



## **Pengaruh Latihan *Passing* Menggunakan Media Ban Bekas Terhadap Ketepatan *Chest Pass* Pada Team Pra PORPROV Kabupaten Kepahiang**

### ***The Effect Of Passing Training Using Used Tire Media On The Tightness Of The Chest Pass On The Kepahiang District Pre-Prov Basketball Team***

**Veri Rahmat Utama<sup>1</sup>, Dian Pujianto<sup>2</sup>, Ari Sutisyana<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Pendidikan Jasmani, Universitas Bengkulu JL. W.R. Supratman, Bengkulu, 38371, Indonesia

#### **Abstrak**

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* dengan media ban bekas terhadap ketepatan *chest pass* pada tim bola basket pra-porprov kabupaten kepahiang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan *Desain pretest-posttest one group design*. Variabel bebas adalah latihan *passing* dengan menggunakan media ban bekas variabel terikat adalah ketepatan *Chest Pass*, populasi dan sampel adalah tim bola basket pra-porprov kabupaten kepahiang yang berjumlah 13 pria dan 17 wanita, Teknik pengumpulan data penelitian dilakukan tes dan pengukuran. Proses penelitian diawali dengan memberikan pemanasan kepada peserta dan memberikan petunjuk tentang pelaksanaan tes, Data analisis dengan menggunakan statistic uji T. Hasil penelitian menunjukkan, > ruter maka Ha diterima dan Ho ditolak. Dengan demikian Ha dapat diajukan dapat diterima. Temuan dalam penelitian penelitian ini bahwa latihan *passing* dengan media ban bekas dapat digunakan Implikasi dari sebagai salah satu jenis latihan untuk meningkatkan hasil ketepatan *chest pass* bola basket.

**Kata Kunci** : bola basket, *chest pass*, *passing* dengan media ban bekas

#### **Abstract**

*The purpose of this study was to determine the effect of passing training with used tire media on the accuracy of the chest pass in the Kepahiang district pre-porprov basketball team. The method used in this research is the pretest-posttest one group design. The independent variable is the passing exercise using used tire media, the dependent variable is the accuracy of the chest pass, the population and the sample are the pre-porprov basketball team in Kepahiang district, amounting to 13 men and 17 women. The research data collection techniques were carried out by tests and measurements. The research process begins with warming up to the participants and providing instructions on the implementation of the test. The data is analyzed using the T test statistic. The results show, > router then Ha is accepted and Ho is rejected. Thus Ha can be submitted can be accepted. The findings in this research study that the passing training with used tire media can be used as a type of exercise to improve the results of the accuracy of basketball chest passes*

**Keywords**: Basketball, Chest Pass, Passing

## **PENDAHULUAN**

Permainan bola basket termasuk olahraga yang di gemari oleh masyarakat menyatakan, permainan bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur dan menyehatkan serta memiliki keterampilan perseorangan yang cukup sulit sehingga harus latihan dengan rutin agar berhasil dalam memainkannya (Yarmani, 2017).

Bola basket adalah permainan tim dimana anda dapat membantu tim anda dengan meningkatkan keterampilan pribadi anda. Bola basket membutuhkan integrasi bakat individu menjadi tim yang bermain tidak hanya sendiri. Bola basket merupakan olahraga berselang yang menggabungkan perubahan cepat dan berulang-ulang dalam arah gerakan (Iqroni, 2017). Basket itu sendiri pada dasarnya merupakan cabang olahraga permainan yang melibatkan kerjasama dalam sebuah tim. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di dalam ruangan maupun luar ruangan olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, permainan bola basket juga lebih kompetitif karena tempo permainan yang cepat (Pamuji, 2013).

Menurut PB. PERBASI (2008), ada 3 teknik dasar dalam bola basket yaitu operan (*passing*), *dribbling*, tembakan (*shooting*). Salah satu teknik yang harus di miliki seorang pemain adalah teknik *passing*, karena pada zaman sekarang bola basket modern saat ini teknik *passing* merupakan teknik yang paling berbahaya untuk mencetak angka. *Passing* memiliki peran yang sangat penting untuk membuat sebuah tim mendapatkan poin. Memasukkan bola ke keranjang musuh akan dapat dilakukan dengan cepat jika didukung *passing* yang cermat serta tangkapan yang baik. Dengan *passing* yang cermat serta tangkapan yang baik akan lebih *efisien* memindahkan bola untuk berikutnya memasukkan bola ke jaring lawan, dibandingkan dengan teknik *dribble* (Junaidi, 2018).

