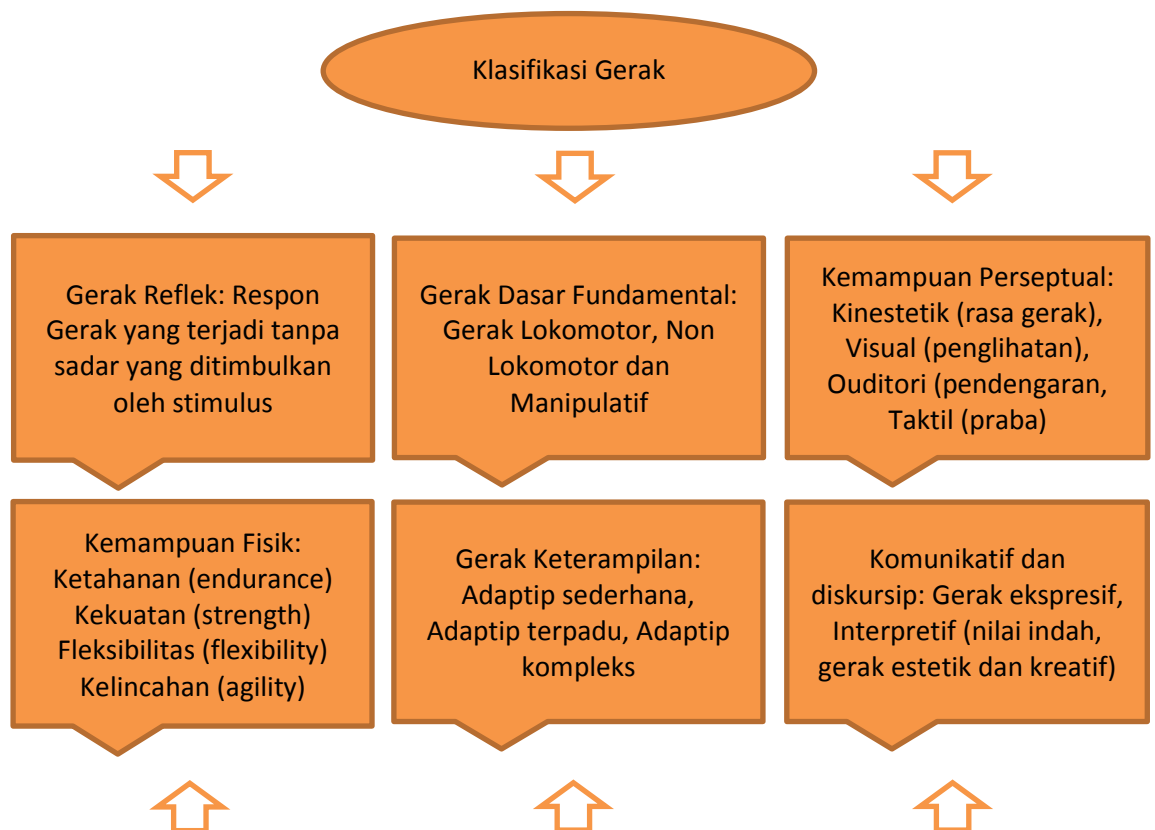
Pada tahap ini siswa mulai mempraktikkan gerak sesuai dengan konsep-konsep yang telah mereka ketahui dan pahami sebelumnya. Tahap ini juga sering disebut sebagai tahap latihan. Pada tahap latihan ini siswa diharapkan mampu mempraktikkan apa yang hendak dikuasai dengan cara mengulang-ulang sesuai dengan karakteristik gerak yang dipelajari.

Apakah gerak yang dipelajari itu gerak yang melibatkan otot kasar atau otot halus atau gerak terbuka atau gerak tertutup? Apabila siswa telah melakukan latihan keterampilan dengan benar dan baik, dan dilakukan secara berulang baik di sekolah maupun di luar sekolah, maka pada akhir tahap ini siswa diharapkan telah memiliki keterampilan yang memadai.

3) Fase Otomatisasi

Tahap ini siswa telah dapat melakukan aktivitas secara terampil, artinya siswa dapat merespon secara cepat dan tepat terhadap apa yang ditugaskan oleh guru untuk dilakukan. Tanda-tanda keterampilan gerak telah memasuki tahapan otomatis adalah bila seorang siswa dapat mengerjakan tugas ahap ini siswa telah dapat melakukan aktivitas secara terampil, artinya siswa dapat merespon secara cepat dan tepat terhadap apa yang ditugaskan oleh guru untuk dilakukan. Tanda-tanda keterampilan gerak telah memasuki tahapan otomatis adalah bila seorang siswa dapat mengerjakan tugas

Misalnya pada pemain bola voli, ia harus melakukan *smash* dengan baik walaupun harus sambil memperhatikan posisi pengeblok dan mencari posisi lawan yang lemah. Sedangkan gerak yang bisa dilakukan secara otomatis adalah gerakan yang bisa dilakukan seperti yang dikehendaki walaupun ia tidak memikirkan unsur-unsur bentuk gerakan yang ingin dilakukan itu.



Gambar 2.1 Klasifikasi Gerak
(Sumber: Tarigan, H., 2019:25)

2.4.2 Manfaat Belajar Motorik

Menurut Rusli Lutan (2001: 45-47) bahwa pengembangan keterampilan dasar pada siswa ditekankan pada pengembangan dan pengayakan keterampilan geraknya. Semakin banyak perbendaharaan gerak dasarnya, semakin terampil ia melaksanakan keterampilan lainnya, seperti dalam olahraga atau dalam kehidupan sehari-hari, termasuk keterampilan di tempat mereka bekerja.

Menurut Muthohir dan Gusril (2004: 51) yang dikutip oleh M. Ikhsan 2005, bahwa fungsi utama kemampuan gerak adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Dengan mempunyai kemampuan gerak yang baik, seseorang mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan gerak yang khusus. Unsur-unsur kemampuan gerak motorik akan semakin terlatih apabila siswa semakin banyak mengalami berbagai pengalaman aktivitas gerak yang

bermacam-macam. Ingatan akan selalu menyimpan pengalaman yang akan dipergunakan untuk kesempatan yang lain, jika melakukan gerakan yang sama. Dengan banyaknya pengalaman gerak yang dilakukan siswa Sekolah Dasar akan menambah kematangan dalam melakukan aktivitas gerak motorik.

2.4.3 Tujuan Belajar Motorik

Menurut M. Yudha dkk (2005: 114) mengatakan tujuan belajar motorik merupakan penguasaan keterampilan yang tergambar dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas motorik tinggi, berarti motorik yang dilakukannya efektif dan efisien. Sehingga motorik kasar, memiliki tujuan dan fungsi pengembangan motorik kasar pada anak. Tujuan pengembangan motorik kasar meliputi:

- 1) Mampu meningkatkan keterampilan gerak
- 2) Mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani.
- 3) Mampu menanamkan sikap percaya diri.
- 4) Mampu bekerjasama.
- 5) Mampu berperilaku disiplin, jujur dan sportif.

2.5 Hakikat Media Modifikasi pada KBM Penjas

2.5.1 Pengertian Media Modifikasi

Dalam proses pembelajaran keterampilan olahraga hendaknya guru mampu mencermati kesulitan-kesulitan yang dihadapi siswa. Kesulitan-kesulitan yang dihadapi siswa dalam pembelajaran bola basket khususnya kemampuan menembak hendaknya dicari solusi yang tepat sesuai dengan kondisi siswa.

Modifikasi dengan menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial untuk memperlancar siswa dalam proses belajar. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa dari yang tadinya tidak bisa menjadi bisa dari yang tadinya rendah menjadi memiliki tingkat yang lebih tinggi (Yoyo Bahagia, Ucup Yusuf, dan Adang Suherman. 2000:41).

Penyelenggaraan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu “*Developmentally Appropriate Practice*” (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Perkembangan atau kematangan dimaksud mencakup fisik, psikis maupun keterampilannya. Tugas ajar itu juga harus mampu mengakomodasi setiap perubahan dan perbedaan karakteristik individu dan mendorongnya ke arah perubahan yang lebih baik.

Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan (*Developmentally Appropriate Practice*) DAP. Esensi dari modifikasi itu sendiri adalah dengan menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil.

2.5.2 Manfaat Media Modifikasi

Modifikasi merupakan salah satu usaha guru agar pembelajaran mencerminkan kreatifitas, termasuk di dalamnya “*body scaling*” atau penyesuaian dengan ukuran tubuh siswa yang sedang belajar. Aspek inilah yang harus selalu dijadikan prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran penjas.

