

PENGARUH PERMAIANAN BAKBOY TERHADAP PEMBELAJARAN KETERAMPILAN PASSING BOLA BASKET PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 GRABAGAN

Muhammad Irfan¹, Hasan Saifuddin², Rohmad Apriyanto³
Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro^{1,2,3}
masirfan634@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh permainan bakboy terhadap keterampilan *passing* bola basket siswa kelas XI SMA Negeri 1 Grabagan. Melalui hasil observasi lapangan yang dilakukan, permasalahan penelitian berawal dari rendahnya keterampilan siswa dalam melakukan *passing* secara akurat. Penelitian ini menggunakan pre eksperimen dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian terdiri dari 36 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini berupa tes melempar dan menangkap bola (*passing*). Perlakuan dilakukan selama 6 kali pertemuan melalui penerapan permainan bakboy yang melatih koordinasi mata tangan, daya ledak otot lengan, dan koordinasi gerak. Hasil analisis menunjukkan peningkatan rata-rata nilai masing-masing keterampilan *passing* dari *chest pass* 48,33, *bounce pass* 48,61, dan *overhead pass* 48,47 pada *pretest* menjadi 59,72 *chest pass*, 59,72 *bounce pass*, dan *overhead pass* 59,58 pada *posttest*. Pada uji normalitas menunjukan data berdistribusi normal, sedangkan hasil uji-t (*Paired Sample T-Test*) memperoleh nilai *chest pass*, *bounce pass*, dan *overhead pass* Sig. (*2-tailed*) < 0.05 yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Simpulan, menunjukkan bahwa permainan bakboy efektif dalam meningkatkan keterampilan mengoper bola (*passing*). Dengan demikian, guru pendidikan jasmani dianjurkan untuk memanfaatkan permainan tradisional sebagai alternatif strategi pembelajaran yang menarik, kontekstual, serta mengandung nilai-nilai budaya lokal.

Kata kunci: Permainan Tradisional, Bakboy, Pembelajaran PJOK, Passing Bola basket

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of bakboy games on the basketball passing skills of 11th grade students at Grabagan 1 Public High School. Based on the results of field observations, the research problem stems from the low level of students' skills in accurate passing. This study used a pre-experiment with a One Group Pretest-Posttest Design. The research sample consisted of 36 students selected using purposive sampling. The research instrument was a ball throwing and catching (passing) test. The treatment was carried out over 6 meetings through the application of the bakboy game, which trains hand-eye coordination, arm muscle power, and movement coordination. The results of the analysis showed an increase in the average score for each passing skill from 48.33 for chest passes, 48.61 for bounce passes, and 48.47 for overhead passes in the pretest to 59.72 for chest passes, 59.72 for bounce passes, and 59.58 for overhead passes in the posttest. The normality test showed that the data was normally distributed, while the t-test (Paired Sample T-Test) results obtained chest pass, bounce pass, and overhead pass Sig. (2-tailed) < 0.05 values, which means there was a significant

difference between the pretest and posttest results. The findings indicate that the bakboy game is effective in improving ball passing skills. Conclusion, physical education teachers are encouraged to utilize traditional games as an alternative learning strategy that is engaging, contextual, and incorporates local cultural values.

Keywords: *Traditional Games, Bakboy, Physical Education Learning, Basketball Passing*

PENDAHULUAN

Pendidikan berperan penting sebagai dasar kemajuan bangsa dan telah dianggap penting oleh masyarakat Indonesia sejak sebelum kemerdekaan (Cahyani et al., 2023). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan yang berfokus pada pengembangan kebugaran jasmani serta pemeliharaan kesehatan tubuh (Safuddin et al., 2023). Pendidikan merupakan proses terencana untuk mengembangkan perilaku dan potensi individu maupun kelompok melalui pembelajaran yang sistematis (Parwata, 2021). Sebagai bidang studi pedagogis, pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan karena aktivitas gerak menjadi dasar pemahaman individu terhadap lingkungan dan dirinya, yang berkembang sejalan dengan kemajuan zaman (Rahmadhan, 2018). Lebih lanjut, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya berperan dalam meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga berkontribusi terhadap pengembangan aspek kognitif, afektif, psikomotor, serta pertumbuhan fisik peserta didik (Priadana et al., 2018). Menurut Yuliandra et al. (2020) Pendidikan jasmani merupakan bidang pembelajaran yang berfokus pada peningkatan kebugaran jasmani dan penguasaan keterampilan gerak peserta didik secara sistematis. Dengan demikian, pendidikan jasmani berperan strategis dalam mengembangkan kemampuan Gerak dasar dan keterampilan olahraga peserta didik sebagai landasan untuk berpartisipasi secara aktif dalam berbagai aktivitas fisik dan olahraga di lingkungan sekolah. Pembelajaran pendidikan jasmani disekolah melibatkan berbagai cabang olahraga, salah satu pembelajaran cabang olahraga bola besar yaitu bola basket.

