

ANALISIS KETERAMPILAN CHEST PASS PADA SISWA KELAS X AGRIBISNIS PENGOLAHAN HASIL PERTANIAN SMK NEGERI 1 BAWEN

Sigih Ibad Pramono ^a, Gogot Ardyas Moko ^b

^{ab} Pendidikan Profesi Guru (PPG), Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, Universitas PGRI Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

email: ^a sigihpramono@gmail.com, ^b gogotmoko@gmail.com

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:

Menerima 1 Januari 2026

Revisi 21 Januari 2026

Diterima 29 Januari 2026

Online 31 Januari 2026

Kata kunci:

Bola basket, Chest Pass, Passing, PJO

Keywords:

Basketball, Chest Pass, Passing, PJO

Style APA dalam mensitasi artikel ini: [Heading sitasi]

Sigih Ibad Pramono, Gogot Ardyas Moko (2026). Analisis Keterampilan Chest Pass Pada Siswa Kelas X Agribisnis Pengolahan Hasil Pertanian SMK Negeri 1 Bawen. Register: Jurnal Ilmiah Jurnal Ilmiah Penjas. 12(1), 40-51.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keterampilan *chest pass* bola basket siswa kelas X Agribisnis Pengolahan Hasil Pertanian di SMK Negeri 1 Bawen karena Bawen karena masih banyak yang masih kesulitan dalam melakukan operan bola terutama pada saat passing chest pass kepada temannya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei dan instrumen berupa rubrik penilaian chest pass. Sampel penelitian seluruh siswa kelas X yang berjumlah 35 siswa. Data dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk presentase menunjukkan bahwa kemampuan chest pass pada kategori "sedang" lebih banyak di bandingkan yang lain yaitu 13 siswa atau 37%, kemudian kategori "Kurang" 12 siswa atau 34%, kategori "Sangat kurang" terdapat 6 siswa atau 17%, Kategori baik yaitu 4 siswa atau 11% dan yang terakhir yaitu kategori "Sangat baik" 0 siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukan tidak ada siswa yang mencapai kategori "sangat baik" dan kategori baik hanya 4 siswa dengan standar deviasi 1,81 serta nilai terendah (8) dan tertinggi (14). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih membutuhkan peningkatan dalam keterampilan chest pass agar memenuhi standar yang lebih baik dengan metode pembelajaran efektif dan inovatif untuk meningkatkan kemampuan chest pass siswa secara keseluruhan.

ABSTRACT

This study aims to analyze the chest pass skills of basketball students of class X Agribusiness Agricultural Product Processing at SMK Negeri 1 Bawen because Bawen still has difficulty in passing the ball, especially when passing chest pass to his friends. The study used a quantitative approach with a survey method and an instrument in the form of a chest pass assessment rubric. The research sample was all class X students totaling 35 students. Data The data was analyzed descriptively and presented in the form of a percentage showing that the chest pass ability in the "moderate" category was more than the others, namely 13 students or 37%, then the "Less" category 12 students or 34%, the "Very less" category there were 6 students or 17%, the Good category was 4 students or 11% and the last was the "Very good" category 0 students. The results of the study showed that no students reached the "very good" category and the good category was only 4 students with a standard deviation of 1.81 and the lowest (8) and highest (14) scores. These results indicate that most students still need improvement in their chest pass skills to meet better standards with effective

1. Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu usaha yang dilakukan secara sadar dan terencana guna menciptakan lingkungan serta proses pembelajaran yang kondusif, sehingga peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Tujuan dari proses ini adalah untuk membentuk individu yang memiliki kekuatan spiritual religius, kemampuan mengendalikan diri, kepribadian yang matang, kecerdasan intelektual, akhlak yang luhur, serta keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan pribadi maupun dalam konteks sosial, berbangsa, dan bernegara (Instruction et al., 2023). Pendidikan merupakan suatu proses yang dirancang secara sistematis oleh manusia guna membentuk kepribadian serta mengoptimalkan potensi individu demi tercapainya kualitas hidup yang lebih baik. Proses pendidikan mencerminkan perubahan yang terjadi sebagai hasil dari pengalaman belajar, yang mencakup berbagai dimensi kehidupan dalam rangka mewujudkan tujuan tertentu yang telah ditetapkan (Maha et al., 2021). Salah satu jenis pendidikan yang dipelajari disekolah adalah pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan komponen integral dari pendidikan secara menyeluruh yang berfokus pada aktivitas fisik dan pembinaan gaya hidup sehat bagi peserta didik. Tujuannya adalah untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan fisik, serta mendukung perkembangan mental, sosial, dan emosional secara harmonis, selaras, dan seimbang dalam kehidupan individu (Hakim et al., 2023). Pendidikan jasmani sangat penting karena memuat tentang pembelajaran yang bersifat kegiatan fisik sehingga dapat memberikan kebugaran bagi peserta didik.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung pengembangan keterampilan fisik dan mental siswa. Pendidikan fisik, olahraga, dan kesehatan bertujuan untuk menumbuhkan keterampilan motorik, pengetahuan, penalaran, dan sikap (mental, emosional, atletik, spiritual, sosial) serta penerapan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, atletik, spiritual, sosial). Semua ini bertujuan untuk mencapai