Salah satu teknik operan yang sering digunakan untuk mengamankan bola adalah operan dada (*chest pass*) *Chest pass* ialah membegikan bola ke pada rekan satu tim dengan cara melakukan *passing* yang arahnya tepat ke depan dada. Jenis operan ini lebih cepat dan lebih kuat untuk mencapai rekan satu tim yang menjadi sasaran untuk menangkap bola. Pada saat melakukan *chest pass* ada beberapa urutan teknik yaitu; (a) Cara memegang Bola, (b) Awalan, (c) Tolak

atau lemparan, (d) Gerakan lanjut, dan (e) Menerima Bola. Teknik *chest pass* dalam permainan bola basket, akurasi yang baik, yaitu menggunakan dorongan tangan antara otot bahu dengan otot lengan (Meirizal & Rusmana, 2018).

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada tim Pra-PORPROV belum mempunyai kesiapan alat yang praktis dan inventif untuk mempan dalam melakukan latihan tentang ketepatan *chest pass* dan pada saat pertandingan maupun latihan pada tim bola basket Pra-PORPROV, dari permainan bola basket terutama tim Pra-PORPROV masih banyak membuat tindakan kesalahan pada saat *passing chest pass*, umumnya setiap atlet pada saat melaksanakan *chest pass* bola yang dipassing tidak terarah kepada teman satu tim atau salah target. Kesalahan dalam melakukan *chest pass* sangatlah berdampak buruk bagi tim, karena dalam melakukan serangan untuk mencetak angka apabila *chest pass* yang dilakukan salah target akan mengakibatkan bola mudah di ambil oleh lawan serta bola sering keluar lapangan sehingga pemilikan bola akan berpindah oleh lawan. Faktor rendahnya saat melakukan *passing* merupakan rendahnya tingkat akurasi saat melakukan *chest pass*. Permasalahan-permasalahan tersebut perlu dievaluasi untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan program yang telah dilaksanakan (Raibowo & Nipoyanto, 2020).

Hasil observasi yang telah dilakukan peneliti bahwa teknik dasar bola basket terutama *chest pass* pada tim Pra-PORPROV masih perlu melakukan peningkatan agar menjadi lebih baik lagi. Untuk para atlet lebih tertarik pada teknik dasar *passing* maka diberikan teori melalui aktivitas fisik dengan media ban bekas untuk melatih *chest pass* sehingga kegiatan latihan akan lebih menyenangkan bagi tim bola basket Pra-PORPROV. Maka dari itu penggunaan media ban bekas ini bermaksud untuk melihat perbedaan karakteristik, minat bakat para atlet. Penerapan media ban bekas ini sebelumnya sudah direncanakan terlebih dahulu sehingga bisa memecahkan kesalahan dalam melakukan kemampuan *chest pass*. Media ban bekas tersebut berdampak untuk pengembangan dalam pola latihan yang lebih baik, produktif dan inovatif.

Dalam permasalahan yang ada peneliti ingin memecahkan masalah tersebut dengan solusi *chest pass* menggunakan media ban bekas. Karena pada prinsipnya untuk mendapatkan akurasi yang baik haruslah memiliki target. Latihan

menggunakan media ban bekas yang bertujuan agar para atlet lebih aktif dalam melaksanakan latihan, sehingga keterampilan *chest pass* akan lebih berkembang sehingga akan menjadi lebih baik. Oleh karena itu peneliti ingin memberikan bentuk latihan yang menggunakan media ban bekas untuk mengembangkan keterampilan *passing* khususnya pada teknik *chest pass*. Maksud penjelasan diatas dan berkaitan dengan mengembangkan akurasi keterampilan *chest pass* dalam olahraga basket, maka menjadi penting untuk mengetahui pengaruh yang timbul dari media ban bekas. Sehingga peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul "Pengaruh latihan *passing* menggunakan media ban bekas terhadap ketepatan *chest Pass* pada tim bola basket Pra-PORPROV kabupaten kepahiang.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimen*. Penelitian *eksprimen* diartikan sebagai pendekatan penelitian kuantitatif yang paling penuh, artinya memenuhi semua persyaratan untuk menguji hubungan sebab akibat. Metode penelitian *eksprimen* diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh pelakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. (Sugiyono, 2012: 111). Populasi dalam penelitian ini adalah TIM basket Pra-PORPROV Kabupaten Kepahiang yang berjumlah 30 Orang (17 laki-laki dan 13 perempuan).

