
Survey Tingkat Keterampilan Teknik Dasar *Passing* Bola Basket pada Ekstrakulikuler di Sekolah Menengah Atas Kabupaten Bungo

Ahmad Nurkholis^{1*}, Ikhwan Maulana Putra², Titis Wulandari³

^{1,2,3}..Universitas Muhammadiyah Muara Bungo

Email: ahmadnurkolis1999@gmail.com

Abstrak: This research was motivated by the low performance of high school basketball teams in Bungo Regency, despite regular training. Observations revealed errors in basic passing techniques, suspected to be influenced by the quality of training, attitude, and physical condition. This study aimed to determine the passing skill levels (chest pass, bounce pass, and overhead pass) among students at SMAN 2 Bungo, SMAN 12 Bungo, and SMK Setih Setio 2 Bungo. The research method used a quantitative survey approach. The sample consisted of 49 athletes using a total sampling technique. Data were obtained through passing skills tests and analyzed descriptively. The results showed that the passing skill levels were generally in the "Good" category. SMAN 2 Bungo was stable with 60% chest pass, 55% bounce pass, and 55% overhead pass (category "Good"). SMAN 12 Bungo also performed "Good" with 75% chest pass ("Good"), 58.33% bounce pass ("Fair"), and 50% overhead pass ("Good"). Meanwhile, SMK Setih Setio 2 Bungo tended to rank "Fair" with chest passes of 52.94%, bounce passes of 52.94%, and overhead passes of 58.82%. It was concluded that basketball passing skills in Bungo Regency are classified as "Good," but intensive and continuous training programs are still needed to improve skills evenly across all schools.

Keywords: Basic Passing Techniques, Chest Pass, Bounce Pass, Overhead Pass, Basketball.

A. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang tidak hanya berfungsi menjaga kesehatan dan kebugaran, tetapi juga berperan dalam membentuk mental, sosial, serta meningkatkan kualitas hidup manusia. Menurut Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan, olahraga adalah aktivitas yang terintegrasi dan sistematis melibatkan pikiran, raga, dan jiwa untuk mendorong, membina, dan mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Olahraga sendiri dapat dibedakan menjadi beberapa kategori, seperti olahraga pendidikan, olahraga prestasi, olahraga tradisional, olahraga kesehatan, dan olahraga rekreasi.

Dalam konteks olahraga prestasi, pembinaan dilakukan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan untuk mencapai prestasi optimal. Olahraga prestasi menuntut penguasaan keterampilan dasar, penerapan ilmu pengetahuan, serta kompetisi yang berkesinambungan (UU Keolahragaan, 2022). Salah satu cabang olahraga prestasi yang sangat populer adalah bola basket. Habali et al., (2023) menyatakan bahwa bola basket merupakan olahraga yang digemari berbagai kalangan, baik pria maupun wanita, karena sifatnya kompetitif, atraktif, serta melibatkan banyak unsur hiburan.

Perkembangan bola basket di Indonesia dimulai sejak tahun 1948 dan semakin terorganisir setelah berdirinya Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PERBASI) pada tahun 1951 (Sarumpaet dkk., 1992). Saat ini, bola basket berkembang pesat baik di tingkat nasional maupun daerah, dengan banyaknya klub, sekolah, dan perguruan tinggi yang aktif menyelenggarakan pembinaan serta kompetisi. Fenomena ini juga terlihat di Kabupaten Bungo, di mana kegiatan ekstrakurikuler sekolah berperan penting dalam mengembangkan minat sekaligus melahirkan atlet muda potensial.

Pendidikan olahraga melalui kegiatan ekstrakurikuler memiliki peranan strategis. Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Pasal 1 Ayat 11, yang menegaskan bahwa olahraga pendidikan merupakan bagian dari proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan

untuk membentuk pengetahuan, kepribadian, keterampilan, serta kebugaran jasmani. Oleh karena itu, pembinaan ekstrakurikuler bola basket di sekolah harus diarahkan tidak hanya pada pengembangan hobi, tetapi juga pada peningkatan keterampilan dasar sebagai fondasi prestasi.