keseimbangan antara pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mental (Ramdani et al., 2021). Pembelajaran PJOK tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kebugaran tubuh, tetapi juga untuk mengajarkan keterampilan dasar dalam berbagai jenis olahraga. Pada jurusan Agribisnis Pengolahan Hasil Pertanian (APHP) kekuatan fisik atau kebugaran tubuh sangat penting untuk menunjang pelaksanaan praktik pada saat proses pembelajaran ataupun nanti saat berkerja. Salah satu olahraga yang diajarkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan adalah materi bola basket.

Materi pembelajaran bola basket, yang juga dikenal sebagai aspek kognitif (sikap), afektif (pengetahuan), dan psikomotor (keterampilan gerak), memengaruhi nilai pembentukan diri siswa, termasuk tanggung jawab, kedisiplinan, keterampilan gerak, dan pengetahuan (Mubarok et al., 2021). Bola basket dianggap sebagai olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan bagi semua usia. Salah satu standar kompetensi pada mata pelajaran PJOK, siswa diharapkan mampu mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dengan teknik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (Hasmara et al., 2024).

Permainan bola basket adalah permainan dengan bola besar yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing dengan lima pemain. Tujuan permainan adalah untuk memasukan bola ke keranjang lawan dan mencegah bola masuk ke keranjang mereka sendiri (Novriliyani & Sari, 2021) . Bola basket termasuk salah satu permainan yang sangat populer dan di sering dimainkan di berbagai kalangan karena Permainan bola basket ini bukan hanya untuk ajang prestasi melainkan juga bisa sebagai rekreasi dan untuk dapat bermaian Permainan bola basket kita harus bisa menguasai beberapa teknik dasarnya. Bola basket memiliki beberapa teknik dasar bermain terdiri dari *shooting, dribbling, defend, passing, pivot* dan lain sebagainya (Oktavyani, 2021).

Passing merupakan teknik dalam permainan yang digunakan untuk mengalirkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya, baik dalam posisi diam maupun saat bergerak. Teknik ini dapat dilakukan dengan menggunakan satu tangan atau kedua tangan dari berbagai posisi tubuh (Riyadhi & Sitompul, 2024). *Passing* adalah upaya

untuk mengumpan atau mengoper bola ke teman sebangkunya untuk menguasai permainan. Beberapa teknik Passing dalam permainan bola basket seperti *chest pass*, *bounce pass*, *overhead pass* (Fitria & Sudarso, 2023). (Riyadhi & Sitompul, 2024) Salah satu *passing* yang sering diajarkan pada materi bola basket pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan adalah *chest pass* (operan dada).

Operan setinggi dada (*chest pass*) merupakan salah satu teknik passing yang umum digunakan dalam permainan bola basket, yang bertujuan untuk mengalirkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya secara efektif (Ricky et al., 2023). Gerakan *chest pass* adalah teknik *passing* atau mengumpan yang diarahkan ke rekan satu tim dari depan dada. Ini dilakukan dengan dorongan kencang oleh dua tangan, menghasilkan luncuran bola cepat (Marindra, 2024). *Chest pass* merupakan salah satu operan yang cukup mudah dan sering digunakan untuk memindahkan bola dari seorang pemain kepada pemain lainnya dalam permainan bola basket (Rosanti & Sariul, 2022).

