

BAB II

PENINGKATAN KETERAMPILAN *CHEST PASS* BOLA BASKET DENGAN PENDEKATAN BERMAIN

A. Deskripsi Teoritik Variabel

1. Bola Basket

Menurut joni indarto (Wardana B. I., 2018) permainan bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas 2 tim beranggotakan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak point dengan memasukan bola ke dalam keranjang lawan. (Oliver, 2018) mengatakan bola basket adalah satu olahraga paling populer didunia. Menurut (Prasetyo & Sukarmin, 2017) “Bola basket adalah olahraga beregu yang mengandalkan teknik, fisik, psikologis, kecepat-an, dan ketahanan tubuh”. Hany Ahmed (Prasetyo & Sukarmin, 2017) menyatakan *Basketball game is one of the sportactivities that has a positive effect on learner in physical, mental and social sides as a result of that it acquires a wide attention locally and globally, it concerns with the variety of concepts and basic skills as a fundamental requirements to learn*, Permainan bola basket merupakan salah satu olahraga yang memberikan dampak positif bagi peserta didik baik fisik, mental maupun sosial sehingga mendapat perhatian yang luas baik lokal maupun global, menyangkut keragaman konsep dan keterampilan dasar sebagai syarat dasar untuk mempelajari. Bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu terdiri atas lima pemain (Utomo & Kartiko, 2015). Permainan basket merupakan sebuah permainan yang dimainkan secara beregu, dimana dalam masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain dengan tujuan mencetak angka ke keranjang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan mencetak angka sehingga diakhir pertandingan memperoleh jumlah angka lebih banyak dari lawan, Sumiyarsono (Akbar, Priambodo, & Jannah, 2019). Oliver (Sampurno & Qohhar, 2020) Olahraga bola basket merupakan jenis olahraga permainan yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Permainan bola basket dimainkan

oleh dua regu yang masing-masing regu berusaha memasukan bola ke dalam keranjang lawan, mencegah lawan untuk memasukkan bola atau mencetak angka/skor dengan cara bola di oper, digelindingkan atau dribble sesuai dengan peraturan yang telah ditentukan, Kosasih (Wardana B. I., 2018). Menurut Sucipto (Awali, 2018), Permainan bola basket adalah “permainan yang dimainkan dengan tangan, dalam arti bola selalu dimainkan dari tangan ke tangan pemain dalam satu regu.”. Sodikun (Awali, 2018) menjelaskan “Permainan bolabasket merupakan permainan yang gerakannya kompleks yaitu gabungan dari jalan, lari, lompat, dan unsur kekuatan, kecepatan kelentukkan dan lain-lain”. Permainan bola basket adalah salah satu olahraga yang sangat populer di dunia. Permainan bola basket dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan. Dalam permainan bola basket, setiap regu terdiri dari 5 pemain yang berada di lapangan dan beberapa pemain cadangan. Tujuan dari permainan bola basket adalah untuk memasukkan bola ke ring lawan. Permainan bola basket dapat dimainkan di lapangan indoor atau lapangan outdoor. Permainan bola basket dimainkan dalam durasi waktu 10 menit pada setiap babak. Dalam permainan bola basket, terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Tentunya, sebelum melakukan permainan bola basket, Anda harus mempersiapkan peralatannya, seperti :

Bola basket, bola basket memiliki dua jenis berat yaitu 576 gram menurut ketentuan FIBA dan 650 gram menurut NBA. Ring dan net ring, alat ini digunakan untuk memisahkan wilayah tim sendiri dengan tim musuh.

Pencatat waktu. Pencatatan waktu dibutuhkan agar pertandingan tidak melebihi batas waktu yang ditentukan. Aturan waktu permainan basket sendiri dibagi menjadi dua, menurut aturan FIBA 4 x 10 menit sedangkan menurut NBA 4 x 12 menit. Seragam tim dan sepatu. Seragam merupakan identitas bagi sebuah tim sehingga harus dipersiapkan sebaik mungkin. Sementara itu, sepatu digunakan untuk melindungi kaki dari gesekan dan mengurangi cedera pada telapak kaki.