Pengembangan adalah suatu bentuk untuk memajukan sesuatu. Makna pengembangan lainnya adalah kegiatan yang menghasilkan rancangan atau produk yang dapat dipakai untuk memecahkan masalah-masalah aktual (Siti Nurochmah, Supriyadi, I Nengah Sudjana 2009:10). Penelitian ini yang bermaksud dengan pengembangan adalah suatu proses untuk membuat dan menyusun sesuatu dalam bentuk tes sebagai produk yang dihasilkan dan dikembangkan untuk menunjang pembelajaran. Selaras dengan konsep

pengembangan tersebut, dalam olahraga bola basket banyak ragam bentuk yang dapat dikembangkan dan dimodifikasi, salah satunya adalah dengan memodifikasi alat *passing*. Hasil dari kegiatan pengembangan dan modifikasi alat *passing* tersebut diharapkan dapat dimanfaatkan dan dipergunakan pelatih untuk melatih atletnya. Penelitian tentang pengembangan produk atau modifikasi alat untuk pembelajaran merupakan suatu usaha untuk mengembangkan atau menghasilkan suatu produk yang efektif, bukan untuk menguji suatu teori, berarti kegiatan penelitian pengembangan merupakan penelitian yang menelaah suatu teori, model, konsep atau prinsip dan menggunakan hasil telaah untuk mengembangkan suatu produk atau alat yang berguna untuk pembelajaran.

Penggunaan alat modifikasi alat *passing* ini bermanfaat bagi siswa SMP Negeri 1 Natar karena memperhatikan perbedaan karakteristik, minat dan bakat siswa. Penggunaan alat modifikasi ini merupakan suatu usaha berlatih yang sistematis dan terencana sehingga dapat memperbaiki kelemahan *passing* pada siswa SMP Negeri 1 Natar khususnya dalam kemampuan *chest pass*. Alat modifikasi memberikan kesempatan untuk berlatih dengan efektif dan efisien serta dapat mengembangkan kognitif yang lebih baik, kreatif, dan inovatif.

2.5.3 Tujuan Modifikasi

Modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan tujuan pembelajaran dari mulai tujuan yang paling rendah sampai dengan tujuan yang paling tinggi. Modifikasi tujuan materi ini dapat dilakukan dengan cara membagi tujuan materi ke dalam tiga komponen, yakni:

1) Tujuan perluasan

Tujuan perluasan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan bentuk atau wujud keterampilan yang dipelajari tanpa memperhatikan aspek efisiensi dan efektifitas. Misalnya: siswa mengetahui dan dapat memberikan contoh lompat dalam nomor lompat jauh. Dalam contoh ini, tujuan lebih banyak menekankan agar siswa mengetahui esensi lompat melalui peragaan. Dalam kasus ini peragaan tidak terlalu mempermasalahkan apakah lompat itu sudah dilakukan secara efisien, efektif, atau belum, misalnya

dengan menggunakan transfer kecepatan secara maksimal. Yang terpenting adalah siswa mengetahui esensi wujud lompat dalam nomor lompat jauh pada cabang olahraga atletik.

2) Tujuan penghalusan

Tujuan penghalusan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan gerak secara efisien. Misalnya: siswa mengetahui dan melakukan gerak melompat dengan mentransfer kecepatan awalan kedalam tolakan. Dalam contoh ini, tujuan tidak lagi pada level agar siswa mengetahui esensi dari wujud lompatan tetapi lebih menekankan pada esensi efisiensi gerak melompat (misalnya: menggunakan kaki yang paling kuat untuk menolak, lutut agak ditekuk saat menolak dan meluruskan lutut kaki untuk menolak saat lepas dari papan tumpu) melalui peragaan.

3) Tujuan penerapan

Tujuan penerapan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan tentang efektif tidaknya gerakan yang dilakukannya melalui pengenalan kriteria– kriteria tertentu sesuai dengan tingkat kemampuan siswa.

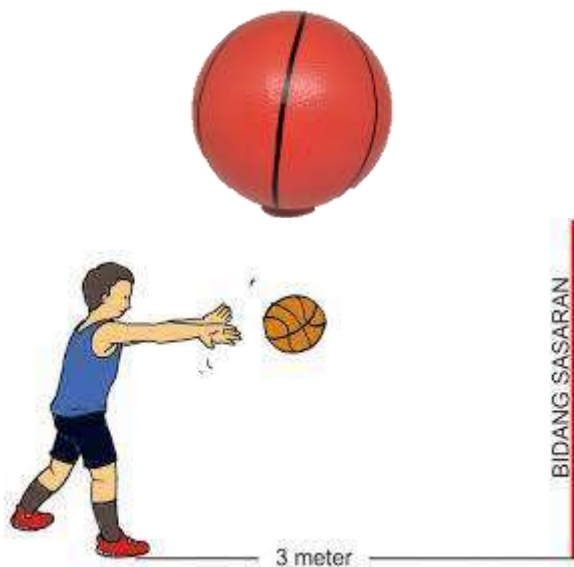
Misalnya: siswa mengetahui efektifitas gerak gerak yang dipelajarinya berdasarkan ketepatan menolak pada papan tolak. Dalam contoh ini, Siswa dapat mengetahui dan menemukan pada jarak awalan berapa meter dengan seberapa cepat sehingga ia dapat melakukan tolakan secara tepat dan konsisten pada papan tolak (Yoyo Bahagia, 2000: 42).

2.6 Modifikasi Sarana Pembelajaran *Passing* Bola Basket

2.6.1 Modifikasi *Chest pass* dengan Bola Karet Sasaran Tembok

Pada modifikasi yang dilakukan dalam penelitian ini mempunyai prinsip untuk mempermudah siswa dalam mempelajari teknik dasar *chest pass* bola basket dengan cara memodifikasi peralatan khususnya bola basket karet sehingga mempermudah siswa dalam pelaksanaannya. Pelaksanaan bola yang digunakan yaitu bola karet dengan spesifikasi ukuran lebih kecil dan berat bola lebih ringan, dengan keliling bola 60cm – 65 cm, dan berat bola 150 – 170 gram. Sehingga

diharapkan dapat mempermudah siswa dalam melakukan *chest pass* bola basket mengurangi rasa bosan dan meningkatkan keinginan siswa untuk lebih banyak mencoba.



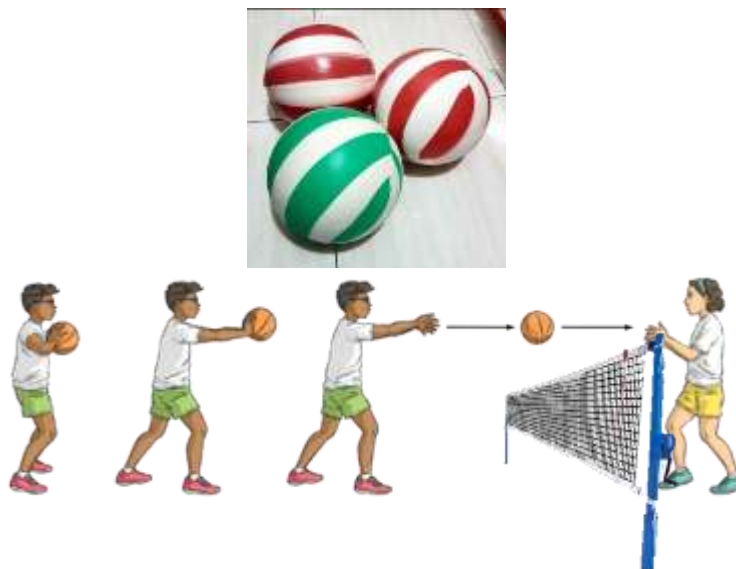
Gambar 2.2 Ilustrasi *Passing* dengan Bola Karet dan Tembok Bersasaran
(Sumber: Alen Rismayadi, 2021:58)

2.6.2 Modifikasi *Chest Pass* dengan Bola Plastik Pembatas Net

Pada modifikasi yang dilakukan dalam penelitian ini mempunyai prinsip untuk mempermudah siswa dalam mempelajari teknik dasar *chest pass* bola basket dengan cara memodifikasi peralatan yaitu dengan menggunakan net yang diikat pada tiang setinggi 130 – 150 cm. Tujuan merentangkan net sebagai sasaran untuk dilewati oleh bola guna memperbaiki tinggi bola siswa dan hasil lemparan *chest pass* harus sejajar dada. Tujuan pendekatan alat modifikasi *passing* dengan bambatas yaitu:

- 1) Meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam melakukan pembelajaran *chest pass* bola basket.
- 2) Meningkatkan rasa percaya diri siswa untuk melakukan gerakan yang benar.
- 3) Meningkatkan keberanian siswa dalam mencoba teknik gerakan *chest pass* bola basket yang benar.
- 4) Meningkatkan interaksi siswa.