Bola basket adalah olahraga populer yang diminati oleh berbagai kalangan usia karena dapat menghibur, kompetisi, edukasi, dan kebugaran (Saputra & Junaidi 2025). Menurut Selan et al. (2023) Bola basket merupakan permainan beregu yang menggunakan bola besar dan dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain, dengan aktivitas utama berupa mengoper dan melempar bola. Dalam permainan bola basket, pemain harus menguasai teknik dasar berupa menggiring, mengoper, menangkap, dan menembak bola sebagai keterampilan utama dalam permainan. (Ahmad & Saputra, 2024). Di antara teknik dasar bola basket, keterampilan yang paling penting dalam permainan beregu karena menunjang kolaborasi antar pemain dan mudah dipraktikkan yaitu mengoper atau *passing*. Dari beberapa pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan passing dapat dijadikan indikator penting dalam menilai keberhasilan pembelajaran bola basket, khususnya dalam mendukung permainan tim yang efektif.

Passing menjadi sarana utama dalam serangan cepat yang memungkinkan pemain mengatur ritme pertandingan dan membuka kesempatan untuk mencetak poin (Ahmad et al., 2023) *Passing* merupakan teknik dasar untuk mengoper bola kepada rekan setim sebagai upaya membangun serangan menuju area ring basket lawan (Wibisono et al., 2023). Menurut Saito et al., (2020), Latihan *passing* membantu siswa meningkatkan penguasaan teknik dasar, khususnya dalam memposisikan diri untuk menerima dan menangkap bola dengan aman. Berbagai teknik *passing* diterapkan dalam

permainan bola basket, tetapi teknik yang paling umum digunakan dalam pertandingan adalah *chest pass*, *bounce pass*, dan *overhead pass* (Alvista et al., 2022). *Overhead pass* merupakan teknik operan bola yang dilakukan di atas kepala (Hijria et al., 2017). Menurut Nugroho & Raharjo (2020), *Chest pass* merupakan teknik mengoper bola dua tangan dari depan dada yang paling umum diterapkan dalam pertandingan bola basket. *Bounce pass* merupakan teknik mengoper bola dengan cara memantulkan ke lantai. (Suja et al., 2019). Dari beberapa pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa *Passing* merupakan sebuah upaya untuk melakukan operan ke rekan tim dalam bola basket yang memerlukan akurasi dan ketepatan dalam mengumpan.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Grabagan, diperoleh hasil bahwa sebagian siswa belum mampu melakukan *passing* dengan akurat. Berdasarkan hasil tes keterampilan *passing* bola basket masih ada siswa yang tergolong kurang, cukup, dan beberapa siswa tergolong dalam kategori baik. Jadi data hasil menunjukkan sebagian besar siswa cukup, hal ini disebabkan oleh pola pembelajaran yang kurang inovatif dan pendekatan pengajaran yang dilakukan dalam pembelajaran terlalu terbatas. Situasi tersebut menunjukkan pentingnya penerapan pendekatan pembelajaran yang lebih kontekstual dan bervariasi agar siswa dapat terlibat secara aktif dan memperoleh pengalaman belajar yang lebih bermakna.

Dalam melakukan *passing* diperlukan koordinasi mata tangan, daya ledak otot, dan koordinasi mata bertujuan agar *passing* yang dilakukan tepat sasaran. Daya ledak otot lengan adalah kemampuan otot lengan berkontraksi secara cepat dan kuat dalam waktu singkat, yang berperan penting dalam menentukan ketepatan *passing* pada permainan bola basket (Azhari et al., 2023). Dengan demikian penting untuk meningkatkan koordinasi tersebut untuk memperoleh hasil pembelajaran *passing* bola basket yang baik. Koordinasi mata tangan merupakan kemampuan untuk mengordinasikan informasi yang diperoleh melalui penglihatan dengan respons gerak tangan sehingga menghasilkan gerakan yang tepat dan terkontrol (Andriansyah et al., 2025). Sementara itu, latihan *One Ball Overhand Dribble Between Two Hands* dan *Two Ball Overhand Dribble* terbukti efektif dalam meningkatkan koordinasi antara mata dan tangan (Andri et al., 2023). Permainan tradisional lompat tali terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan koordinasi mata (Nadlifah, et al, 2019). Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan hasil pembelajaran *passing* bola basket terutama melalui permainan tradisional dalam konteks pendidikan jasmani. Dari pernyataan diatas bisa disimpulkan, Permainan tradisional memungkinkan integrasi aspek fisik, motorik, dan kognitif dalam pembelajaran yang menyenangkan, sehingga dapat meningkatkan efektivitas penguasaan keterampilan *passing* pada permainan bola basket.