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati ,secara spesifik semua fenomena ini disebut *variable* penelitian. (Sugiyono,2012). Instrument yang akan digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes *AAHPERD passing test* dari buku *Assessing Sport Skill* (Strand,Bradford N. & Wilson,RoIayne, 1993) dengan tingkat validitas 0,65-0,95 dan reliabilitas 0,84-0,97. Tes ini dilakukan bertujuan untuk mengukur kemampuan *chest pass* bola basket.

Metode pengambilan keputusan yang didasarkan dari analisis data, baik dari percobaan yang terkontrol, maupun dari observasi (tidak tekonrol). Bila data yang diperoleh berdistribusi normal dan homogen, maka digunakan statistik uji t, dengan rumus

$$T = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum X^2d}{N(N-1)}}} \quad (\text{Suharsimi,2013})$$

Keterangan :

Md = Mean dari perbedaan pretest dan posttest (post tes- pre test)

N = subjek pada sampel

$\sum x^2d$  = jumlah kuadrat deviasi

Xd = deviasi masing-masing subjek (d-Md)

d.b. = ditentukan dengan N-1

Menggunakan taraf signifikansi (t table) 5%

- Hasil penelitian berpengaruh jika t hitung > dari t table

- Hasil penelitian tidak berpengaruh jika t hitung < dari t table

(Suharsimi,2013)

## HASIL

### 1. Hasil Data *Pretest* Tes AAHPERD

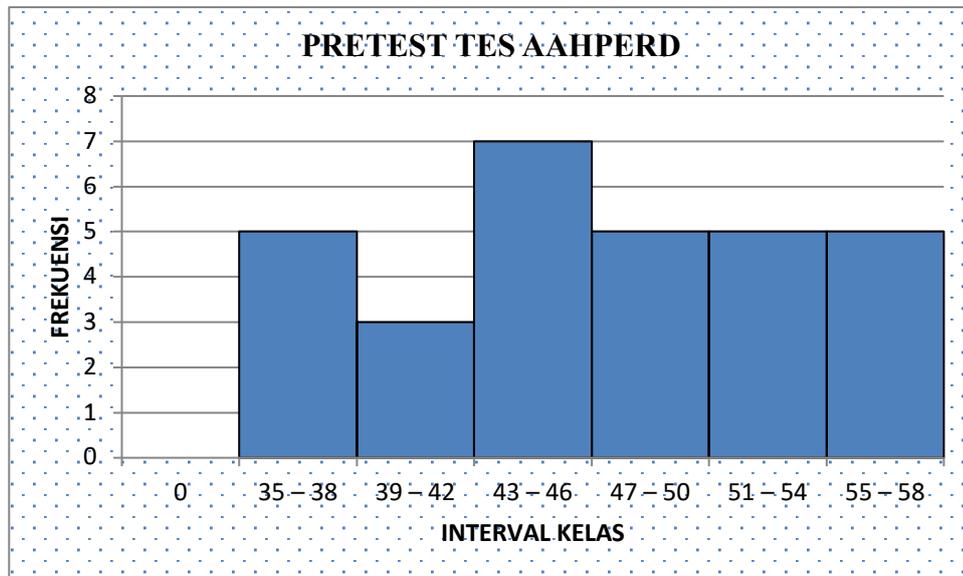
Hasil *pretest* pada atlet yang mengikuti Tim PRA PORPROV dan setelah diberikan arahan berupa latihan *passing* menggunakan media ban bekas selama 4 minggu dengan frekuensi latihan 4 kali seminggu setelah itu dilaksanakan tes akhir atau *posttest* untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan setelah diberikan arahan, berikut ini adalah hasil *pretest*. Dari *pretest* yang telah dilakukan pada tanggal 1 september – 1 Oktober 2020 memiliki hasil : a. memiliki hasil tertinggi adalah 56. b. memiliki hasil terendah adalah 35. c. Rata-rata tes AAHPERD sebesar 46,76