Siswa program keahlian Agribisnis Pengolahan Hasil Pertanian SMK Negeri 1 Bawen menunjukkan minat besar dalam permainan bola basket. Kebiasaan mereka yang melibatkan aktivitas fisik di luar ruangan dan pekerjaan praktis, secara tidak langsung membantu meningkatkan kekuatan dan ketangkasan fisik. Aktivitas harian tersebut secara alami mengasah daya tahan tubuh mereka, menjadikan siswa lebih siap untuk melakukan gerakan dinamis dan aktif yang diperlukan dalam bola basket, seperti melompat, melempar, bergerak lincah, dan menjaga koordinasi tubuh dengan baik

Pada kelas X APHP, keterampilan *chest pass* diajarkan sebagai bagian dari pengembangan keterampilan olahraga dasar yang berguna untuk mengetahui keterampilan dasar *chest pass* dan dapat diterapkan dalam kegiatan ekstrakurikuler maupun dalam dunia kerja, mengingat keterampilan olahraga juga penting untuk mendukung kesehatan dan kebugaran di lingkungan profesional. Pada sekolah menengah kejuruan yang memiliki lebih banyak fokus pada keterampilan praktis, penting bagi guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk memanfaatkan

metode pengajaran yang relevan dengan dunia kerja dan kehidupan siswa Namun, meskipun penting, penguasaan teknik chest pass pada siswa kelas X APHP kurang bagus dilihat dari hasil observasi.

Berdasarkan hasil observasi yang saya lakukan menunjukkan bahwa keterampilan chest pass dalam materi bola basket kurang bagus dibuktikan dengan banyaknya siswa-siswi yang salah dalam melakukan gerakan chest pass seperti gerakan kaki, arah laju bola, gerakan tangan setelah melakukan dorongan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keterampilan chest pass dalam pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada kelas X APHP. Melalui analisis ini, diharapkan dapat mengetahui keterampilan chest pass siswa-siswi sehingga kedepannya guru dapat menentukan metode pembelajaran apa yang cocok untuk meningkatkan keterampilan chest pass dalam materi bola basket.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme dan digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan chest pass dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada siswa kelas X jurusan Agribisnis Pengolahan Hasil Pertanian (APHP).

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 8 November 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X jurusan APHP yang berjumlah 144 siswa. Menurut (Arikunto, 2010), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Sampel penelitian berjumlah 35 siswa yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan rubrik penilaian keterampilan chest pass. Penggunaan rubrik penilaian dalam pembelajaran pendidikan jasmani bertujuan untuk menilai aspek teknik secara sistematis, objektif, dan terukur. Keterampilan chest pass sendiri merupakan teknik dasar dalam permainan bola basket yang dilakukan

dengan mendorong bola dari depan dada ke arah sasaran menggunakan kedua tangan secara simultan dan terkontrol (De Basketball, 2000).

Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Melalui analisis ini, peneliti dapat mengidentifikasi gambaran tingkat keterampilan chest pass siswa kelas X jurusan APHP berdasarkan nilai rata-rata, persentase, serta kategori penilaian yang telah ditentukan.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data kemampuan mengarahkan bola voli ke pemain posisi setter melalui tes sebelum perlakuan (pretest) dan sesudah perlakuan (posttest). Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa setelah diberikan latihan drill receive passing bawah dengan sasaran tetap.

Tabel 1. Deskripsi statistik *chest pass*

N	35
MEAN	10,86
MEDIAN	10
MODUS	12
STD	1,81
VARIANCE	3,27
MINIMUM	8
MAXIMUM	14

Hasil analisis keterampilan chest pass siswa kelas x Agribisnis pengolahan hasil pertanian di SMK Negeri 1 Bawen menunjukkan nilai yang berbeda-beda dari total 35 siswa dengan nilai rata-rata (mean) chest pass adalah 10,86 dan nilai tengah (median) lebih rendah yaitu 10, dari hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada di sekitar nilai rata-rata atau sedikit dibawahnya. Modus dalam penelitian ini adalah 12 yang menunjukkan adanya konsentrasi siswa pada keterampilan ini. Standar deviasi sebesar 1,81. Nilai terendah sebesar 8 dan nilai tertinggi sebesar 14, dengan