Namun, hasil observasi menunjukkan bahwa prestasi bola basket di beberapa sekolah Kabupaten Bungo, seperti SMAN 2 Bungo, SMAN 12 Bungo, dan SMK Setih Setio 2 Bungo, masih kurang memuaskan. Tim-tim sekolah ini sering mengalami kekalahan dalam pertandingan. Salah satu penyebab yang teridentifikasi adalah lemahnya penguasaan teknik dasar, terutama *passing*. Padahal, menurut Wibisono et al., (2023), *passing* dan *catching* merupakan kecakapan fundamental yang menghidupkan permainan bola basket. Passing yang efektif menentukan keberhasilan serangan dan koordinasi tim.

Passing sendiri memiliki tiga bentuk utama yang wajib dikuasai pemain, yaitu *chest pass*, *bounce pass*, dan *overhead pass* (Milia & Aziz, 2020). Meski tampak sederhana, teknik ini sangat menentukan kualitas permainan. Kesalahan dalam passing dapat menghambat serangan dan mempermudah lawan merebut bola. Selan et al., (2023) menekankan bahwa keterampilan dasar seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting* merupakan prasyarat utama dalam meraih prestasi bola basket. Selain aspek teknik, faktor kondisi fisik juga memengaruhi kinerja pemain. Gaol et al., (2023) menyatakan bahwa kebugaran fisik yang prima sangat menentukan performa atlet dalam pertandingan.

Berdasarkan kondisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar, khususnya passing, masih menjadi permasalahan utama dalam ekstrakurikuler bola basket di Kabupaten Bungo. Hal ini mendorong perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa, sehingga dapat menjadi dasar evaluasi bagi pelatih dan sekolah dalam meningkatkan kualitas pembinaan. Oleh karena itu, penelitian ini berjudul: **“Survey Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Passing Bola Basket pada Ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Atas Kabupaten Bungo.”**

B. METODE

Penelitian ini menggunakan metode tes dan pengukuran dengan pendekatan survei. Metode ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian yang berfokus pada pengukuran keterampilan teknik dasar passing bola basket siswa. Menurut Purwanto (2010), penelitian dengan satu variabel dapat dilakukan menggunakan teknik tes dan pengukuran agar informasi yang diperoleh terukur secara objektif.

Populasi penelitian terdiri atas 49 siswa ekstrakurikuler bola basket dari tiga sekolah di Kabupaten Bungo, yaitu SMAN 2 Bungo (20 siswa), SMAN 12 Bungo (12 siswa), dan SMK Setih Setio 2 Bungo (17 siswa). Seluruh populasi dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling (Sugiyono, 2016), karena jumlah relatif kecil sehingga memungkinkan penelitian menyeluruh.

Instrumen penelitian berupa tes keterampilan dasar passing bola basket yang mencakup *chest pass*, *bounce pass*, dan *overhead pass*. Tes dilaksanakan di lapangan sekolah dengan menggunakan bola basket, stopwatch, kapur. Tes yang diterapkan peneliti dengan cara diam ditempat secara berpasangan dengan jarak 3 meter karena penerapan tes seperti ini sangat menyerupai pada saat pertandingan (Hendryatma et al., 2025). Setiap peserta melakukan passing selama 30 detik, dan jumlah pantulan sah dicatat sebagai skor.

Data dianalisis dengan statistik deskriptif persentase menggunakan rumus sebagai berikut (Sugiyono, 2016):

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Hasil skor siswa kemudian dikategorikan berdasarkan norma penilaian passing bola basket yang disusun Nurhasan (2000), yaitu kategori Sempurna, Baik Sekali, Baik, Cukup, dan Kurang, dengan rentang skor yang berbeda antara putra dan putri seperti tabel dibawah ini.