2. Sejarah Bola Basket

Permainan bolabasket diciptakan oleh Dr. James A. Naismith salah seorang guru pendidikan jasmani *Young Mens Christian Association* (YMCA) Springfield, Massachusetts (sekarang dikenal *Springfield Collage*), Amerika Serikat Pada tahun 1891, Oliver (Saichudin & Sayyid Agil Rifqi Munawar 2019:12.) Naismith menciptakan permainan yang mengkombinasikan sepak bola dan rugby sampai menjadi permainan yang baru, Cooper dan Siedentop (Saichudin & Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019:1)

Muncul gagasan menciptakan permainan menggunakan bola sepak dan keranjang buah persik yang digantungkan setinggi 3,05 m dan membaginya menjadi dua tim yang bertujuan untuk mencetak skor atau memasukkan bola lebih banyak dari pada lawan, Oliver (Saichudin, M.Kes & Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019:1)

3. Sarana dan Prasarana Sepak Bola

Prasarana atau fasilitas adalah segala sesuatu yang di perlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang bersifat permanen atau tidak dapat di pindah-pindah. Sarana adalah segala sesuatu yang dapat dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan. Adapun sarana dan prasarana dalam permainan sepak bola adalah sebagai berikut:

a. Lapangan Bola Basket

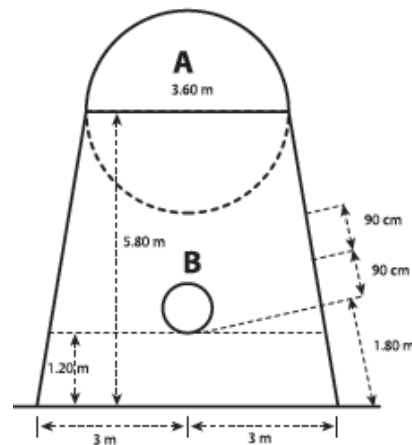
Lapangan bola basket berbentuk persegi panjang dengan dua standar ukuran, yakni panjang 28,5 meter dan lebar 15 meter untuk standar *National Basketball Association* (NBA) dan panjang 26 meter dan lebar 14 meter untuk standar Federasi Bola Basket Internasional. Perbedaan ukuran itu mengacu pada postur tubuh pemain Amerika yang cenderung lebih besar. Tiga buah lingkaran yang terdapat di dalam lapangan basket memiliki panjang jari-jari yaitu 1,80 meter.



Gambar 2.1 Lapangan Bola Basket

Sumber: (Saichudin & Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019:12)

Panjang garis tengah lingkaran pada lapangan basket adalah 1,80 meter dengan ukuran lebar garis yaitu 0,05 meter. Panjang garis akhir lingkaran daerah serang yaitu 6 meter. Sedangkan panjang garis tembakan hukuman yaitu 3,60 meter.

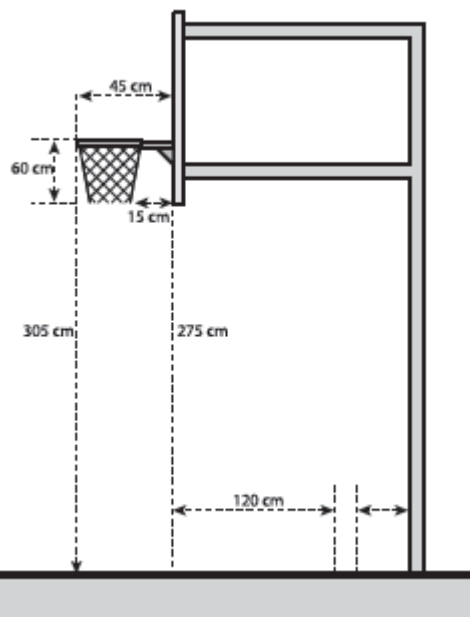


Gambar 2.2 Jarak Area Hukuman

Sumber: (Saichudin & Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019:12)

b. Ring Bola Basket

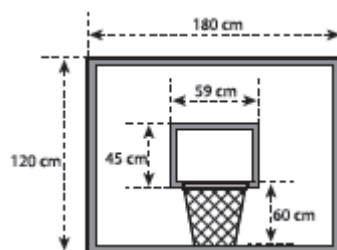
Jarak lantai sampai ke papan pantul bagian bawah adalah 2,75 meter. Sementara jarak papan pantul bagian bawah sampai ke ring basket adalah 0,30 meter. Ring basket memiliki panjang yaitu 0,40 meter. Sedangkan jarak tiang penyangga sampai ke garis akhir adalah 1 meter



Gambar 2.3 jarak Tinggi Ring Bola basket

Sumber: (Saichudin & Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019:13)

Panjang papan pantul bagian luar adalah 1,80 meter sedangkan lebar papan pantul bagian luar adalah 1,20 meter. Dan panjang papan pantul bagian dalam adalah 0,59 meter sedangkan lebar papan pantul bagian dalam adalah 0,45 meter