- 5) Memberikan suasana atau nuansa baru dalam pembelajaran *chest pass* bola basket



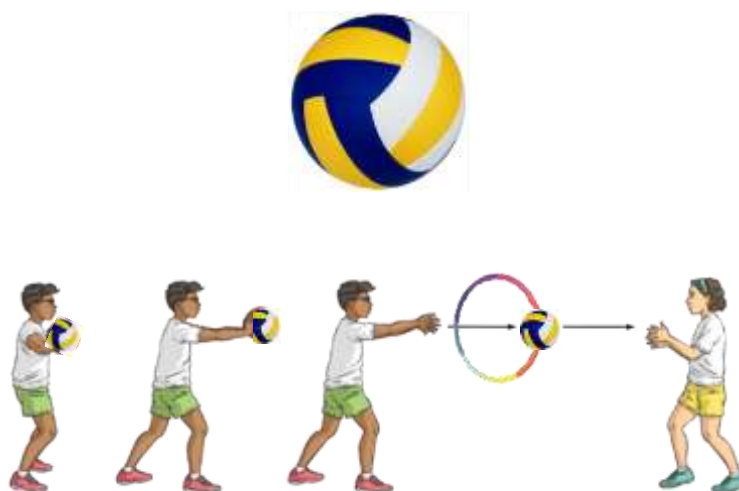
**Gambar 2.3 Ilustrasi *Passing* dengan Bola Plastik dan Net Pembatas
(Sumber: Dheka Pramudita, 2010:38)**

Siswa melakukan gerak *chest pass* bola basket dengan bantuan alat yang diharapkan dapat mempermudah siswa dalam melakukan *chest pass* bola basket. Siswa berpasangan dan berkelompok sehingga pembelajaran akan lebih menyenangkan dan berpengaruh pula pada hasil belajar Penjasorkes.

2.6.3 Modifikasi *Chest pass* dengan Bola Voli Sasaran *Hula Hoop*

Pembelajaran *chest pass* menggunakan *hula hoop* adalah bentuk pembelajaran *chest pass* berpasangan atau berkelompok melewati *hula hoop* yang dipasang. Jadi pemain yang melakukan pembelajaran *chest pass* tersebut harus melewatkan bola di tengah *hula hoop*. Adapun pelaksanaan pembelajaran tersebut adalah sebagai berikut: Siswa berdiri berhadapan masing-masing menghadap *hula hoop* dengan jarak 3-5 meter. Salah satu siswa memegang bola, kemudian oper ke arah pasangannya dan melakukan *chest pass* berpasangan lewat lubang *hula hoop*. Bola yang di oper harus lewat lubang *hula hoop* dan diusahakan dapat diterima dengan baik oleh pasangannya, begitu seterusnya.

Dalam pembelajaran *chest pass* menggunakan *hula hoop* ini mempunyai keuntungan yaitu: siswa dapat melihat pasangannya sehingga pengoperan bola dapat diarahkan ke arah pasangannya dengan baik, siswa dapat mengantisipasi arah datangnya bola dari pasangannya. Di samping mempunyai keuntungan pembelajaran ini juga mempunyai keuntungan yaitu: bola kelihatan muncul dan arahnya sehingga siswa tidak memerlukan respon yang cepat, dengan demikian siswa kurang terlatih dengan bola-bola yang datangnya tiba-tiba: karena melihat munculnya bola, maka siswa kurang terlatih kecepatan reaksinya/refleknya.



**Gambar 2.4 Ilustrasi *Passing* dengan Bola Voli dan Hula hoop
(Sumber: Dheka Pramudita, 2010: 38)**

2.7 Permainan Bola Basket

Bola basket merupakan suatu permainan beregu menggunakan bola besar yang diciptakan oleh James Naismith pada tahun 1891 di Springfield, Massachusetts (Kaplan, 2012: 15). Olahraga bola basket merupakan salah satu olahraga prestasi yang sangat diminati masyarakat saat ini terutama kalangan pelajar dan mahasiswa, sehingga banyak sekali kejuaraan bola basket yang diselenggarakan dan diikuti oleh masyarakat luas. Dengan banyaknya kejuaraan bola basket persaingan akan sangat tinggi. Hal ini menuntut pelatih untuk mengoptimalkan program latihan yang tepat kepada atlet, sedangkan atlet harus selalu mengevaluasi kekurangan di setiap pertandingan dan diperbaiki selanjutnya,

sehingga dengan ini pelatih dan atlet akan bekerjasama untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Bola basket adalah permainan bola besar terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, bola basket mudah dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut (Sofianisya, 2014).

Menurut Barth & Boesing (2010: 13) bola basket merupakan olahraga yang di dalamnya terdapat dua tim, bola, dua keranjang, terdapat banyak kesempatan untuk saling menyerang, berpikir cepat dan tentunya menyenangkan. Krause, et.al (2008: 20) menyatakan “Bola basket merupakan permainan kecepatan dan keseimbangan, dalam setiap pergerakan diharuskan untuk fokus pada tujuan”. Permainan bola basket juga merupakan bentuk permainan yang terbuka, sewaktu-waktu keadaan permainan dapat berubah, cara mengoper akan banyak sekali variasi yang terjadi di lapangan, pemain akan berusaha mengoperkan bola dengan berbagai cara agar bola tidak dapat dipotong lawan, begitu juga dengan menembak, dalam menembak akan menyesuaikan keadaan yang ada, pemain tidak hanya melakukan tembakan dengan satu jenis tembakan saja.

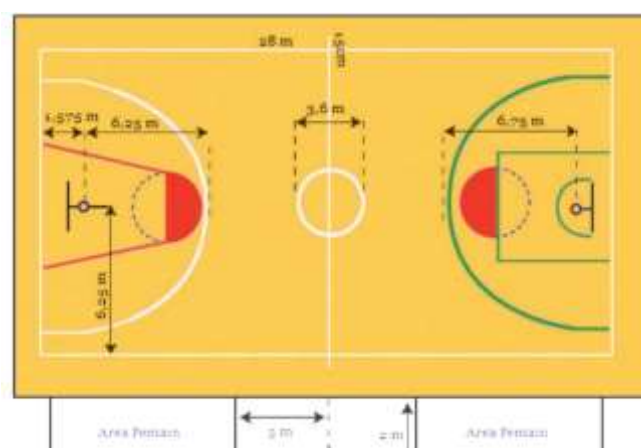
Olahraga bola basket di zaman *modern* ini telah banyak ditemukan variasi dari perkembangan teknik dasar bola basket. Dengan demikian pula sudah banyak ditemukan metode latihan yang bervariasi untuk menunjang disetiap latihan sesuai dengan tujuan dan perkenaan pada sesi latihan. Metode latihan yang tepat untuk atlet akan lebih mudah cepat untuk diikuti oleh atletnya dengan demikian atlet akan semakin berkembang bersamaan dengan diberikannya metode latihan tersebut. Metode latihan tidak hanya dipilih pelatih secara tepat, tetapi metode latihan harus mengevaluasi dari kekurangan atlet.

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa permainan bola basket merupakan salah satu olahraga yang dimainkan oleh 2

regu yang masing-masing terdiri dari 5 orang dengan tujuan mencetak angka ke keranjang lawan dan mencegah regu lawan mencetak angka yang mendapat angka terbanyak menjadi pemenang. Bola dipindahkan dengan cara mengoper, *mendribble*, menggelindingkan dan sebagainya sesuai peraturan yang berlaku. Untuk menjadi sebuah tim yang hebat maka latihan disiplin sangat penting untuk membentuk kerjasama tim dan melatih *skill* individu, fisik, dan emosi.

2.7.1 Lapangan Bola Basket

Permainan bola basket dimainkan diatas lantai yang rata dan lapangan berbentuk persegi panjang. Lapangan permainan harus rata, memiliki permukaan keras dengan ukuran panjang 26 m dan lebar 14 m yang diukur dari sisi dalam garis batas (Akor Sitepu, 2021:14). Pada kedua garis lebar lapangan di tengah masing-masing dipasang ring atau basket. Masing-masing regu yang sedang bermain atau bertanding menempati separuh lapangan saling berhadapan. Permainan bola basket dipimpin oleh tiga orang wasit dan dibantu oleh petugas meja, yang bertugas mencatat angka dan semua kejadian baik yang dilakukan pemain maupun pelatih. Permainan bola basket dilakukan dalam dua babak, satu babak terdiri dari 2 *quarter*. Babak pertama dengan babak kedua diberi waktu istirahat. Regu yang dinyatakan menang adalah regu yang sampai akhir pertandingan lebih banyak memasukan bola ke dalam ring basket. Berikut ini disajikan ilustrasi lapangan bola basket.



**Gambar 2.5 Ukuran Lengkap Lapangan Permainan Bola basket
(Sumber: Akor Sitepu, 2021:14)**

2.7.2 Papan Pantul

Kedua papan pantul terbuat dari kayu keras atau bahan yang tembus pandang (transparan) dengan tebal 3 cm sesuai dengan kekerasan kayu, lebarnya 1,80 m dan tingginya 1,20 m permukaannya rata dan bila tidak tembus pandang harus berwarna putih.