Tabel 1. Norma Penilaian *Passing* Bola Basket

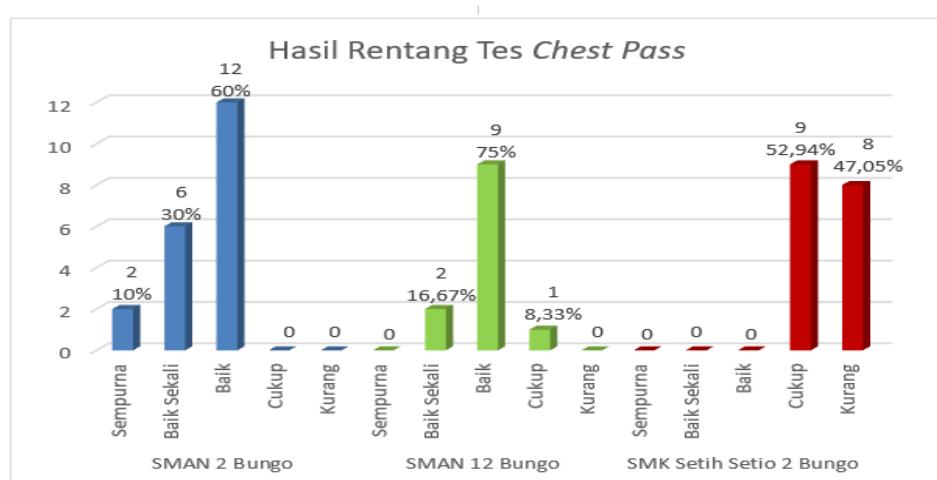
Putra		Putri	
Rentan Poin	Kriteria	Rentan Poin	Kriteria
> 30	Sempurna	> 25	Sempurna
26 – 30	Baik Sekali	21 – 25	Baik Sekali
20 – 25	Baik	15 – 20	Baik
17 – 19	Cukup	9 – 14	Cukup
< 17	Kurang	< 9	Kurang

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai kemampuan teknik dasar passing bola basket pada ekstrakurikuler di sekolah menengah atas Kabupaten Bungo diperoleh melalui analisis data yang didasarkan pada tes yang dilaksanakan. Teknik tersebut mencakup tiga metode dasar passing, yaitu *chest pass*, *bounce pass*, dan *overhead pass*. Hasil untuk setiap tes disajikan sebagai berikut:

1. Hasil Tes *Passing Chest Pass* Bola Basket

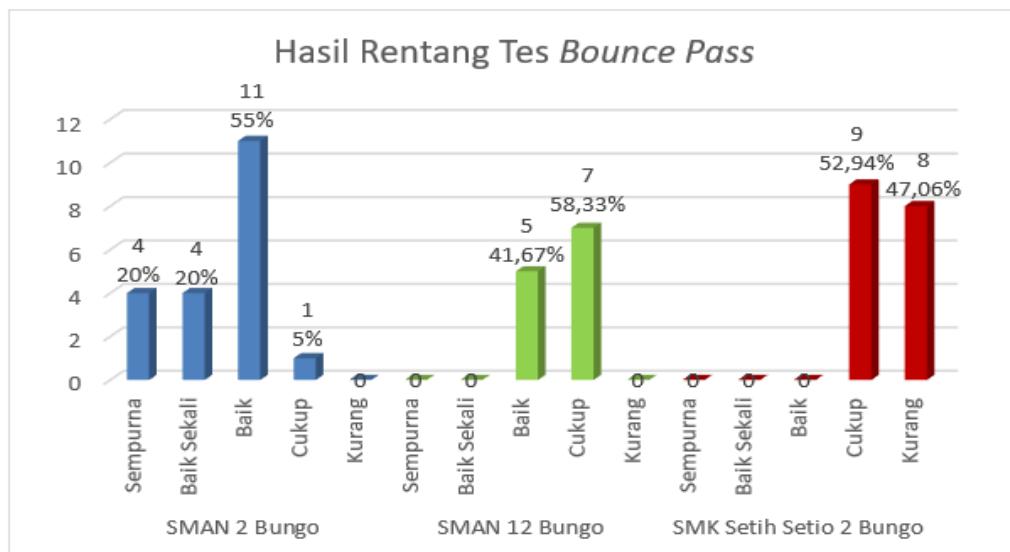
Data yang diperoleh dari para pemain disajikan dalam bentuk diagram batang yang menggambarkan rentang hasil tes teknik dasar bola basket jenis *chest pass* di SMAN 2 Bungo, SMAN 12 Bungo, dan SMK Setih Setio 2 Bungo.