**Tabel 1.** Daftar distribusi hasii tes AAHPERD (*pretest*)

Interval Kelas	Frekuensi (f)	Nilai Tengah (x)	x <sup>2</sup>	fi.xi	fi.xi <sup>2</sup>
35 – 38	5	36,5	1332.25	182,5	33306,25
39 – 42	3	40,5	1640.25	121,5	14762,25
43 – 46	7	44,5	1980.25	311,5	97032,25
47 – 50	5	48,5	2352.25	242,5	58806,25
51 – 54	5	52,5	2756.25	265,5	68906,25
55 – 58	5	56,5	3192.25	282,5	79806,25
Jumlah	30	279	13253.5	1403	352619.5

Berdasarkan tabel tersebut dapat kita ketahui bahwa frekuensinya berjumlah 30, jumlah nilai tengah (x) 279, jumlah x<sup>2</sup> 13253,5, jumlah fi.xi

sebesar 1403 dan jumlah  $f_i \cdot x_i^2$  yaitu 352619.5. Berdasarkan tabel tersebut, dapat kita gambar kan dalam sebuah histogram sebagai berikut :



Gambar 1. Histogram *Pretest* Melempar dan Menangkap Bola

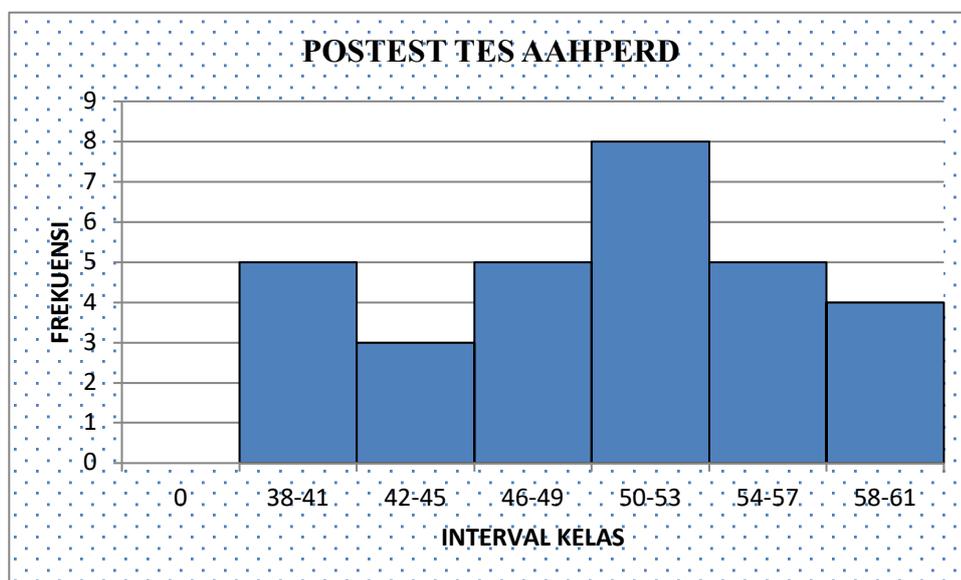
## 2. Hasil *Posttest* ketepatan *ChestPass* Pada Team Pra-Porprov Kabupaten Kepahiang

Berdasarkan latihan selama empat minggu, memiliki peningkatan hasil *chest pass*, di bawah ini adalah hasil *posttest* dalam bentuk data frekuensi dan histogram. Hasil *posttest* yang telah dilakukan pada tanggal 1 Oktober 2020 untuk kelompok eksperimen diperoleh hasil :

**Tabel 2.** Daftar Distribusi Hasil TES AAHPERD (*Posttest*)

Interval Kelas	Frekuensi (f)	Nilai Tengah (x)	$x^2$	$f_i \cdot x_i$	$f_i \cdot x_i^2$
38 – 41	5	39,5	1560,25	197,5	39006,25
42 – 45	3	43,5	1892,25	130,5	17030,25
46 – 49	5	47,5	2256,25	237,5	56406,25
50 – 53	8	51,5	2652,25	412	169744
54 – 57	5	55,5	3080,25	277,5	77006,25
58 – 61	4	59,5	3540,25	238	5644
Jumlah	30	297	14981,5	1493	415837