Gambar 2.4 Papan Pantul Bolabasket Beserta Ukurannya

Sumber: (Saichudin & Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019:13)

c. Bola Basket

Bola basket terbuat dari karet dan dilapisi bahan sintetis. Keliling bola antara 75 cm s.d. 78 cm, dan beratnya antara 600 gram s.d. 650 gram. Ketentuan standar bola dan ketika berisi udara adalah bila dipantulkan

lantai yang keras dari tempat ketinggian 1,80 meter-bola akan memantul setinggi antara 1,20 meter s.d. 1,40 meter



Gambar 2.5 Bola Basket

Sumber: (Saichudin & Sayyid Agil Rifqi Munawar, 2019:14)

d. Perlengkapan Pemain Bola Basket

Pakaian pemain terbuat dari bahan kaus yang dapat meresap keringat, kaos harus berwarna sama, baik bagian depan maupun bagian belakang, dan memasukkan kaus selama pertandingan. Celana pendek harus sama warnanya, baik di depan maupun di belakang, tetapi tidak perlu sama dengan kaus yang dikenakan



Gambar 2.6 Perlengkapan Pemain Bola Basket

Sumber: (Bari Budi Kusuma, 2019)

4. Teknik Dasar Bola Basket

Sebagai pemain bola basket yang mahir, seorang pemain wajib memahami berbagai keahlian teknik dasar bermain bola basket. Teknik dasar bermain bola basket merupakan suatu keahlian guna melaksanakan gerakan-gerakan ataupun mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan bola basket. Adapun mengenai teknik dasar bermain sepak bola menurut (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 16:2019) “Sama halnya dengan olahraga yang lain yang mempunyai teknik-teknik dasar yang perlu dikuasai oleh para peminatnya khususnya bagi para pemula yang ingin belajar menjadi pemain professional seperti *rebound*, *catching* dan *passing*, *pivot*, *dribbling* dan juga *shooting*”. Ada pula secara garis besar teknik dasar bermain bola basket yang butuh dipahami merupakan seluruh gerakan yang digunakan dalam pertandingan ataupun permainan bola basket, antara lain adalah:

a. *Dribbling*

Dribbling adalah membawa bola ke depan dengan cara memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan atau secara bergantian baik dengan berjalan atau berlari, Stocker (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 16:2019). Dalam permainan bola basket *dribbling* hanya boleh Buku Ajar Bola Basket 17 dilakukan dengan satu tangan, baik tangan kiri maupun tangan kanan. *Dribbling* dilakukan untuk melindungi bola agar bola tidak direbut lawan. *Dribbling* biasanya dilakukan dengan cara memosisikan badan diantara bola dan lawan. Tubuh digunakan untuk melindungi bola dari lawan. Oleh karena itu saat mendribbling bola basket tubuh harus selalu berada diantara lawan dan bola.

Tujuannya adalah agar saat lawan akan merebut bola maka tubuh digunakan untuk menghalangi lawan. “Kegunaan menggiring bola antara lain mencari peluang dari serangan, menerobos pertahanan lawan, ataupun memperlambat tempo permainan” Kong (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 17:2019)



Gambar 2.7 *Dribble* Bola basket

Sumber: (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:17)

Untuk dapat menggiring bola dengan baik, skill harus terus dilatih, karena kemampuan menggiring bola yang baik akan berdampak pada penguasaan permainan yang baik pula, Kalidasan, M & Nageswaran, A.S. (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 17:2019). Tiap regu memerlukan pemain yang memiliki kepercayaan diri serta keterampilan untuk mendribel bola mendapati tipe pertahanan apapun. Teknik dasar ini pastinya sangat membantu seorang pemain dalam mencetak angka secara langsung karena berguna mendekati pemain ke arah ring.

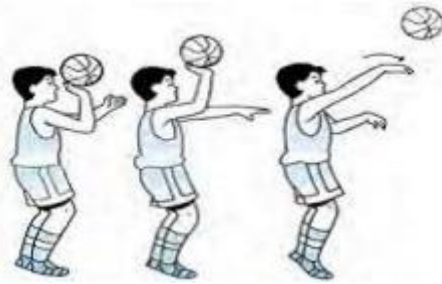
b. *Shooting*

Shooting merupakan sebuah teknik dasar yang frekuensinya sangat menentukan dalam meraih suatu kemenangan dalam pertandingan bola basket. Dalam Latihan bola basket, latihan *shooting* merupakan bagian terpenting dari semua sesi, Zambova (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 25:2019)

Menembak dalam bolabasket terdiri dari *one-handset shoot*, *jump shoot*, *free throw*, *lay up*, *hook shoot*, *runner*, dan *three point shoot*.

1) *One Hand Set Shoot*

One-hand set shoot atau yang mudahnya disebut dengan *set shoot* merupakan salah satu tembakan dalam bolabasket dimana dalam pelaksanaannya tidak disertai dengan lompatan.