**Grafik 1.** Hasil Rentang Tes *Chest Pass*

Pada tes *chest pass*, siswa SMAN 2 Bungo memperoleh keterampilan teknik dasar *passing* dengan mayoritas berada pada kategori *Baik* (60%) dengan frekuensi 12 atlet. Sementara itu, SMAN 12 Bungo memperoleh keterampilan teknik dasar *passing* dengan mayoritas kategori *Baik* (75%) dengan frekuensi 9 atlet, sedangkan SMK Setih Setio 2 Bungo memiliki keterampilan dengan mayoritas atlet berada pada kategori *Cukup* (52,94%) dengan frekuensi 9 atlet.

2. Hasil Tes *Passing Bounce Pass* Bola Basket

Data yang diperoleh dari para pemain disajikan dalam bentuk diagram batang yang menggambarkan rentang hasil tes teknik dasar bola basket jenis *bounce pass* di SMAN 2 Bungo, SMAN 12 Bungo, dan SMK Setih Setio 2 Bungo.

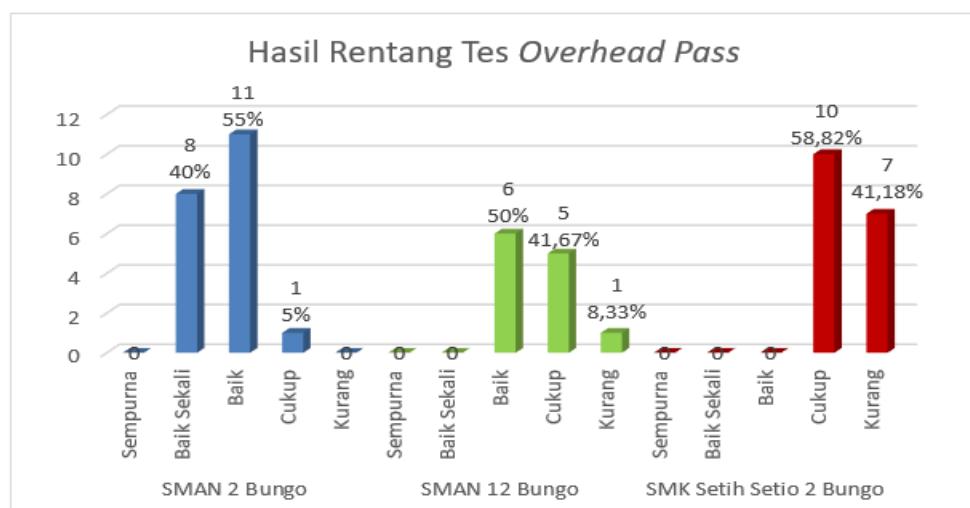


Grafik 2. Hasil Rentang Tes *Bounce Pass*

Hasil tes *bounce pass* memperlihatkan bahwa SMAN 2 Bungo memperoleh keterampilan teknik dasar *passing* dengan mayoritas atlet pada kategori *Baik* (55%) dengan frekuensi 11 atlet. SMAN 12 Bungo memperoleh teknik dasar *passing* mayoritas atlet pada kategori *Cukup* (58,33%) dengan frekuensi 7 atlet, sedangkan SMK Setih Setio 2 Bungo memperoleh teknik dasar *passing* dengan mayoritas atlet pada kategori *Cukup* (52,94%) dengan frekuensi 9 atlet.

3. Hasil Tes *Passing Overhead Pass* Bola Basket

Data yang diperoleh dari para pemain disajikan dalam bentuk diagram batang yang menggambarkan rentang hasil tes teknik dasar bola basket jenis *overhead pass* di SMAN 2 Bungo, SMAN 12 Bungo, dan SMK Setih Setio 2 Bungo.