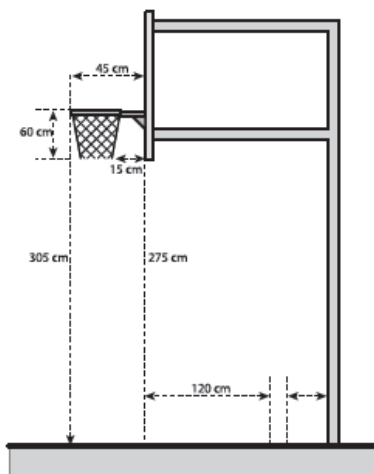
Permukaan ini ditandai dengan : di belakang ring dibuat petak persegi panjang dengan ukuran 59 cm dan tingginya 45 cm dengan lebar garis 5 cm. Garis dasar berbentuk empat persegi panjang tersebut di buat rata dengan ring (Akor Sitepu, 2021:15). Berikut adalah gambar papan pantul tersebut :



Gambar 2.6 Papan Pantul Bola Basket
(Sumber: Akor Sitepu, 2021:15)

2.7.3 Keranjang/Ring Basket

Tinggi papan dari bagian bawah papan sampai ke lantai = 2,75 m. Permukaan basket sampai bagian bawah papan = 0,30 m, penopang basket ke papan pantul = 0,15 m, panjang jarring basket = 0,40 m, jarak proyeksi papan pantul sampai ke garis akhir = 1,20 m, jarak garis akhir sampai ke tian penyangga basket = 1 m (Akor Sitepu, 2021:15).



Gambar 2.7 Tiang Bola basket
(Sumber: Akor Sitepu, 2021:15).

2.7.4 Bola Basket

Bola basket terbuat dari karet dan dilapisi bahan sintesis. Keliling bola antara 75 cm sampai dengan 78 cm, berat antara 600 gram sampai dengan 650 gram. Ketentuan standar bola, ketika berisi udara bila dipantulkan di lantai yang keras dari tempat ketinggian 1,80 meter bola akan memantul setinggi antara 1,20 meter sampai dengan 1,40 meter (Akor Sitepu, 2021:15)



Gambar 2.8 Bola Basket
(Sumber: Akor Sitepu, 2021:15)

2.8 Teknik Dasar Permainan Bola Basket

Menurut Hall Wissel (2000:15) “Meskipun bola basket adalah permainan tim, namun penguasaan teknik dasar individual sangatlah penting sebelum bermain di dalam tim. *Shooting, passing, dribbling, rebounding, defending*, bergerak dengan bola dan bergerak tanpa bola adalah teknik dasar yang harus dikuasai”. Menurut Abdul Rohim (2010:10): “Menjadi pemain yang baik, perlu menguasai

fundamental (dasar-dasar, teknik, dan strategi) dari permainan bola basket ini“. Dua pendapat tersebut, disimpulkan teknik dasar bermain bola basket dibagi menjadi dua, yaitu teknik dasar dengan bola dan teknik dasar tanpa bola. Teknik dasar dengan bola meliputi : lempar atau operan (*passing*), menembak (*shooting*), menggiring (*dribbling*), *rebounding*. Teknik dasar tanpa bola terdiri dari : bertahan (*defending*), pergerakan tanpa bola, merupakan komponen dalam permainan bola basket yang saling mendukung terhadap keterampilan bermain bola basket. Kedua teknik dasar tersebut saling berkaitan satu dengan lainnya menurut kebutuhan dalam permainan. Untuk menguasai macam-macam teknik bola basket harus dilakukan latihan secara sistematis berdasarkan prinsip-prinsip latihan yang benar.

2.9 Teknik Melempar dan Menangkap

Istilah melempar (*passing*) mengandung pengertian mengoper bola dan menangkap (*catching*) berarti menerima bola. *Passing* adalah bagian terpenting dalam pertandingan sebelum mencetak skor, karena tanpa *passing* tidak ada *assist*. Agar bola berada dalam jangkauan tembakan, bola harus dipindahkan dengan operan *passing* atau dribble. Operan bola lebih cepat daripada *dribble*, perpindahan bola menyebabkan lawan tidak sempat bertahan atau memperketat penjagaan.

Kegunaan khusus *passing* adalah untuk : a) mengalihkan bola dari daerah padat pemain, b) menggerakkan bola dengan cepat pada fast break, c) membangun pemain lawan untuk melakukan tembakan, e) mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri . Menurut Danny Kosasih (2008:26) menyatakan, “*Passing* dan *catching* adalah fundamental bola basket yang sering terbaik untuk dilatih. Seorang pemain harus mengembangkan *skill passing* demi kesuksesan timnya. Prinsip dasar *passing* adalah kecepatan, target, timing, trik, dan komunikasi. Jenis-jenis *passing* adalah *chest pass*, *bounce pass*, *overhead pass*, *baseball pass*, *one- hand push/shoulder pass*.”

Prinsip menangkap bola (*catching*) adalah bagaimana pemain dapat menerima bola dengan tepat pada posisi *quick stance*. Menjemput bola adalah aturan

pertama dalam *catching*. Saat pemain berusaha menjemput bola dan memperkirakan bahwa *deffender* yang mengikutinya dapat melakukan *intercept*, pemain yang dapat melakukan *break away* atau *backdoor cut*. Berikut ada beberapa macam operan *passing* dan penggunaannya haruslah tepat pada setiap situasi:

1) *Bounce pass* (operan bawah)

Passing ini direkomendasikan untuk digunakan pada sasaran yang melakukan *backdoor cut* dan pada pemain di-trap sehingga kesulitan mencari *passing line*. Gerakan yang dilakukan hampir sama dengan *chest pass*, hanya saja arah bola dipantulkan ke lantai $\frac{2}{3}$ jarak penerima bola. Passer perlu memperkirakan agar nantinya bola memantulkan kearah pinggul penerima.

2) *Overhead pass* (operan atas kepala)

Overhead pass sangat efektif digunakan pada saat tim *deffender* menggunakan *zona deffense*. Beberapa teknik yang perlu diperhatikan dalam *overhead pass* adalah :

- a. Pertahankan posisi siku paling tidak setinggi kepala.
- b. Kekuatan dorongan *overhead pass* hanya terletak pada sebagian siku, pergelangan lengan, dan jari-jari. Bahu hanya berfungsi sebagai penopang siku agar tetap setinggi kepala.
- c. Posisi awal ibu jari adalah menghadap belakang dan posisi akhir menghadap ke depan.
- d. Untuk mendapatkan tambahan tenaga dorongan, pemain dapat melakukan pivot.

3) *Baseball pass*

Baseball pass biasanya digunakan untuk melakukan *passing* jarak jauh. Pada posisi awal pemain menempatkan bola di salah satu sisi kepala dan posisi kaki *parallel stance*. Lalu pada sisi yang sama dengan tangan yang memegang bola seperti melakukan lemparan pada *baseball*. Ingatkan pemain agar tidak menekuk pergelangan tangan terlalu dalam kebelakang dan akhiri *passing* dengan posisi jari-jari menghadap kesasaran agar *passing* tetap akurat pada sasaran

4) *One-hand push/ shoulder pass*

Passing ini menggunakan satu tangan dan bisa digunakan karena persiapannya cepat. Maksudnya, dari *posisi triple threat* pemain dapat langsung melakukan *passing* ini, kunci dari *passing* ini adalah ketepatan tekukan siku. Tekukan siku yang pas dapat menghasilkan kecepatan dan kekuatan dalam melakukan *passing* ini. Jika kita menggunakan tangan kanan untuk memegang bola, maka pemain hanya dapat melakukan *passing* pada sisi kanannya saja. Begitu pula dengan sebaliknya. Jangan lupa melakukan tipuan-tipuan sebelum melakukan *passing* ini. Contohnya seperti melakukan shot fake lalu *bounce pass* atau tipuan *bounce pass* lalu *lob pass*. Jika pemain akan melakukan *air pass*, sebaiknya arahkan bola pada samping telinga *deffender* karena biasanya akan sulit diantisipasi.

5) *Chest pass* (operan dada)

Chest pass adalah jenis *passing* yang paling efektif apalagi pada saat pemain tidak dijaga. Urutan teknik *chest pass* dimulai posisi *triple threat* dan ibu jari menghadap ke atas saat memegang bola, maksudnya agar saat didorong bola akan berputar ke belakang. Pada akhir gerakan ini jari harus menghadap kebawah. Menurut Hall Wissel (2000:72), *passing* dari depan dada adalah *passing* yang paling umum dalam permainan bola basket karena dapat dilakukan dengan cepat dan tepat dari setiap posisi diatas lantai. Yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Chest pass* (operan dada).