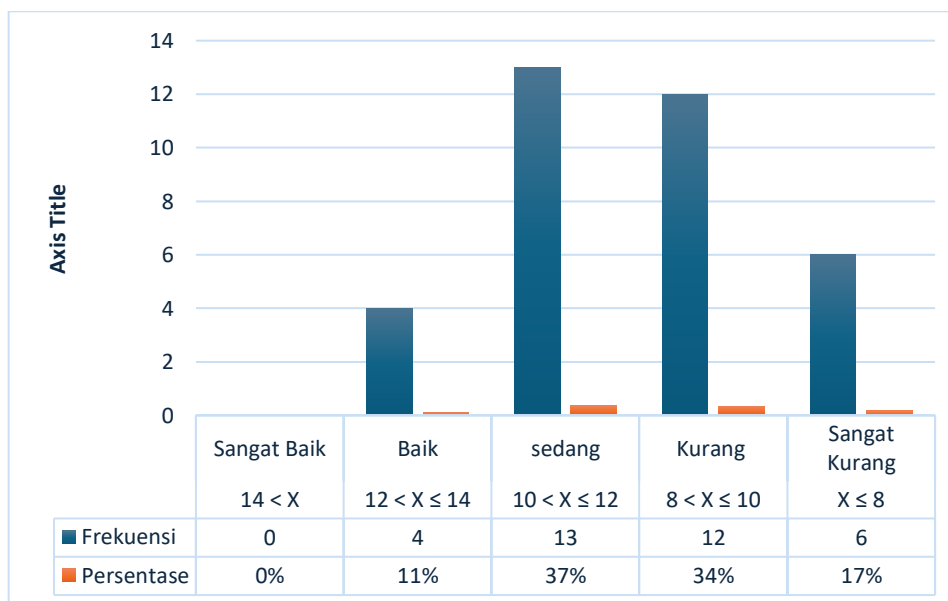
adanya nilai tersebut menunjukkan bahwa perbedaan kemampuan siswa cukup signifikan di antara siswa secara keseluruhan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *chest pass*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$14 < X$	Sangat Baik	0	0%
2	$12 < X \leq 14$	Baik	4	11%
3	$10 < X \leq 12$	sedang	13	37%
4	$8 < X \leq 10$	Kurang	12	34%
5	$X \leq 8$	Sangat Kurang	6	17%
Jumlah			35	100%

Sumber : Hasil penelitian (2024)

Data ini disajikan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram keterampilan chest pass

Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa keterampilan chest pass kelas X Agribisnis Pengolahan Hasil Pertanian di SMK 1 Bawen dengan jumlah 35 siswa menunjukkan bahwa kemampuan chest pada kategori “sedang” lebih banyak dibandingkan yang lain yaitu 13 siswa atau 37%, kemudian kategori “Kurang” 12 siswa atau 34%, kategori “Sangat kurang” terdapat 6 siswa atau 17%, Kategori baik yaitu 4

siswa atau 11% dan yang terakhir yaitu kategori “Sangat baik” 0 siswa. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih membutuhkan peningkatan dalam keterampilan chest pass agar memenuhi standar yang lebih baik.

Pembahasan

Analisis keterampilan chest pass pada siswa kelas X Agribisnis Pengolahan Hasil Pertanian SMK Negeri 1 Bawen melihat seberapa baik siswa menguasai teknik dasar operan dada dalam pembelajaran bola basket. Dalam studi terbaru, penguasaan chest pass seringkali dikaitkan dengan teknik pembelajaran yang digunakan guru. Menurut penelitian oleh (Putro et al., 2024) penerapan pair method dalam pembelajaran terbukti meningkatkan keterampilan chest pass siswa secara signifikan karena latihan berpasangan dapat memperkuat koordinasi tangan-mata serta akurasi operan.

Menurut (Hasyim et al., 2025) metode pembelajaran yang inovatif dan pelatihan fisik yang ditargetkan dapat secara signifikan meningkatkan kemampuan *chest pass* siswa dalam bola basket dengan ini akan menyelesaikan masalah yang sering terjadi dalam menguasai keterampilan bola basket yang mendasar ini. Menurut (Agung Nugroho & Fajar Mugo Raharjo, 2020) Dalam permainan bola basket, kemampuan melakukan chest pass yang baik memungkinkan siswa untuk berkontribusi lebih efektif dalam tim, memperlancar aliran bola, dan meningkatkan strategi dalam permainan bola basket

Pada penelitian ini terdapat sebagian besar siswa masih dalam kategori sedang yang menunjukkan bahwa walaupun mereka memahami *dasar chest pass* terdapat beberapa element yang harus diperbaiki seperti kekuatan dorongan. Kekuatan dorongan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu kekuatan otot lengan. Guna mendapatkan hasil chest pass yang baik di butuhkan pula kekuatan otot yaitu kekuatan otot lengan (Muslatubun et al., 2022).