Pembelajaran keterampilan *passing* bola basket melalui beragam pendekatan pembelajaran. Permainan tradisional boy-boyan telah terbukti memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan *passing chest pass* (Sari et al., 2022). permainan boy-boyan memiliki konsep permainan yang melibatkan aktivitas lempar tangkap, pergerakan yang aktif, serta penggunaan target, sehingga menuntut adanya kemampuan koordinasi yang baik (Pujiyanto & Insanisty, 2019). Penelitian sebelumnya sebagian besar hanya berfokus pada pembelajaran konvensional yang berbasis latihan drill dan demonstrasi, oleh karena itu, penelitian ini menyajikan pendekatan yang inovatif dengan menggunakan permainan bakboy sebagai metode pembelajaran keterampilan *passing*, yang diharapkan tidak hanya meningkatkan ketepatan umpan, tetapi juga modifikasi dalam pembelajaran PJOK melalui pendekatan lintas cabang.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bola basket melalui penerapan metode pembelajaran berupa permainan bakboy sebagai instrumen pembelajaran, secara ilmiah penelitian ini meneliti pengaruh permainan bakboy terhadap keterampilan *passing* bola basket. Selain studi ini juga berfokus pada penyediaan metode pembelajaran yang baru serta inovatif yang bisa digunakan oleh pengajar PJOK untuk mengatasi kurangnya keterampilan *passing* bola basket dan sekaligus meningkatkan mutu pembelajaran permainan tradisional. Oleh karena itu, temuan dari studi ini diharapkan mampu memberikan sumbangan baik secara ilmiah maupun praktis dalam pengembangan metode pembelajaran yang kreatif, efisien, dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

KAJIAN TEORI

Keterampilan *passing* bola basket

Passing merupakan salah satu teknik dasar yang krusial dalam permainan bola basket, karena berperan sebagai sarana utama untuk mempertahankan penguasaan bola serta membangun kerja sama antar anggota tim. Menurut Rahmadani et al., (2021), Pembelajaran keterampilan *passing* yang dikemas melalui pendekatan permainan terbukti mampu meningkatkan kemampuan *passing* siswa secara signifikan. Dalam pembelajaran bola basket, teknik *passing* yang sering digunakan meliputi *chest pass*, *bounce pass*, dan *overhead pass*. penggunaan masing-masing teknik disesuaikan dengan jarak, posisi lawan, dan kondisi permainan, sehingga penguasaan secara menyeluruh menjadi hal yang esensial bagi peserta didik (Nugroho & Raharjo, 2020).

Permainan bakboy

Pembelajaran berbasis permainan dinilai efektif dalam pendidikan jasmani karena mampu mendorong keaktifan, motivasi, dan keterlibatan peserta didik. Permainan tradisional tidak hanya mengandung nilai-nilai budaya, tetapi juga berperan penting dalam membentuk karakter serta perkembangan sosial anak. Modifikasi permainan juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk mempelajari keterampilan teknik secara kontekstual dengan cara yang menyenangkan (Sandy et al., 2023). Permainan bakboy merupakan salah satu bentuk permainan modifikasi yang menekankan aktivitas gerak cepat, kerja sama, dan ketepatan *passing*. Melalui permainan bakboy, siswa terdorong untuk melakukan *passing* secara berulang dalam situasi permainan yang dinamis, sehingga keterampilan *passing* dapat berkembang secara alami. Menurut Nevitanigrum, & Mulyanto, (2023), Permainan tradisional tidak hanya mengandung nilai-nilai budaya, tetapi juga berperan penting dalam membentuk karakter serta perkembangan sosial anak.