2.10 *Passing Dada (Chest Pass) Bola Basket*

Lemparan atau operan ini merupakan lemparan yang paling banyak dilakukan dalam bermain. Lemparan ini sangat bermanfaat untuk operan jarak pendek dengan perhitungan demi kecepatan dan kecermatan dan kawan menerima bola tidak dijaga dengan ketat. Jarak lemparan ini antara 5 sampai 7 meter (Akor Sitepu, 2021:26)

1) *Awalan Chest Pass*

Awalan dalam melakukan gerakan operan (*passing*) bola basket antara lain posisi badan mengarah pada target yang akan menjadi tujuan dari operan (*passing*) tersebut, sikap berdiri yang seimbang. Bola dipegang di depan dada,

tangan sedikit di belakang bola, posisi pergelangan tangan yang rileks. Lutut ditekuk, badan condong kedepan dan jaga keseimbangan.



Gambar 2.9 Sikap Awalan
(Sumber: Danny Kosasih, 2008:27)

2) Pelaksanaan

Sikap perkenaan merupakan lanjutan dari sikap awalan, yaitu dengan sikap berdiri menghadap ke arah gerakan. Pandangan lurus ke arah target yang menerima operan. Badan agak condong ke depan. Lutut, punggung, dan lengan direntangkan. Pergelangan tangan dan jari diperkuat melalui bola. Bola dilepaskan dari jari tangan pertama dan kedua beurutuan. Laju bola operan lurus ke arah dada target (arah operan). Dengan putaran bola berkebalikan dengan arah operan (putaran bola ke belakang)



Gambar 2.10 Sikap Pelaksanaan
(Sumber: Danny Kosasih, 2008:28)

3) Sikap Gerakan Akhir

Pandangan ke arah tujuan *passing*. Badan condong kedepan. Tangan direntangkan kedepan ke arah target (operan). Setelah bola lepas dari tangan posisi telapak tangan menghadap kebawah, serta jari-jari menunjuk pada target operan. Posisi salah satu kaki berada di depan untuk tumpuan, dengan lutut ditekuk.



Gambar 2.11 Sikap Akhir
(Sumber: Danny Kosasih, 2008:28)

2.11 Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

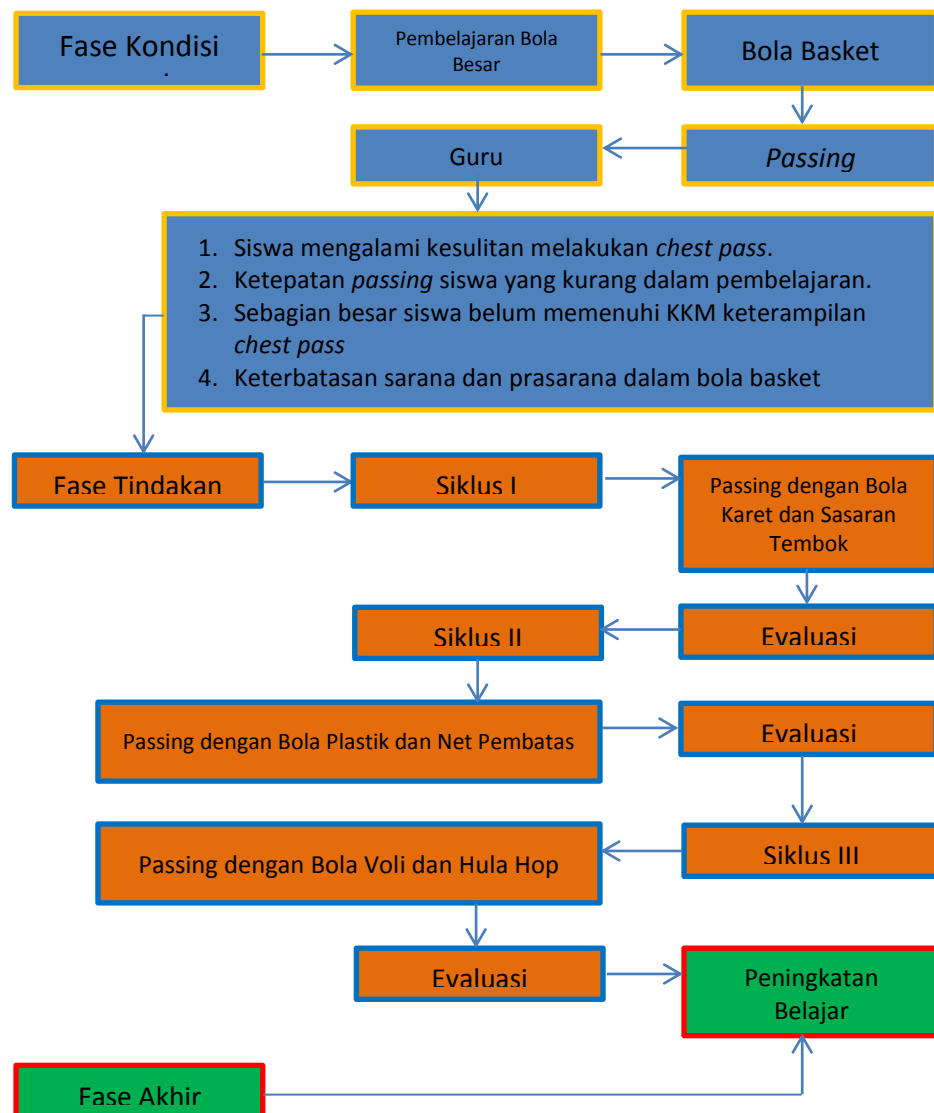
- 1) Penelitian yang dilakukan oleh Rose Rosiana (2013) yang berjudul “*Pengaruh Latihan Passing Segi Tiga dan Passing Segi Empat terhadap Peningkatan Kemampuan Passing pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMP Negeri 1 Kalasan*”. Analisis data menggunakan uji t. Hasil analisis menunjukkan bahwa: Ada pengaruh latihan *passing* segi tiga dan *passing* segi empat terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada siswa peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 1 Kalasan, dengan t hitung $9.721 > t$ tabel 2.45, dan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$, kenaikan persentase sebesar 34.99%.

2) Penelitian yang dilakukan oleh Rohima (2015) yang berjudul “*Pengaruh Latihan Mengoper Bola ke Tembok dan Berpasangan terhadap Keterampilan Chest Pass*”.. Hasil penelitian menunjukkan Kelompok latihan mengoper bola ke tembok memiliki nilai peningkatan keterampilan gerak dasar sebesar 23. Pada kelompok latihan mengoper bola berpasangan memiliki nilai peningkatan keterampilan gerak dasar sebesar 20. Sedangkan pada kelompok kontrol memiliki nilai peningkatan keterampilan gerak dasar hanya sebesar 18. Namun perbedaan pengaruh menunjukkan bahwa latihan ke tembok lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan chest pass dalam bola basket dibandingkan dengan pendekatan berpasangan dan kelompok kontrol.

2.12 Kerangka Berpikir

Pembelajaran *passing* bola basket dengan modifikasi bola karet ke tembok, bola plastik dengan *net* pembatas dan bola voli ke hula hoop merupakan bentuk pembelajaran untuk mengatasi kesulitan dalam belajar *passing* bola basket. Pembelajaran *passing* bola basket menggunakan bola basket ukuran *standart* siswa mengalami kesulitan, sehingga perlu cara belajar yang tepat. Penggunaan bola plastik dengan modifikasi bola karet ke tembok, bola plastik dengan *net* pembatas dan bola voli ke hula hoop diharapkan siswa akan mudah melakukan gerakan *passing* bola basket dengan baik dan benar. Keberhasilan pencapaian hasil belajar secara optimal didukung penerapan pembelajaran yang tepat. Berdasarkan pengamatan peneliti dan mendengarkan keterangan dari Guru Penjasorkes SMP Negeri 1 Natar yang menyatakan bahwa melakukan gerakan *passing* bola basket disebabkan oleh beberapa faktor : jarak yang dirasa terlalu jauh, bola dirasa terlalu berat, keseriusan dan motivasi dari siswa yang masih kurang dan juga rasa malu dari beberapa siswa dalam melakukan lemparan sehingga hasilnya tidak maksimal. Dari beberapa faktor ternyata keseriusan dan motivasi siswa adalah masalah paling mendasar. Faktor-faktor penghambat itu harus dihilangkan oleh guru dengan cara-cara yang baik. Guru dapat memberikan bantuan pertolongan, memberi motivasi dan mencari cara yang baik, aman, memudahkan dan menyenangkan siswa untuk melakukan. Namun demikian bukan hanya faktor guru saja yang berperan dalam keberhasilan proses pembelajaran. Menurut Sumiyati dan Asra (2008 : 5-6) ada beberapa faktor yang

mempengaruhi keberhasilan proses belajar tersebut, antara lain : faktor guru, siswa, kurikulum dan lingkungan. Sehubungan dengan faktor-faktor di atas maka faktor guru memegang peranan paling penting. Untuk meningkatkan hasil pembelajaran yang lebih baik yang sesuai dengan target peningkatan hasil *passing* bola basket, peneliti menggunakan pembelajaran *passing* bola basket dengan modifikasibola sebagai strategi pembelajaran. Untuk lebih jelasnya, kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dibuat skema sebagai berikut:



Gambar 2.12 Kerangka Berpikir
(Sumber: Penulis)

III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket dengan modifikasi alat. Metode penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Menurut Rochiati (2009: 13), penelitian tindakan kelas adalah bagaimana sekelompok guru dapat mengorganisasi kondisi praktik pembelajaran dan belajar dari pengalaman, dengan mencoba suatu gagasan perbaikan dari praktik pembelajaran dan melihat pengaruh nyata dari upaya itu. Menurut Pardjono, dkk. (2007: 12) mengatakan penelitian tindakan kelas adalah suatu penelitian yang dilakukan guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di kelasnya, misi tindakan ini adalah pemberdayaan guru dan sekaligus siswa. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2006: 14) penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat.