Berdasarkan hasil tabel 2. dapat diketahui bahwa frekuensinya berjumlah 30, jumlah nilai tengah ( $x$ ) 297, jumlah  $x^2$  14981.5, jumlah  $f.x$  sebesar 1493 dan jumlah  $f.x^2$  yaitu 415837. Maka didapat siswa yang mendapatkan nilai antara 38-41 = 5 orang, nilai 42-45 = 3 orang, nilai 46-49 = 5 orang, nilai 50-53 = 8 orang, 54-57 = 5 orang, 58-61 = 4 orang. Sehingga didapat nilai rata-rata adalah 49.76, modus adalah 47,5 dan kemiringan kurva adalah 0,020



Gambar 2. Histogram *Post Test* \_Melempar dan Menangkap Bola.

### 3. Deskripsi Data Peningkatan *Pretest* dan *Posttest* latihan *Passing* Dengan Media Ban Bekas Terhadap Ketepatan *Chest Pass* Pada Team Bola Bakset PRA PORPROV Kabupaten Kepahiang

Hasil data *pretest* tes AAHPERD dengan nilai tertinggi 56 dan nilai terendah 35, dengan rata-rata 47,03, modus 37,14, standar deviasi 99,48 dengan kemiringan kurva 0,096, sedangkan data *posttest* kelompok eksperimen dengan nilai tertinggi 59 dan nilai terendah 38, dengan rata-rata 49.76 modus 47,5, standar deviasi 108,52 dengan kemiringan kurva 0,020.

## PEMBAHASAN

### 1. Pembahasan Hasil Data *Pretest* Tes AAHPERD

Berdasarkan hasil data *pretest* kelompok eksperimen tertinggi 56 dan hasil terendah 35, dengan *mean* sebesar 46,76, modus data *pretest* 37,14 serta

simpangan deviasi yaitu 99,48 dan kemiringan kurva 0,096. Data hasil *posstest* tertinggi 59 dan hasil terendah 38, dengan *mean* 49,76, modus data *posttest* 47,5 serta simpangan deviasi yaitu 108,52 dengan kemiringan kurva -0,020.

## **2. Pembahasan Hasil Data *Posttest* Tes AAHPERD**

Data hasil *posstest* tertinggi 59 dan hasil terendah 38, dengan *mean* 49,76, modus data *posttest* 47,5 serta simpangan deviasi yaitu 108,52 dengan kemiringan kurva -0,020. Berdasarkan penelitian bahwa latihan pengaruh latihan *Passing* menggunakan media ban bekas terhadap ketepatan *Chest pass* pada TIM bola basket PRA PORPROV Kabupaten Kepahiang dalam kriteria. Berdasarkan penelitian bahwa latihan pengaruh *Passing* menggunakan media ban bekas terhadap ketepatan *Chest pass* pada TIM bola basket PRA PORPROV Kabupaten Kepahiang dalam kriteria sebagai berikut : Hal ini dapat dilihat dari adanya perbedaan antara *pretest* dan *posttest tes AAHPERD* setelah diberi perlakuan latihan *Passing* menggunakan media ban.

## **3. Pembahasan Hasil Data Pengaruh latihan *Passing* Dengan Media Ban Bekas Terhadap Ketepatan *Chest Pass* pada Team bola basket PRA PORPROV Kabupten Kepahiang**

Berdasarkan latihan yang digunakan untuk meningkatkan Ketepatan *chest pass* adalah menggunakan latihan *passing* menggunakan media ban bekas,. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar *Passing Chest pass* yaitu melalui media ban bekas yang dapat membantu atlet dalam melakukan pembelajaran permainan bola basket. Pelaksanaan penggunaan media ban bekas dapat diterapkan dengan mengembangkan gerak dasar *Chest pass* pada siswa melalui pendekatan bermain bola basket (Ali, 2018). Setiap beban latihan yang diberikan memberikan dampak yang berbeda-beda terhadap struktur otot dalam menyimpan kalori sekaligus memberikan dukungan kinerja fisik. Semakin tinggi cadangan kalori di dalam otot, maka akan semakin besar pula energy yang dikeluarkan oleh tubuh, besarny energy yang dimiliki akan memeberikan kontribusi yang besar terhadap pencapaian optimal (Akhmad, 2015). Menurut Wiguna (2017) latihan merupakan aktivitas jasmani atau olahraga yang telah ditentukan tujuannya, dirancang secara detail dan bertahap untuk penyesuaian perkembangan fisiologi dan psikologi. Maksudnya, dalam suatu latihan yang dilakukan akan memberikan manfaat bagi yang melakukannya baik