Grafik 3. Hasil Rentang Tes *Overhead Pass*

Pada tes *overhead pass*, atlet SMAN 2 Bungo memperoleh keterampilan teknik dasar *passing* dengan mayoritas kategori *Baik* (55%) dengan frekuensi 11 atlet. SMAN 12 Bungo menunjukkan dengan mayoritas kategori *Baik* (50%) dengan frekuensi 6 atlet, sementara SMK Setih Setio 2 Bungo memperoleh dengan mayoritas kategori *Cukup* (58,82%) dengan frekuensi 19 atlet.

Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar passing bola basket pada tiga sekolah di Kabupaten Bungo masih bervariasi. SMAN 2 Bungo konsisten memperoleh kategori *Baik* pada semua jenis passing (*chest pass*, *bounce pass*, dan *overhead pass*), dengan dominasi rata-rata di atas sekolah lain. Hasil ini menunjukkan adanya pola latihan yang lebih teratur, dukungan pelatih berpengalaman, serta fasilitas yang memadai. Temuan ini sejalan dengan teori periodisasi latihan yang dikemukakan Bompa (2019) dan Harsono (1988), bahwa latihan yang konsisten dan terencana meningkatkan keterampilan teknik melalui pembentukan memori otot.

Pada SMAN 12 Bungo, mayoritas siswa juga berada pada kategori *Baik*, khususnya pada *chest pass* (75%), meskipun capaian tidak konsisten pada jenis passing lain. Keterbatasan jumlah sampel membuat hasil persentase lebih fluktuatif (De Winter *et al.*, 2024) Meski demikian, pencapaian ini dapat dikaitkan dengan latihan rutin yang masih berjalan dan motivasi siswa, sesuai pendapat Setyawan (2024) dan Habibi (2025) bahwa koordinasi gerak, kekuatan otot lengan, serta motivasi berkontribusi besar pada keterampilan passing.

Sementara itu, SMK Setih Setio 2 Bungo didominasi kategori *Cukup* pada ketiga jenis passing. Hal ini diduga karena rendahnya intensitas latihan, keterbatasan sarana, serta faktor fisik dan psikologis siswa. Penelitian Harahap *et al.*, (2024) menegaskan bahwa latihan yang sistematis dan progresif sangat menentukan peningkatan keterampilan teknis. Faktor psikologis seperti motivasi dan kepercayaan diri juga berpengaruh signifikan terhadap keterampilan olahraga (Apriani, 2025).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar passing bola basket di Kabupaten Bungo berada pada kategori *Baik* namun belum mencapai *Baik Sekali* atau *Sempurna*. Dominasi hasil *Baik* pada SMAN 2 Bungo memperlihatkan dampak positif dari latihan yang konsisten dan pembinaan yang terarah, sebagaimana dinyatakan oleh Prabowo *et al.* (2023) bahwa motivasi, frekuensi, dan pengalaman bermain sangat menentukan keberhasilan penguasaan teknik dasar. Temuan ini juga sejalan dengan Selan *et al.* (2023) Selan *et al.* (2023) dan Wicaksono & Himawanto (2021) yang menekankan bahwa keterampilan passing yang baik mendukung efektivitas permainan serta menjadi kunci penting dalam pencapaian prestasi tim.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, kemampuan teknik dasar passing bola basket pada kegiatan ekstrakurikuler di SMA Kabupaten Bungo secara umum berada pada kategori *Baik*. Jika dilihat per sekolah, SMAN 2 Bungo menunjukkan performa paling stabil dengan seluruh jenis passing berada pada kategori *Baik* (60% *chest pass*, 55% *bounce pass*, 55% *overhead pass*), yang mencerminkan pembinaan yang terarah. SMAN 12 Bungo juga berada pada kategori *Baik* (75% *chest pass*, 58,33% *bounce pass*, 50% *overhead pass*), meskipun hasilnya lebih bervariasi karena jumlah peserta yang relatif sedikit. Sementara itu, SMK Setih Setio 2 Bungo cenderung berada pada kategori *Cukup* (52,94% *chest pass*, 52,94% *bounce pass*, 58,82% *overhead pass*), sehingga memerlukan peningkatan kualitas dan intensitas latihan. Secara keseluruhan, meskipun keterampilan passing bola basket siswa sudah tergolong baik, masih dibutuhkan program latihan yang lebih intensif, sistematis, dan berkesinambungan agar kemampuan meningkat merata di semua sekolah.