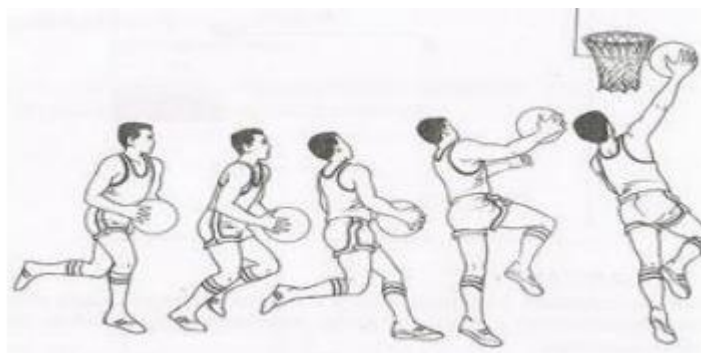


Gambar 2.8 *One Hand Set Shoot*

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:26)

2) *Lay Up*

Jenis tembakan *lay-up* merupakan salah satu teknik yang sangat sulit. Karena jenis tembakan ini memerlukan koordinasi tangan dan kaki, jika tidak pemain yang melakukan *lay-up* bisa diberikan pelanggaran.

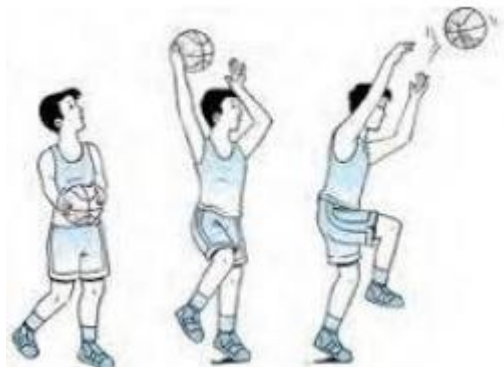


Gambar 2.9 *Lay Up*

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:28)

3) *Hook Shoot*

Hook shoot adalah tembakan yang dilakukan dari samping dengan satu tangan di mana jarak antara orang yang menghadang dan pemain bisa lebih jauh.

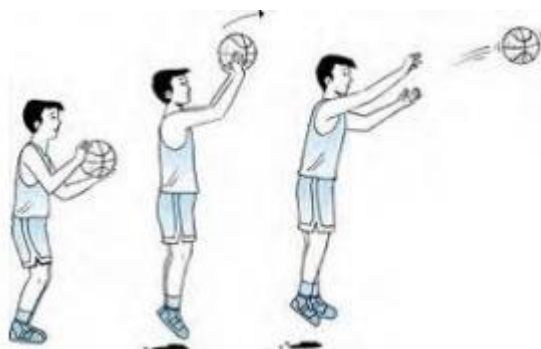


Gambar 2.10 *Hook Shoot*

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:30)

4) *Jump Shoot*

Seperti halnya namanya, *jump shoot* merupakan sebuah tembakan yang dalam pelaksanaannya dibarengi dengan lompatan.



Gambar 2.11 *Jump Shoot*

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:31)

c. *Pivot* (Teknik Berputar)

Pengertian *pivot* dalam bola basket banyak ditemukan di berbagai literatur bola basket, namun pada intinya pengertian tau definisi teknik *pivot* dalam bola basket adalah gerakan memutar badan dengan bertumpu pada satu kaki sebagai porosnya sambil memegang bola basket.

1) *Pivot* Ke Depan Badan

Seperti halnya dengan namanya, teknik *pivot* ke depan dilakukan dengan cara salah satu kaki dijadikan poros tumpuan, sedangkan kaki yang lain menarik badan kedepan



Gambar 2.12 *Pivot* Ke Depan Badan

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:36)

2) *Pivot* Ke Belakang Badan

Kebalikan dari *pivot* ke depan, *pivot* ke belakang badan dilakukan dengan cara salah satu kaki menarik badan kebelakang, sementara kaki yang lain digunakan untuk poros tumpuan.



Gambar 2.13 *Pivot* Ke Belakang Badan

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:36)

5. Pengertian Teknik *Passing*

Passing atau operan adalah memberikan bola ke kawan dalam permainan bola basket. *Passing* merupakan suatu teknik dasar yang bisa dibilang mudah dari teknik dasar lain, namun juga sangat penting dalam pertandingan. Umpan yang tepat adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentu tembakan-tembakan yang

berpeluang mencetak angka, Oliver (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 20:2019).