Upaya untuk meningkatkan keterampilan *chest pass* dalam pembelajaran pjok memerlukan metode pendnekatan yang menarik,interaktif dan menyenangkan sehingga siiswa lebih cenderung aktif serta termotivasi sehingga maksimal dalam

mengikuti pembelajaran. Penggunaan metode pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan keterampilan chest pass dalam pembelajaran pjok hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Iqbal et al., 2021; Widyantoro et al., 2021) penerapan model atau metode pembelajaran yang variatif, terstruktur, dan berpusat pada aktivitas siswa mampu meningkatkan penguasaan teknik dasar bola basket secara signifikan. Melalui pendekatan latihan yang sistematis dan pemberian umpan balik yang tepat, siswa lebih mudah memahami tahapan gerak chest pass, mulai dari sikap awal, dorongan bola, hingga gerakan lanjutan. Selain metode pembelajaran, kemampuan fisik juga berperan penting dalam keterampilan chest pass. Hasil penelitian oleh (Dwijayanti et al., 2024; Hidayat et al., 2021) menunjukkan bahwa panjang lengan, kekuatan otot lengan, dan daya ledak otot lengan memiliki hubungan positif dan linier dengan kemampuan chest pass pemain bola basket, yang berarti aspek fisik ini bisa memengaruhi seberapa kuat dan tepat operan dada yang dilakukan siswa.

Dalam konteks pola gerak, penelitian yang dilakukan pada siswa di SMP Negeri 15 Semarang tahun ajaran 2024/2025 menemukan bahwa gerakan passing chest pass dibagi menjadi tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan tahap akhir. Penelitian ini menegaskan bahwa pengelompokan gerak tersebut penting untuk menilai di mana letak kesalahan teknik siswa, terutama dalam memegang bola, dorongan lengan, serta kontrol arah operan (Analisis Kemampuan Passing Chest Pass Bola Basket kelas IX-C, 2024/2025). Dengan demikian, berdasarkan berbagai penelitian terbaru tersebut, keterampilan chest pass siswa dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang efektif, kondisi fisik siswa, dan pemahaman terhadap tahapan gerak yang benar. Temuan-temuan ini dapat dijadikan rujukan dalam mengevaluasi dan memperbaiki program pembelajaran keterampilan bola basket di SMK Negeri 1 Bawen agar hasil belajar teknik dasar operan dada semakin optimal.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada Penelitian tentang analisis keterampilan chest pass siswa kelas X Agribisnis Pengolahan Hasil Pertanian di SMK Negeri 1 Bawen menunjukkan bahwa tingkat kemampuan chest pass siswa yang tergolong Sedang

(37%), Kurang (34%), Sangat Kurang (17%), Baik (11%) dan Sangat Baik (0%), dengan nilai rata-rata yaitu 10,86. Meskipun keterampilan chest pass merupakan salah satu teknik dasar dalam bola basket akan tetapi belum ada siswa yang memiliki kemampuan *chest pass* yang sangat baik. Oleh karena itu diperlukan adanya peningkatan melalui pembelajaran yang kreatif, inovatif, latihan yang terfokus, dan perhatian yang lebih khususnya pada siswa dengan nilai dibawah rata-rata agar menjadi lebih baik sehingga mampu mencapai standar kemampuan yang lebih baik secara keseluruhan.

5. Referensi

- Agung Nugroho, & Fajar Mugo Raharjo. (2020). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Passing Chest Pass Dalam Bermain Bola Basket Dengan Penerapan Variasi Pembelajaran Dan Modifikasi Bola Siswa Kelas Viii Smp Santa Maria Medan Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 7(1), 24–29. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i1.163>.
- Arikunto, S. (2010). Metode penelitian. In *Jakarta: Rineka Cipta* (Vol. 173).
- De Basketball, F. I. (2000). Official Basketball Rules. In *As adopted by the Central Board of FIBA, Munich, Germany, on 5th May*.
- Dwijayanti, K., Hakim, A. R., Santoso, S., & Febrianti, R. (2024). Analysis of Physical Activity of Physical Education Students in Attending Lectures. *Jendela Olahraga*, 9(2), 81–89.
- Fitria, N., & Sudarso. (2023). Penerapan Pendekatan Bermain Terhadap Hasil belajar Chest Pass Bola basket di SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 11(02), 57–64.
- Hakim, R., Basuki, S., & Banjarmasin, S. (2023). *Pemanfaatan audio visual dalam pembelajaran ketrampilan bola basket Utilization of audio visual in learning basketball skills*. 22(4), 107–118.
- Hasmara, P. S., Ma, I., & Prasetyo, G. B. (2024). *The effect of discovery learning on chest pass learning outcomes in basketball games*. 4(1), 56–66.
- Hasyim, A. H., Prabowo, E., Juniarto, M., & Haris, I. N. (2025). *Model Pembelajaran*