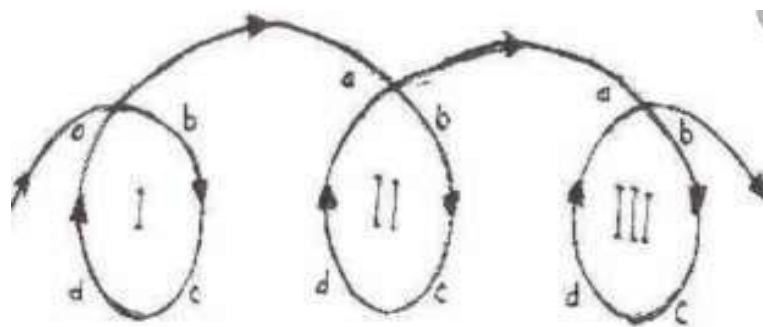
Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan penelitian tindakan kelas adalah proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru, yang melibatkan kolaborator dan siswa yang diteliti untuk meningkatkan kualitas pembelajaran sehingga hasil belajar siswa meningkat. Rancangan penelitian menurut Masnur Muslich (2010: 144), rencana dan struktur penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti akan memperoleh jawaban untuk pertanyaan penelitiannya.

3.2 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindak Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR) yang dilakukan secara kolaboratif dan partisipatif (Wiriadmadja,

2008 : 83), artinya peneliti tidak melakukan penelitian sendiri, namun berkolaborasi atau kerja sama dengan rekan Guru Penjasorkes dari SMP Negeri 1 Natar dan Guru Penjasorkes yang lain. Secara partisipasi, peneliti bersama-sama dengan mitra peneliti akan melaksanakan penelitian ini langkah demi langkah. Menurut Rochiati Wiriatmadja (2008 : 13) penelitian tindakan adalah bagaimana guru dapat mengorganisasikan kondisi pembelajaran dan belajar dari pengalamannya sendiri. Secara sederhana PTK dapat diartikan sebagai penelitian tindakan yang dilakukan dengan tujuan untuk memperbaiki kualitas proses dan hasil belajar sekelompok peserta didik.

Dalam hal ini pengertian kelas tidak terbatas pada empat dinding kelas atau ruang kelas, tetapi lebih pada adanya aktivitas belajar dua orang atau lebih peserta didik (Mulyasa, 2009 : 10). Penelitian tindakan kelas dilakukan melalui putaran atau spiral dengan beberapa siklus yang terdiri dari tahap perencanaan, melakukan tindakan, pengamatan atau observasi dan tahap refleksi. Yang dimaksud dengan penelitian yang dilakukan melalui putaran spiral adalah penelitian yang melalui siklus-siklus berikut :



Gambar 3.1 Spiral Penelitian Tindakan Kelas
(Sumber: Herman Tarigan, 2011:103)

Keterangan gambar di atas :

1) Perencanaan

Merencanakan tindakan yang dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan atau perubahan perilaku dan sikap yang diinginkan.

- 2) Tindakan
Melaksanakan apa yang dilakukan oleh peneliti sebagai upaya perbaikan, peningkatan atau perubahan yang diinginkan.
- 3) Observasi
Mengamati atas hasil yang dilaksanakan.
- 4) Refleksi
Peneliti mengkaji, melihat dan mempertimbangkan atas hasil dari berbagai kriteria.

3.3 Populasi dan Sampel

1) Populasi

Menurut Sugiyono (2017:117) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini yang menjadi populasinya adalah keseluruhan siswa kelas VII C SMP Negeri 1 Natar yang berjumlah 32 siswa.

2) Sampel

Menurut Noor (2011: 147) sampel adalah sejumlah anggota yang di pilih dari populasi, subjek adalah suatu anggota dari sampel. Sebagaimana elemen anggota dari populasi. Sampel (*sampling*) adalah proses memilih sejumlah elemen secukupnya dari populasi.

Tabel 3.1 Jumlah Sampel

Nomor	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	VII ^c	14	18	32

Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *sampling* jenuh menurut Sugiyono (2017: 124) *sampling* jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan

yang sangat kecil. Istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel.

3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian

1) Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Natar.

2) Waktu

Berikut bagan untuk pelaksanaan penelitian tindakan kelas:

Tabel 3.2 Rencana Kegiatan Penelitian

No	Rencana Kegiatan	Tahun 2022/2023				
		Okt	Nov	Des	Jan	Feb
1	Persiapan					
	a. Observasi					
	b. Identifikasi masalah					
	c. Penentuan tindakan					
	d. Penyusunan proposal					
	e. Pembuatan Instrumen					
	f. Seminar proposal					
2	Pelaksanaan					
	a. Siklus I					
	b. Siklus II					
	c. Siklus III bila perlu					
3	Analisis Data dan Laporan					
	a. Analisis Data					
	b. Penulisan laporan					

3.5 Personel Yang Terlibat

Penelitian ini dilaksanakan secara kolaboratif. Dengan maksud, peneliti tidak melakukan penelitian secara sendiri, namun berkolaborasi atau bekerjasama dengan teman sejawat. Tim kerja/ kolaborator dalam penelitian ini antara lain:

- 1) Guru pamong: Yeremia Darwin Gultom, S.Pd selaku guru SMP Negeri 1 Natar
- 2) Teman sejawat: Fingkan Anggun

3.6 Defenisi Operasional

- 1) Penelitian tindakan kelas (PTK) adalah proses pelaksanaan perencanaan yang disusun, kemudian dilakukan suatu observasi dan evaluasi yang di pakai sebagai masukan untuk melakukan refleksi atas apa yang terjadi pada tahap pelaksanaan. Hasil dan proses refleksi ini kemudian melandasi upaya perbaikan dan penyempurnaan rencana tindakan berikutnya.
- 2) Peningkatan pembelajaran adalah salah satu upaya dalam meningkatkan suatu kegiatan yang bernilai edukatif, yang mewarnai suatu proses interaksi antara guru dan anak didik, sehingga kegiatan belajar mengajar yang dilakukan dapat diharapkan mencapai tujuan tertentu yang telah dirumuskan sebelum pengajaran di mulai.
- 3) *Chest pass* adalah operan yang paling umum dan yang paling banyak digunakan dalam permainan bola basket. *Chest pass* merupakan mengoper bola dengan dua tangan di depan dada merupakan operan yang sering dilakukan dalam suatu pertandingan bola basket.
- 4) Modifikasi alat adalah salah satu teknik mengubah suatu alat dengan cara memodifikasi ukuran berat, lapangan permainan, waktu bermain serta peraturan permainan atau jumlah pemain. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan modifikasi alat pada bola dan alat bantu.

3.7 Rancangan Penelitian

3.7.1 Siklus I

- 1) Pertemuan pertama adalah tes awal untuk mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *chest pass* bola basket.
- 2) Disiklus pertama diberikan materi gerakan dasar *chest pass* menggunakan bola karet dengan target tembok
- 3) Diakhir pembelajaran dilakukan tes akhir dari siklus kedua, tujuanya untuk mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *chest pass* setelah diberikan model pembelajaran modifikasi.

3.7.2 Siklus II

- 1) Pertemuan selanjutnya adalah pemberian materi pembelajaran gerak dasar *chest pass* yaitu, melakukan gerak dasar *chest pass* berhadapan menggunakan

bola plastik dan net pembatas

- 2) Diakhir pembelajaran dilakukan tes akhir dari siklus kedua, tujuannya untuk mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *chest pass* setelah diberikan model pembelajaran modifikasi.