Menangkap bola (*catching ball*) terdiri dari dua macam cara yaitu menangkap bola di atas kepala dan menangkap bola di depan dada. Istilah mengoper/melempar/mengumpan selalu berhubungan dengan menangkap (*catching*) atau menerima bola. Operan pada umumnya dilakukan dengan 2 bahkan 1 tangan serta harus cepat, tepat dan keras, tetapi tidak liar sehingga dapat dikuasai oleh kawan yang menerimanya

a. Kegunaan teknik *passing*

Adapun kegunaan teknik *passing* adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk melewati musuh
- 2) Untuk mencari kesempatan memberikan umpan kepada kawan dengan tepat.
- 3) Untuk menahan bola tepat dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila terdapat kemungkinan untuk segera memberikan umpan kepada kawan dan menciptakan serangan dan mencetak skor.

b. Macam-macam *passing*

- 1) *Baseball Pass*
- 2) *Chest Pass* (Umpan Setinggi Dada)
- 3) *Bounce Pass* (Umpan Pantul)
- 4) *Overhead Pass* (Umpan di Atas Kepala)

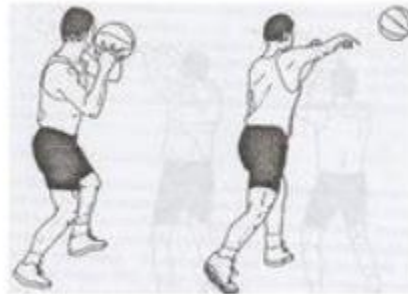
c. Teknik *passing*

1) *Baseball Pass*

Analisis gerakan *baseball pass* adalah sebagai berikut

- a) Sikap tubuh siap dengan kaki kiri didepan
- b) Mula-mula bola dipegang didepan dada dengan kedua tangan
- c) Badan agak diconcongkan ke belakang untuk melakukan ancang-ancang *passing* sembari kedua tangan mengangkat bola kesamping kanan belakang kepala (sebaliknya jika kidal)
- d) Lemparkan bola ke teman menggunakan tangan kanan (sebaliknya jika kidal)

- e) Tangan kiri hanya untuk penyeimbang
- f) Saat melempar bola di ikuti follow through kaki kanan yang maju kedepan
- g) Usahakan bola melambung keatas, karena sifat operan ini merupakan umpan long range



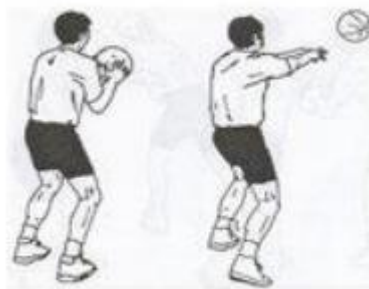
Gambar 2.14 *Baseball Pass*.

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:21)

2) 1. *Chest pass* (Umpan setinggi dada)

Analisis gerakan *Chest pass* adalah sebagai berikut:

- a) Bola dipegang sesuai dengan memegang bola basket
- b) Sikut dibengkokkan kesamping badan sehingga bola dekat dengan jarak selebar bahu
- c) Sikap kaki dapat dilakukann dengan sejajar atau kuda-kuda dengan jarak selebar bahu
- d) Lutut ditekuk, badan condong kedepan, dan jaga keseimbangan
- e) Bola didorong kedepan dengan kadua tangan sambil meluruskan lengan dan diakhiri dengan lecutan pergelangan tangan sehingga telapak tangan menghadap keluar
- f) Bagi yang baru belajar, gerakan pelurusan dapat dibantu dengan melangkahkan salah satu kaki kedepan
- g) Arahkan operan setinggi dada, atau antara pinggang dan bahu penerima
- h) Bersamaan dengan gerak pelepasan bola, berat badan dipindahkan kedepan



Gambar 2.15 *Chest Pass*

Sumber Nuril Ahmadi (2017:14)

2. *Chest Pass* Menurut para ahli

a. Nancy Cline (Dissa, Kumenap, & Sengkey , 2021)

Chest pass adalah suatu jenis operan dasar dalam basket. Bola ditahan di dada, dengan ujung jari kedua tangan. Jempol anda harus berada di belakang bola dengan tangan dan ujung jari menyebar ke arah sisi. Posisikan sikut dengan tubuh dan buka kaki selebar bahu. Pindahkan berat badan kedepan ketika anda melangkah untuk melakukan passing, luruskan lengan anda dan putar ibu jari ke bawah.

b. *Chest Pass* Menurut (Pamuji, 2013)

Mengenai teknik ini Haris (2000:20) menjelaskan bahwa “*chest pass* adalah operan dengan dua tangan dari dada yang akan menghasilkan operan lebih akurat”

c. *Chest Pass* Menurut (Hadi, Yunitaningrum, & Purnomo, 2015)

Chest pass adalah teknik operan dada yang umum digunakan bila tidak ada pemain bertahan diantara rekan setimnya.

d. *Chest Pass* Menurut Jon Oliver (Zulpianto, Simanjuntak, & Purnomo, 2018)

Chest pass merupakan umpan dada dengan menggunakan dua tangan karena merupakan umpan yang paling sering digunakan dalam pertandingan bola basket.

e. *Chest Pass* Menurut Wissel (Panggabean, Kaswari, & Purnomo, 2018)

menjelaskan bahwa *chest pass* adalah operan yang paling umum dalam permainan bola basket karna dapat dilakukan dengan cepat dan tepat dari setiap posisi diatas lantai.