- Passing Chest Pass Bola Basket Berbasis Permainan.* 11(1), 15–21.
<https://doi.org/10.35569/biormatika.v11i1.2215>
- Hidayat, A. R., Padli, P., Sin, T. H., & Mariati, S. (2021). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan terhadap Kemampuan Chestpass Atlet Ekstrakurikuler Bolabasket. *Jurnal Gladiator*, 1(4), 177–185.
- Instruction, D., Instruction, D., Kunci, K., & Instruction, D. (2023). *Implementasi Model Pembelajaran Pengajaran Langsung untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Pembelajaran PJOK Materi Gerak Spesifik Permainan Bola Basket di Kelas VII-G Semester 1 SMPN 1 Bolo Tahun Pelajaran 2022 / 2023.* 3, 69–82.
- Iqbal, M., Muryadi, A. D., & Dwijayanti, K. (2021). Perbedaan pengaruh latihan one hand set shoot dan two hand set shoot terhadap tembakan bebas (free throw) dalam permainan bola basket pada atlet balka club tahun 2020. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 7(2), 57–71.
- Maha, K., Pranata, A., Wahjoedi, H., Yogi, K., & Lesmana, P. (2021). *Media Pembelajaran PJOK Berbasis Audio Visual pada Materi Shooting Bolabasket.* 9(2), 82–90.
- Marindra, D. I. (2024). *Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Chest Pass Bola Basket Melalui Modifikasi Permainan Pada Siswa Kelas VIII 3 SMP Negeri 35 Pekanbaru.* 02(03), 71–77.
- Mubarok, M. A., Afrinaldi, R., & Siswanto. (2021). Tingkat Pengetahuan Siswa dalam Pembelajaran Passing Chest Pass pada Permainan Bola Basket di SMP 2 Karawang Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 7426–7429.
- Muslatubun, S., Saiman, R., & Akhmady, A. L. (2022). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Chest Pass Pada Mahasiswa Putra Pendidikan Olahraga STKIP Kie Raha Ternate. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 117–124.
- Novriliani, E., & Sari, Y. P. (2021). Tingkat Keterampilan Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket. *Jurnal Edukasimu*, 1(3), 1–9.
- Oktavyani, T. (2021). Korelasi Otot Lengan Terhadap Kemampuan Chest Pass dalam Olahraga Basket. *Journal Sport*, 1(1), 33–43.
- Putro, A. H. S., Setyawan, D. B., & Bayu, A. T. (2024). *Improving Chest Pass Techniques*

in Basketball by Implementing Pair Method.

- Ramdani, S., Aminudin, R., & Hidayat, D. (2021). Pengaruh Pembelajaran Kooperatif Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Chest Pass Bola Basket di SMPN 1 Rengasdengklok. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(2), 88–96. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i2.3945>.
- Ricky, Z., Prasetyo, D. E., Yoga, W., & Budi, S. (2023). *Pengembangan Model Latihan Chest Pass Bola Basket Untuk Pemain Sman 1 Koto Salak*.
- Riyadhi, A. S., & Sitompul, S. R. (2024). *Pembelajaran PJOK Membantu Siswa Memahami Teknik Dasar Permainan Bola Basket*. 2114–2119.
- Rosanti, R., & Sariul, S. (2022). Hubungan Power Otot Lengan Dengan Kemampuan Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Smp Negeri 02 Rumbia. *JOKER (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 2(3), 147. <https://doi.org/10.36709/joker.v2i3.23524>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Widyantoro, S., Muryadi, A. D., & Dwijayanti, K. (2021). Pengaruh Metode Latihan Figure Eight With Dribbling Dan Metode Latihan Neck Waist And Leg Circles Terhadap Hasil Dribble Pada Hurricane Basketball Club Di Kecamatan Gemolong. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 7(2), 1–12.