3.7.3 Siklus III

- 1) Disiklus ketiga diberikan materi gerakan dasar *chest pass* menggunakan bola voli dengan target melewati lubang hulahoop
- 2) Diakhir pembelajaran dilakukan tes akhir dari siklus ketiga, tujuannya untuk mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *chest pass* setelah diberikan model pembelajaran modifikasi.

3.8 Proses Pembelajaran

3.8.1 Siklus I

- 1) Rencana
 - a. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
 - b. Menyiapkan instrument penilaian berupa indikator-indikator keterampilan gerak dasar *chest pass* bola basket.
 - c. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (*handicam* atau kamera)
 - d. Menyiapkan alat-alat modifikasi bola basket untuk proses pembelajaran.
 - e. Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses pembelajaran gerak dasar *chest pass* bola basket.
- 2) Tindakan
 - a. Siswa dibariskan sesuai dengan bola karet yang ada.
 - b. Menjelaskan pentingnya materi pembelajaran *chest pass* yaitu melakukan gerak dasar *chest pass* berpasangan menggunakan bola karet dengan target tembok.
 - c. Siswa mempraktekkan materi dengan durasi setiap materi selama 10 menit dan istirahat 1 menit.
 - d. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengoreksi kesalahan gerakan yang dilakukan dan memperbaiki gerakan-gerakan yang masih salah.

3) Observasi

- a. Dari hasil observasi, diamati apakah suasana dalam proses pembelajaran dengan melakukan gerak dasar *chest pass* bola basket dapat berjalan dengan baik.
- b. Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi maka diberikan waktu pengulangan, dievaluasi dari hasil tindakan pada siklus kedua.

4) Refleksi

- a. Dari data hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan.
- b. Didiskusikan rencana tindakan pada siklus kedua.

3.8.2 Siklus II

1) Rencana

- a. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
- b. Menyiapkan instrument penilaian berupa indikator-indikator keterampilan gerak dasar *chest pass* bola basket.
- c. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (kamera)
- d. Menyiapkan alat-alat modifikasi bola basket untuk proses pembelajaran.
- e. Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses pembelajaran gerak dasar *chest pass* bola basket.

2) Tindakan

- a. Siswa dibariskan sesuai dengan jumlah alat yang ada.
- b. Menjelaskan materi pembelajaran gerak dasar *chest pass* secara berurutan, yaitu melakukan gerak dasar *chest pass* menggunakan bola plastic dan pembatas net
- c. Siswa mempraktekkan dengan durasi setiap materi 10 menit dan istirahat 1 menit.
- d. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengoreksi kesalahan gerakan yang dilakukan dan memperbaiki gerakan-gerakan yang masih salah.

3) Observasi

- a. Dari hasil observasi, diamati apakah suasana dalam proses pembelajaran dengan melakukan gerak dasar *chest pass* bola basket dapat berjalan dengan baik.
- b. Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi maka diberikan waktu pengulangan, dievaluasi dari hasil tindakan pada siklus pertama.

4) Refleksi

- a. Dari data hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan.
- b. Didiskusikan rencana tindakan pada siklus kedua.

3.8.3 Siklus III

1) Rencana

- a. Menyiapkan scenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
- b. Menyiapkan instrument penilaian berupa indikator-indikator keterampilan gerak dasar *chest pass* bola basket.
- c. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (handicam atau kamera)
- d. Menyiapkan alat-alat modifikasi bola basket untuk proses pembelajaran.
- e. Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses pembelajaran gerak dasar *chest pass* bola basket.

2) Tindakan

- a. Siswa dibariskan sesuai dengan bola karet yang ada.
- b. Menjelaskan pentingnya materi pembelajaran *chest pass* yaitu melakukan gerak dasar *chest pass* berpasangan menggunakan bola voli dengan target hulahoop.
- c. Siswa mempraktekkan materi dengan durasi setiap materi selama 10 menit dan istirahat 1 menit.
- d. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengoreksi kesalahan gerakan yang dilakukan dan memperbaiki gerakan-gerakan yang masih salah.

- 3) Observasi
 - a. Dari hasil observasi, diamati apakah suasana dalam proses pembelajaran dengan melakukan gerak dasar *chest pass* bola basket dapat berjalan dengan baik.
 - b. Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi maka diberikan waktu pengulangan, dievaluasi maka dapat diketahui presentase keberhasilan sehingga dapat disimpulkan.
- 4) Refleksi

Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan.

3.9 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Observasi

Teknik observasi merupakan pengamatan awal ke lapangan atau ke lokasi penelitian yang dilakukan terhadap objek penelitian yang ada, untuk mencari data peningkatan keterampilan *chest pass* melalui modifikasi alat pada siswa kelas VII C SMP Negeri 1 Natar.
- 2) Kepustakaan

Teknik kepustakaan digunakan untuk mendapatkan informasi tentang definisi, konsep-konsep, jurnal dan teori-teori yang mendukung penelitian dan berhubungan masalah yang diteliti oleh peneliti untuk dapat dijadikan landasan teori dalam penelitian ini.
- 3) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) di susun untuk 6 kali pertemuan setiap RPP yang digunakan memuat tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran penelitian, media/alat dengan berpedoman pada langkah-langkah kooperatif model modifikasi alat.
- 4) Tes dan Pengukuran

Penilaian aspek psikomotor berdasarkan unjuk kerja siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bola basket. Asesmen penilaian teknik dasar *passing* bola basket menggunakan operan dada (*Chest Pass*).

3.10 Instrumen Penelitian

Menurut Arikunto (2010:192) “Instrumen adalah alat pada waktu penelitian menggunakan suatu metode”. Alat tersebut memenuhi persyaratan akademis, yang dapat dipergunakan sebagai alat untuk mengukur suatu objek ukur atau mengumpulkan data mengenai suatu variabel. Meneliti adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam (Sugiyono, 2008 : 147). Sedangkan, instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2008 : 148).

Sedangkan menurut (Sugiyono, 2014) Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrument Asesmen penilaian teknik dasar *passing* bola basket menggunakan operan dada (*chest pass*).

Tabel 3.3 Rubrik Penilaian

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak				
	1	2	3	4	5
1. Sikap awal					
a. Berdiri dengan sikap melangkah					
b. Bola dipegang dengan kedua tangan di depan dada					
c. Posisi siku ditekuk mendekati badan					
d. Badan agak condong kedepan					
2. Pelaksanaan					
a. Dorong bola ke depan dengan meluruskan kedua lengan bersama kaki belakang di langkahkan ke depan dan berat badan di bawah ke depan					
b. Lepaskan bola dari kedua pagangan tangan setelah kedua lengan lurus					
c. Ibu jari di putar ke bawah					
d. Arah bola lurus sejajar dada					
3. Akhir Gerakan					
a. Berat badan di bawah kedepan					
b. Kedua lengan lurus ke depan rileks					

c. Pandangan mengikuti arah gerakan bola.					
d. Kembali ke posisi awal					
Jumlah					
Jumlah skor maksimal = 60					

(Sumber: Kusumawati, 2015: 130)

3.11 Teknik Analisis Data

- 1) Untuk menentukan nilai akhir hasil belajar yang diperoleh masing-masing siswa, digunakan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{Gerakan benar}}{\sum \text{Jumlah seluruh gerakan benar}} \times 100$$

- 2) Untuk menentukan nilai rata-rata kelas, yaitu:

$$\text{Rata - rata nilai siswa} = \frac{\sum \text{Nilai siswa}}{\sum \text{Siswa}}$$

- 3) Untuk menentukan tingkat tuntas belajar klasikal, yaitu:

$$\text{Ketuntasan klasikal} = \frac{\sum \text{Siswa yang mendapat nilai} \geq 75}{\sum \text{Siswa yang mengikuti tes}} \times 100$$

- 4) Untuk menentukan nilai hasil observasi yang meliputi penilaian psikomotorik, digunakan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{Skor perolehan}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 100$$

(Arikunto S, 2006: 306-307)

- 5) Penghitungan Efektivitas, menggunakan rumus sebagai berikut :

$$E = \frac{\bar{X}_n - \bar{X}_i}{\bar{X}_i} \times 100\%$$

(Goodwin dan Coates dalam Surisman, 1997)

Keterangan :

E : Efektivitas tindakan yang dilakukan

\bar{X}_n : Rerata nilai akhir

\bar{X}_i : Rerata tes awal

Bila hasil perhitungan meningkat 50% ke atas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif.