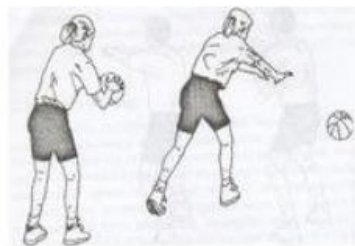
f. *Chest Pass* Menurut Muhajir (Panggabean, Kaswari, & Purnomo, 2018)

chest pass pada umumnya dapat dilakukan dengan cepat, keras, tetapi tidak liar, sehingga dapat dikuasai oleh teman yang akan menerimanya

3) *Bounce pass*

Analisis gerakan *Bounce pass* adalah sebagai berikut:

- a) Bola dipegang menggunakan dua tangan
- b) Mula-mula pegang bola di depan dada
- c) Letakkan kaki kiri di depan (jika kidal sebaliknya)
- d) Lakukan passing dengan mengarahkan bola kelantai sekitar 1,5 meter agar bola dapat memantul ke teman
- e) Saat pelaksanaan passing kaki kanan melangkah kedepan untuk menambah kekuatan passing.



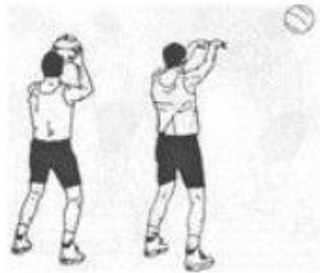
Gambar 2.16 *Bounce Pass*

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:23)

4) *Over head pass*

Analisis gerakan *Over head pass* adalah sebagai berikut:

- a) Sikap persiapan yaitu posisi badan tegak
- b) Angkan bola dengan menggunakan dua tangan ke atas kepala
- c) Saat posisi akan melempar arahkan badan sedikit kebelakang
- d) Ayunkan bola kedepan sembari di ikuti oleh ayunan badan untuk menambah kecepatan dari umpan, karena biasanya umpan ini digunakan untuk jarak jauh



Gambar 2.17 *Overhead Pass*

Sumber (Saichudin & Sayyid Agil Rifqy Munawar 2019:24)

6. Pendekatan Bermain

1. Pengertian Pendekatan Bermain

Pendekatan merupakan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran. Istilah pendekatan merujuk kepada pandangan tentang terjadinya suatu proses yang sifatnya masih sangat umum.

Pendekatan bermain merupakan salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang Pendidikan. Menurut Wahjoedi (M. Imran Hasanuddin & M. Iqbal Hasanuddin 3:2020), bahwa “pendekatan bermain adalah pembelajaran yang diberikan dalam bentuk atau situasi permainan”. Nurhayati Simatupang (Nurmanengsih, Atiq, & Purnomo, 2015) mengatakan bahwa “bermain merupakan peristiwa hidup yang sangat digemari oleh anak-anak, melalui kegiatan bermain, banyak fungsi-fungsi kejiwaan dan kepribadian yang dapat dikembangkan”. Rusli Lutan (Yudanto, 2005) menyatakan bahwa kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Beltasar Tarigan (Harsu, 2021) “Pengajaran melalui pendekatan bermain adalah meningkatkan kesadaran siswa tentang konsep bermain melalui penerapan teknik yang tepat sesuai dengan masalah atau situasi dalam permainan sesungguhnya”. Menurut Adang Ismail (Winata, Fahmi, & Abady, 2020) Permainan bersifat edukatif yang dikembangkan dapat berfungsi sebagai berikut: 1) Memberikan ilmu pengetahuan kepada anak melalui proses pemberian pembelajaran bermain sambil belajar. 2) Merangsang

pengembangan daya pikir, daya cipta, dan bahasa, agar dapat menumbuhkan sikap, mental, serta akhlak yang baik. 3)Menciptakan lingkungan bermain yang menarik, memberikan rasa aman, dan menyenangkan.4)Menciptakan kualitas pembelajaran anak-anak. Djumidar (Negara , 2015) “dunia anak lebih dekat dengan situasi permainan dari pada yang serius, di dalam pembelajaran disajikan banyak variasi-variasi supaya tidak mudah jenuh sebab siswa kerap kali juga cepat bosan melaksanakan kegiatannya”. Menurut Griffin & Patton (Rosidah , 2018) “Ialah sebuah pendekatan pembelajaran yang berpusat pada permainan dan siswa, untuk membelajarkan tentang permainan yang berhubungan erat dengan olahraga dengan sifat pembelajaran yang kontruktrifis”

Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan tersebut, harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu Adapun yang harus dipertimbangkan yaitu faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka.