pengoptimalan prestasi dan penampilan olahraga. Prinsip latihan merupakan hal hal yang harus ditaati, dilakukan atau dihindari agar tujuan latihan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Prinsip-prinsip latihan memiliki peranan penting terhadap aspek fisiologis dan psikologis atlet. Beberapa faktor psikologis yang harus diperhatikan oleh pelatih adalah mengenai motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, pentingnya tim, dan konsentrasi (Nopiyanto, Dimiyati, & Dongoran, 2019).

Dengan memahami prinsip-prinsip latihan, akan mendukung upaya dalam meningkatkan kualitas latihan serta menambahkan minat latihan. Minat ini merupakan perhatian yang mengandung unsur-unsur perasaan Minat ini merupakan dorongan atau keinginan dalam diri seseorang pada objek tertentu. Contohnya seperti, minat terhadap pelajaran, olahraga, atau juga hobi. Minat memiliki sifat pribadi (individual). Artinya, tiap-tiap orang memiliki minat yang dapat saja berbeda dengan minat orang lain. Minat tersebut berhubungan erat dengan motivasi seseorang, sesuatu yang dipelajari. dan juga dapat berubah-ubah tergantung pada kebutuhan, pengalaman, serta juga mode yang sedang trend, bukan bawaan sejak lahir. Faktor yang mempengaruhi munculnya minat seseorang tergantung pada kebutuhan fisik, sosial, emosi, dan juga pengalaman serta memberikan motivasi motivasi sangatlah penting bagi atlet dikarenakan motivasi adalah serangkaian daya penggerak dalam diri seseorang yang menimbulkan kegiatan berlatih memberihkan arahan pada kegiatan latihan (Nopiyanto & Raibowo, 2020).

Menurut Lutan dalam Husdarta (2011) tujuan menggunakan media ban bekas dalam pendidikan jasmani yaitu agar: 1) atlet memperoleh kepuasan dalam mengikuti latihan, 2) meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan 3) atlet dapat melakukan pola gerak secara benar. Menurut Abang Ajiansyah, dkk (2018) Untuk membuktikan apakah media ban bekas dapat mengoptimalkan latihan kemampuan gerak dasar atlet, maka perlu dibuktikan melalui penelitian. Dengan kata lain bahwa alat yang di gunakan dapat juga mempunyai pengaruh besar terhadap keberhasilan sebuah tujuan yang ingin dicapai. Maka sesuai penelitian yang telah dilakukan mengatakan bahwa ada nya

pengaruh setelah menggunakan media ban bekas untuk digunakan dalam latihan *Passing chest pass*.

Proses latihan kondisi fisik yang dilakukan secara cermat, berulang-ulang dengan meningkatkan beban latihannya memungkinkan kesegaran jasmani seseorang kian terampil, kuat dan efisien gerakannya. Penelitian ini termasuk penelitian populasi, dikarenakan populasi penelitian 30 atlet, sehingga untuk sampel penelitian ini peneliti mengambil 13 atlet putra dan 17 atlet putri. Maka penelitian menetapkan sampel untuk penelitian ini berjumlah 30 atlet sebagai kelompok eksperimen. Kelompok ini diberikan perlakuan berupa latihan *passing* dengan menggunakan ban selama 4 minggu dengan frekuensi latihan 4 kali seminggu, setelah 4 minggu latihan kelompok penelitian dilakukan tes akhir atau *posttest*. Dari nilai kemiringan kurva untuk data *pretest* kelompok eksperimen adalah 0,096 dan kemiringan kurva untuk data *posttest* kelompok eksperimen adalah 0,020. Berdasarkan nilai-nilai tersebut, maka baik pada saat *pretest* maupun *posttest* data berdistribusi normal, karena terletak antara (-1) dan (+1).