Saran



Sekolah perlu meningkatkan program latihan teknik dasar bola basket dengan dukungan sarana yang memadai. Pelatih disarankan menggunakan metode latihan variatif dan konsisten, sementara siswa diharapkan lebih disiplin dan termotivasi dalam berlatih. Dinas pendidikan diharapkan mendukung pembinaan melalui pelatihan dan turnamen. Penelitian selanjutnya sebaiknya mencakup keterampilan teknis lain serta faktor eksternal yang memengaruhi kemampuan siswa.

REFERENCES

- A. Sarumpaet, Zulfar Djazet, Parno, & Imam Sadikun. (1992). *Permainan Bola Besar*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi – Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Apriani, L. (2025). Tingkat Percaya Diri Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Babussalam Pekanbaru. *Integrated Sport Journal (ISJ)*, 3(2), 81–87.
- Bompa, Tudor O., & Buzzichelli, Carlo A. (2019). *Periodization: Theory and Methodology of Training* (Edisi ke-6). Champaign, IL: Human Kinetics
- De Winter, J. C. F., Gosling, S. D., & Potter, J. (2016). Comparing the Pearson and Spearman correlation coefficients across distributions and sample sizes: A tutorial using simulations and empirical data. *Psychological Methods*, 21(3), 273.
- Gaol, A. L., Dewi, A. R., Hamidah, N., & RVJ, R. K. (2023). Analisis Kondisi Fisik Atlet serta Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket. *Pubmedia Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(2), 8.
- Habali, V. A. F., Kharisman, V. A., Friskawati, G. F., & Supriadi, D. (2023). Persepsi masyarakat terhadap kesetaraan gender pada wanita dalam olahraga. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 4(2), 155–172.
- Habibi, L. Y. (2025). Hubungan Daya Ledak Otot Lengan Dan Koordinasi mata tangan terhadap hasil chest pass bola basket di SMK Negeri 1 Tembilahan. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 9(1), 55–65.
- Harahap, A. M., Romualdo, A., Saragih, J. R. F., & Peranginangin, Y. A. (2024). Perspektif Pemantauan Dasar-Dasar Kepelatihan Pada Pelatih Olahraga. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 12(3), 338–345.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Bandung: Tambak Kusumo.
- Hendryatma, N., Wismanadi, H., Widodo, A., & Fithroni, H. (2025). Analisis Standard Operating Procedure (SOP) Tes Keterampilan Teknik Passing pada Bolabasket. *Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa*, 3(1), 199–221.
- Milia, M. O., & Aziz, I. (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Passing, Dribbling Dan Shooting Atlet Bolabasket Klub Nebular Siulak. *Jurnal Patriot*, 2(2), 380–388.
- Nurhasan. (2000). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Departemen Pendidikan Nasional.
- Prabowo, R. A., Hita, I., Lubis, F. M., Patimah, S., Eskawida, E., & Siska, S. (2023). Pengaruh Motivasi Terhadap Hasil Belajar Dribbling Permainan Bola Basket. *Journal on Education*, 5(4), 12648–12658.
- Selan, M., Baun, A., Rajagukguk, C. P. M., & Rohi, I. R. (2023). Profil Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Mahasiswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(2), 74–82.
- Setyawan, M. N. (2024). Survey Keterampilan Teknik Dasar Dan Motivasi Siswa Dalam Permainan Bolabasket Siswa SMA Negeri 1 Pangkep. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(3), 687–696.
- Sugiyono. 2016. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Wibisono, A. A., Wahyudi, U., Fitriady, G., & Januarto, O. B. (2023). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Passing, Shooting, Dribbling Bola Basket Siswa Ekstrakurikuler. *Sport Science and Health*, 5(7), 713–722.



- Wicaksono, H. A., & Himawanto, W. (2021). Survei Keterampilan Teknik Dasar Permainan Bola Basket Pada UKM Basket Nusantara Tim Putra Universitas Nusantara PGRI Kediri Tahun 2021. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains Dan Pembelajaran*, 1(1), 348–356.