Pendekatan bermain merupakan bentuk pembelajaran yang mengaplikasikan Teknik ke dalam suatu permainan. Tidak menutup kemungkinan Teknik yang buruk atau rendah mengakibatkan permainan kurang menraik. Untuk itu seorang guru harus mampu mengatasinya. Lautan & Suherman (M. Imran Hasanuddin & M. Iqbal Hasanuddin 3:2020), Menyatakan manakala guru menyadari bahwa rendahnya kualitas permainan disebabkan oleh rendahnya kemampuan skill, maka guru mempunyai beberapa pilihan sebagai berikut.

- a. Guru dapat terus melanjutkan aktivitas permainan untuk beberapa lama sehingga siswa menangkap gagasan umum permainan yang dilakukannya
- b. Guru dapat Kembali pada tahapan belajar yang lebih rendah dan membiarkan siswa berlatih mengombinasikan keterampilan tanpa tekanan untu menguasai strategi.

- c. Guru dapat mengubah keterampilan pada level yang lebih simple dan lebih dikuasai sehingga siswa dapat konsentrasi belajar strategi bermain.

Menurut Hans Daeng (M. Imran Hasanuddin & M. Iqbal Hasanuddin 4:2020), Permainan adalah bagian mutlak dari kehidupan anak dan permainan merupakan Sebagian integral dari proses pembentukan kepribadian anak. Sedangkan Freeman dan Munandar (M. Imran Hasanuddin & M. Iqbal Hasanuddin 4:2020), Mendefinisikan permainan sebagai suatu aktifitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosi.

Selanjutnya Ismail (M. Imran Hasanuddin & M. Iqbal Hasanuddin 4:2020) menuturkan bahwa permainan ada 2 pengertian: (1) permainan adalah sebuah aktifitas bermain yang murni mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah, dan (2) permainan diartikan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai pencarian menang-kalah.

Beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan permainan adalah suatu aktifitas yang dilakukan oleh beberapa anak untuk mencari kesenangan yang dapat membentuk proses kepribadian anak dan membantu anak mencapai perkembangan fisik, intelektual, social, moral dan emosional.

2. Permainan

Bermain harus dilakukan berdasarkan keinginan sendiri tanpa ada paksaan dari orang lain, sehingga anak akan bermain tanpa ada rasa takut untuk melakukan aktivitas bermain apapun dan melakukan aktivitas-aktivitas bermain yang berbeda-beda setiap saat dan berganti-ganti secara fleksibel. Karakteristik bermain anak akan menentukan perkembangan anak di masa datang.

Anak-anak harus mempunyai batasan dengan tidak mengabaikan kebebasan pada anak untuk bermain. Bermain bukan bekerja tapi bermain adalah berpura-pura. Bermain juga bukan suatu kegiatan yang sungguh-sungguh, dan juga bukan melakukan kegiatan produktif. Namun

demikian dalam bermain, anak-anak akan mengalami atau melakukan hal-hal yang produktif. Mereka juga dapat membentuk dunianya sendiri hingga seringkali dianggap nyata. Itulah ajaibnyadunia anak-anak. Menurut Huizinga(M. Imran Hasanuddin & M. Iqbal Hasanuddin 12:2020), dalam filsafat oalhraga memaparkan karakteristik bermain sebagai aktivitas yang dilakukan secara bebas dan sukarela.

Dengan menggunakan pendekatan bermain ini dimaksud untuk menarik minat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran keterampilan chest pass pada bola basket. Pendekatan bermain ini bertujuan untuk mempermudah siswa dalam melakukan pembelajaran sekaligus membuat siswa termotivasi untuk melakukan pembelajaran *chest pass* pada permainan bola basket.

a. Nama permainan

1. Bola menjawab

Seluruh Siswa membuat lingkaran dengan guru berda di tengah lingkaran di tangan sambil Pembina melempar bola dengan cara *chest pass*. Pembina siap melempar bola kepada anggota baru atau regu secara acak, sambil melempar bola Pembina melontarkan pertanyaan. Regu yang mendapat bola sambil menjawab pertanyaan salah maka harus di beri hukuman contoh *push up*, bernyanyi, dll. Jika Pembina telah meniup pluit, artinya bola sudah harus kembali dan Pembina melontarkan pertanyaan berikutnya.