Jadi dapat disimpulkan bahwa metode latihan *Passing* menggunakan media ban bekas ini sangat efektif untuk meningkatkan hasil ketepatan *chest pass*. Dengan demikian maka “ adakah pengaruh latihan *Passing* menggunakan media ban bekas terhadap ketepatan *Chest pass* pada TIM bola basket PRA PORPROV Kabupaten Kepahiang.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang yang diperoleh dari penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan Tim pra-porprov Kabupaten Kepahiang mendapatkan nilai pretest dengan nilai rata rata 46,76, serta nilai Km sebesar 0,096
2. Tim pra-porprov Kabupaten Kepahiang mendapatkan nilai posttes dengan nilai rata rata 49,76, serta nilai Km sebesar 0,020
3. Mendapatkan pengaruh latihan *Passing* menggunakan media ban bekas terhadap ketepatan *Chest pass* pada TIM bola basket pra-porprov kabupaten kepahiang

## REFERENSI

- Ahmad, N., & Puspitaningsari, M., (2017). Pengaruh Model Pelatihan *Machine Gun Pass* Terhadap Keterampilan *Passing* Pada Permainan Bola Basket Tri Darma Jombang. BRAVO'S Jurnal Physical Education And Health Study Program Of STKIP PGRI Jombang. Volume 1 Nomor 3
- Ajiansyah, A., Haetami, M., & Triansyah, A., "Pengaruh Media Bantu Ban Terhadap Hasil Shooting Futsal Pada Peserta Didik Mts Negeri 1 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 7(9).
- Ali, M.(2018). Meningkatkan Pembelajaran *Chest pass* Melalui Media Simpai dalam Permainan Bola Bakset Siswa Kelas XIIPS SMA Negeri 1 KUOK Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 2(4), 533-544
- Husdarta. (2011). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Iqroni, D. (2017). Model Tes Keterampilan Dasar Dan Kondisi Fisik Untuk Mengidentifikasi Bakat Calon Atlet BolaBasket. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 142-150.
- Junaidi, I. A. (2018). Peningkatan Keterampilan Chest Pass Bola Basket Melalui Metode Peer Teaching Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga. *Penjaskesrek Journal*, 5(1), 37-44.
- Meirizal, Y., & Rusmana, R. (2018). Perbandingan Latihan Pull Up dan Latihan Push Up Terhadap Keterampilan Chest Pass Bola Basket. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 10(1), 26-33.
- Nopiyanto, Y. E., & Raibowo, S. (2020). Penerapan model pembelajaran Jigsaw untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar mahasiswa penjas pada mata kuliah filsafat penjas dan olahraga. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 2(2), 61-69.
- Nopiyanto, Y. E., Dimiyati, D., & Dongoran, F. (2019). Karakteristik Psikologis Atlet Sea Games Indonesia Ditinjau Dari Cabang Olahraga Tim. *Sporta Saintika*, 4(2), 27-46.
- Pamuji, R. (2013). Pengaruh Gaya Mengejar Komando Dan Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar *Chest pass* Dalam Permainan Bola Basket. *PEDAGOGIK (JURNAL PENDIDIKAN SEKOLAH DASAR)*, 1(1), 24-33.
- PB.PERBASI (2008). *Official Basketball Rules*, Jakarta : Bidang III PERBASI.
- Raibowo, S., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan pada SMP Negeri Se-Kabupaten Mukomuko melalui Pendekatan Model Context, Input, Process & Product (CIPP). *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 146-165.
- Strand, Bradford N. & Wilson, Rolayne. (1993). *Assessing Sport Skills*. USA: Human Kinetics Publishers.

**Veri Rahmat Utama, Dian Pujiyanto, Ari Sutisyana**

Pengaruh Latihan *Passing* Menggunakan Media Ban Bekas Terhadap Ketepatan *Chest pass* Pada Team Pra Poprov Kabupaten Kepahiang

---

Sugiyono.(2012). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.

Yarmani, Y. (2017). Pengaruh Latihan Shooting Drills Terhadap Hasil Three Point Shooting Atlet Putra Klub Bola Basket King Spark Kota Bengkulu. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(2), 75-79.