Tabel 3.4 Interval Kategori *Chest Pass*

Nomor	Interval	Kategori
1	91 - 100	Sangat Baik
2	80 - 90	Baik
3	70 - 79	Cukup
4	60 - 69	Kurang
5	< 60	Kurang Sekali

(Sumber: Kusumawati, 2015:132)

3.12 Indikator Keberhasilan Belajar

Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak tindakan yang dilaksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus berikutnya. Prosentase indikator pencapaian keberhasilan penelitian adalah kriteria ketuntasan nilai untuk pelajaran penjasorkes sebesar ≥ 75 dan 85% dari jumlah siswa sudah melebihi Kriteria Ketuntasan Minimal tersebut. (Djamarah, 2006: 105). Berdasarkan hasil analisis ataupun refleksi pada siklus I, II dan III terhadap aktivitas dan hasil belajar siswa, maka peneliti akan menyimpulkan apakah tindakan tercapai atau tidak. Jika aktivitas belajar dan hasil belajar siswa sesuai atau melampaui indikator keberhasilan, maka pemanfaatan media modifikasi meningkatkan keterampilan *chest pass* pada pembelajaran bola basket.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian Tindakan Kelas yang dilaksanakan pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar dilaksanakan dalam tiga siklus. Setiap siklus dalam penelitian ini terdiri atas empat tahapan, meliputi: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diungkapkan dalam bab 4, diperoleh simpulan sebagai berikut:

- 1) Peningkatan kualitas berupa proses pembelajaran dan juga kemampuan melakukan gerak dasar *chest pass* bola basket yang dapat dilihat dari hasil belajar siswa yang mengalami peningkatan dari sebelum tindakan hingga akhir siklus terakhir, dalam penelitian ini adalah akhir siklus III. Sebelum pelaksanaan tindakan, siswa yang berhasil tuntas menurut kriteria ketuntasan minimal dengan nilai 75 untuk hasil belajar *chest pass* bola basket adalah sebanyak 3 siswa atau sekitar 21,4% untuk kategori putra dan 2 siswa atau sekitar 11,1% untuk kategori putri.
- 2) Setelah diberi perlakuan berupa penerapan modifikasi sarana pembelajaran, maka didapat nilai pada akhir siklus I yaitu siswa yang berhasil tuntas meningkat menjadi 50% atau sekitar 7 siswa untuk kategori putra dan 33,3% atau sekitar 6 siswa untuk kategori putri.
- 3) Sedangkan pada siklus II menjadi 78,6% atau sekitar 11 siswa untuk kategori putra dan 77,6% atau sekitar 14 siswa untuk kategori putri.
- 4) Titik tertinggi peningkatan hasil belajar *chest pass* bola basket pada penelitian ini adalah pada akhir siklus III, dimana hasil belajar siswa telah melebihi target indikator keberhasilan siswa yang telah ditetapkan. Siswa

yang mampu mencapai kriteria ketuntasan minimal sebanyak 13 siswa atau sekitar 92,9% siswa untuk kategori putra dan 17 siswa atau sekitar 94,4% siswa untuk kategori putri. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar dalam upaya meningkatkan meningkatkan hasil belajar *chest pass* bola basket dengan menerapkan modifikasi sarana pembelajaran telah berhasil meningkatkan hasil belajar *chest pass* bola basket.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal, khususnya kepada guru penjasorkes SMP Negeri 1 Natar sebagai berikut:

- 1) Guru hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkatkan seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimiliki. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran dan kritik agar dapat lebih memperbaiki kualitas pengajarannya.
- 2) Guru hendaknya lebih kreatif dalam menentukan metode mengajar yang sesuai dengan materi, sehingga siswa tidak bosan dan malas mengikuti pembelajaran.
- 3) Penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan untuk mengembangkan proses pembelajaran *shooting* bola basket.
- 4) Sekolah hendaknya berusaha menyediakan fasilitas yang dapat mendukung kelancaran kegiatan belajar mengajar penjas

5.3 Rekomendasi Penelitian

Untuk penelitian selanjutnya peneliti harus lebih kreatif dan inovatif dalam mengembangkan materi media modifikasi yang akan diberikan kepada siswa/siswi, supaya siswa/siswi dapat memahami dan mengerti terhadap materi yang diberikan peneliti pada saat penelitian dan untuk peneliti harus lebih semangat dan memotivasi untuk siswa/siswinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, Sajidan. 2018. *Stimulasi Keterampilan Berfikir Tingkat Tinggi*. UNS, Surakarta.
- Ahmad, Susanto. 2016. *Teori Belajar & Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Prenadamedia Group, Jakarta.
- Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bola Basket*. Era Intermedia, Surakarta.
- Aip Syaifudin & Muhadi. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Tindakan Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta, Bandung.
- Bahagia, Yoyo. 2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Depdiknas Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Barth & Boesing. 2010. *Training Basketball*. Maidenhead. Mayer Sport UK. Ltd.
- Djamarah, Syaiful Bahri, 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Ilham, I. 2011. Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Chest pass Pemain Bola Basket Siswa SMP N 11 Kota Jambi. *Jurnal Penelitian Universitas Jambi* 13 : 1-15.
- Indrayana, B., & Wardana, T. A. 2018. Pengaruh Latihan Sistem Pos Terhadap Ketepatan Chest pass Pada Tim Bola Basket Putri SMA Negeri 2 Batang Hari. *Jurnal Physical Education, Health and Recreation* 87 : 60-75.

- Kaplan, Bobby. 2012. *Basketball Basics For Kids*. A Basketball handbook. Blomington. Universe.
- Kosasih, Danny. 2007. *Fundamental Basketball first step to win*. Karmedia, Jakarta.
- Kosasih, Danny. 2008. *Fundamental Basketball*. Karmedia, Semarang.
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Alfabeta, Bandung.
- Lutan, Rusli. 2000. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Depdikbud, Jakarta.
- Lutan, Rusli. 2001. *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Depdiknas, Jakarta.
- Mahendra, Agus. 2004. *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Depdiknas, Jakarta.
- Maiwahyudi, M., Ramadi, R, & Juita, A. J. 2015. Perbandingan Pengaruh Latihan Rapid Fire Dengan Latihan Wall Passing Circuit Terhadap Kemampuan Chest pass Dalam Permainan Bola Basket Tim Putri SMAN 6 Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau* 55 : 125-143.
- Mukholid, Agus. 2004. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yudistira, Jakarta.
- Mulyasa, E. 2009. *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya.
- Muslich, M. 2010. *Melaksanakan Penelitian Tindakan Kela Itu Mudah*. PT. Bumi Aksara, Jakarta.
- Noor, Juliansyah. 2011. *Metodologi Penelitian. Skripsi, Tesis, Disertasi, Dan Karya Ilmiah*. Kencana, Jakarta.
- Oliver, J. 2009. *Dasar-dasar Bola basket*. PT. Intan Sejati, Bandung.
- Pardjono, dkk. 2007. *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. UNY, Yogyakarta.
- PB. PERBASI. 2008. *Official Basketball Rules*. Bidang III PERBASI, Jakarta.
- Rahman, M. A., & Ridwan, M. 2019. Pengaruh Latihan Operan lari Menyilang Terhadap Ketepatan Chest pass Bola Basket. *Jurnal Patriot* 103 : 334-340.

- Rochiati. 2009. *Metode Penelitian Tindakan Kelas Untuk Meningkatkan Kinerja Guru dan Dosen*. PT Remaja Rosdakarya, Jakarta.
- Rohim, Abdul. 2010. *Olahraga Basket*. Aneka Ilmu, Semarang. Sa'ud, Udin Saefudin. 2008. *Inovasi Pendidikan*. Alfabeta, Bandung.
- Safariatun, S. 2008. *Azaz dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Universitas Terbuka, Jakarta.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Litera Prenada Media Group, Jakarta.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA*. PT Fajar Interpratama. Jakarta.
- Sitepu, Akor. 2021. *Permainan Bola Basket 1. Buku Ajar*. Bandar Lampung; Universitas Lampung.
- Sudjana, Nana. 2005. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Sinar Baru Algesindo, Bandung.
- Sugihartono, dkk. 2012. *Psikologi Pendidikan*. UNY Press, Yogyakarta.
- Sugiyanto dkk. 2004. *Dasar-Dasar Belajar Gerak*. Departemen Pendidikan Nasional, Jakarta.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. ALFABETA, Bandung.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, CV, Bandung.
- Suherman dan Bahagia. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Depdiknas, Jakarta.
- Syaifuddin, A dan muhadi. 2009. *Atletik*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta.
- Tarigan, Herman. 2011. Efektifitas Model Pembelajaran Passing Ball Terhadap Kecakapan Pengembalian Smash Bulutangkis. *Jurnal Pendidikan Progresif*. Universitas Lampung 13 : 25-34.
- Tarigan, Herman. 2019. *Belajar Gerak dan Aktivitas Ritmik Anak- anak*. Hamim Grup, Metro.

Wiriaatmadja, Rochiati. 2008. *Metode Penelitian Tindakan Kelas Untuk Meningkatkan Kinerja Guru Dan Dosen*. PT Remaja Rosdakarya.

Wissel, H. 2000. *Langkah Sukses dalam Bola Basket*. Terjemahan Bagus Pribadi. United State. Champaign, IL.