2. Menembak Botol

Siswa dibagi menjadi 4 kelompok,tiap anggota kelompok berbaris menghadap alat permainan yang sudah saya siapkan,mereka akan berlomba menembak botol dengan Teknik *chest pass*, sebagai tantangan jika setiap kelompok sudah melakukan, alat tersebut akan diatur semakin jauh contoh, 7 meter – 10 meter

3. Estafet lempar bola basket

Permainan ini sama saja dengan estafet yang sering kita lakukan akan tetapi tongkat yang digunakan di ganti dengan bola basket masing-masing kelompok yang berjumlah 3-4 kelompok yang terdiri dari 4-5 orang saling berbasis berbanjar dengan jarak 3 meter peserta didik yang paling depan bertugas untuk mengoper bola pada saat aba-aba dimulai peserta didik melempar bola dengan cara *Chest pass* bola dan mengoper pada barisan ke dua begitu seterusnya sampai 6 ke barisan yang paling akhir yang penang akan di tentukan siapa yang terlebih dulu membawa bola ke garis finish

b. Manfaat Pendekatan Bermain

Manfaat pendekatan bermain adalah sebagai berikut:

- 1) Ingin memperkenalkan bahwa olahraga itu menyenangkan dan mengasyikan
- 2) Meningkatkan ketertarikan siswa pada olahraga
- 3) Siswa tidak akan menjadi bosan terhadap pembelajaran olahraga.
- 4) Melancarkan proses pembelajaran dan membuat pembelajaran akan lebih menarik perhatian siswa sehingga dapat menumbuhkan motivasi belajar siswa

B. Kajian Yang Relevan

Beberapa hasil penelitian yang berhubungan dengan Peningkatan Keterampilan Chest Pass Bola Basket Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa X TEI Di SMK NEGERI 4 PONTIANAK adalah sebagai berikut:

1. Penelitian Zuhar Ricky (2020) yang berjudul “Peningkatan Hasil Pembelajaran Bola Basket Melalui Pendekatan Bermain Siswa SMAN 1 Pulau Punjung Dharmasyah” Kendala dalam penelitian ini pada nilai Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dalam pembelajaran bola basket yaitu pada ujian praktik seperti teknik, *passing*, *shooting* dan *dribbling*, tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan menentukan hasil belajar bola basket. Masalah dalam penelitian ini yaitu kurang senangnya siswa dalam pembelajaran bola basket yaitu monoton dan kurang variatif. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*action research*). Subjek penelitian adalah siswa&siswi kelas XI. MIPA. 1 yang berjumlah 34 siswa. Waktu penelitian ini pada bulan Oktober-Desember 2019. Alat Pengumpul data menggunakan lembar observasi aktivitas dalam belajar PJOK. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian pada siklus I lulus 24 orang, tidak lulus 10 orang dengan ketuntasan 71%, tidak tuntas 29%. Sedangkan pada siklus II lulus 27 orang, tidak lulus 7 orang dengan ketuntasan 79%, tidak tuntas 21%.
2. Penelitian Henry Maksum , Tovan Ridho Wibowo (2019) yang berjudul “Meningkatkan Hasil Belajar *Chest Pass* Dalam Permainan Bola Basket Melalui Pendekatan Bermain” Penelitian bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar hasil belajar *chest pass* dalam permainan Bola Basket melalui Pendekatan Bermain. Metode yang digunakan adalah penelitian tindakan dengan bentuk penelitian tinadakan kelas (PTK). Subyek penelitiannya siswa kelas X SMA Negeri 1 Sintang yang terdiri dari 23 siswa putri dan 12 siswa putra. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan pengukuran sedangkan alat pengumpulan datanya adalah lembar

observasi dan bentuk tes. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa melalui metode pendekatan bermain dapat meningkatkan kemampuan *chest pass* dari tes yang diberikan, yaitu nilai rata-rata sebelum menggunakan pendekatan bermain yaitu 43% tuntas dan 57% belum tuntas, setelah menggunakan pendekatan bermain pada siklus I hasil belajar meningkat menjadi 63% siswa yang tuntas dan 37% siswa belum tuntas, pada siklus II dengan perlakuan yang sama terjadi peningkatan menjadi 80% siswa yang tuntas dan hanya tersisa 20% siswa yang belum tuntas. Artinya bahwa terdapat peningkatan hasil belajar *chest pass* bola basket dengan menggunakan pendekatan bermain