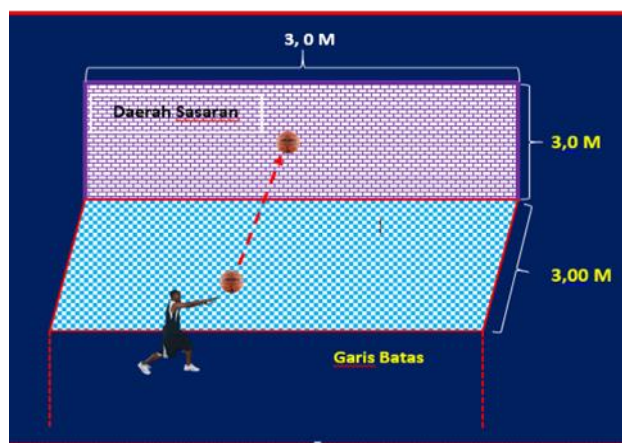
METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pre eksperimen. Desain eksperimen diterapkan untuk menganalisis perbedaan hasil sebelum dan sesudah pemberian perlakuan sebagai dasar penilaian efektivitas intervensi secara objektif. Penelitian ini menerapkan desain *One Group Pretest–Posttest Design* dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* untuk menilai pengaruh perlakuan, peningkatan skor *posttest* menunjukkan dampak positif perlakuan.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Grabagan, tahun ajaran 2025/2026 dengan jumlah keseluruhan 108 siswa yang terdiri dari tiga kelas. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini

menggunakan *purposive sampling*, pengambilan sampel tidak dilakukan secara random atau acak, berdasarkan hasil observasi di lapangan menunjukan hasil keterampilan passing pada siswa XI 1 kurang dibanding dengan ke dua kelas lain dan keterbatasan waktu, maka peneliti hanya menggunakan satu kelas yaitu kelas XI 1 yang berjumlah 36 siswa.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes melempar dan menangkap bola (*passing*). Keberhasilan penelitian ini diukur dari peningkatan nilai rata-rata keterampilan *passing* yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan sebelum perlakuan. Pelaksanaan tes dilakukan dengan memanfaatkan sarana dan prasarana berupa lapangan sekolah atau halaman, bola basket, *cone* bisa juga alat sejenis sebagai pembatas, meteran, serta peluit. Prosedur pelaksanaan tes yaitu Testee berdiri di belakang garis sejauh tiga meter dari tembok dengan memegang bola. Setelah pluit berbunyi, testee berusaha melempar bola dalam waktu 30 detik. Selama melakukan tes, testee tidak boleh menginjak atau melewati garis. Apabila pada waktu melakukan lemparan salah satu atau kedua kaki menginjak atau melewati garis, maka lemparan itu dianggap tidak sah dan tidak diberi angka. Lemparan dihitung sejak bola lepas dari kedua tangan.



Gambar 1. Tes *Passing* Tangkap Bola Basket

Prosedur dari penelitian ini terdiri dari tiga tahapan utama. Pertama, *pretest*, yaitu mengukur keterampilan *passing* awal siswa menggunakan tes keterampilan *passing* bola basket yang telah ditetapkan untuk mengetahui tingkat keterampilan sebelum diberikan perlakuan. Kedua, *treatment*, yaitu pemberian perlakuan berupa latihan melalui permainan bakboy selama 6 kali pertemuan. Dalam pelaksanaannya, permainan bakboy terbagi menjadi empat tahap, yaitu: tahap pertama, permainan gerakan *passing* dengan empat anak membentuk segi empat jarak tiga meter *cone* dibuat batas, dua anak berada di tengah menjadi bakboy; tahap kedua, melakukan gerakan *passing* dengan tujuh siswa berada dalam kotak persegi empat *cone* sebagai pembatas lima siswa melakukan *passing* secara berpindah tempat dan dua anak berada di tengah untuk menghalau bola atau bakboy; tahap ketiga, *passing* lingkaran yaitu permainan yang dilakukan dengan tujuh anak membentuk lingkaran untuk melakukan gerak *passing* di tengah lingkaran ada tiga anak sebagai penghalang bola *passing*; tahap keempat, permainan bakboy dengan tujuh siswa sebagai penjaga dan tujuh siswa sebagai pelempar, penjaga berusaha lempar bola ke arah pelempar dengan gerakan *passing* setelah menjatuhkan tumpukan genteng. Tahap-tahap ini dilakukan untuk

melatih kemampuan *passing* serta ketepatan gerakan. Ketiga, *posttest* yaitu siswa melakukan kembali tes keterampilan *passing* bola basket seperti yang dilakukan pada tahap *pretest* untuk mengukur perubahan peningkatan kemampuan setelah mengikuti perlakuan permainan bakboy.

Data penelitian ini dianalisis menggunakan beberapa tahapan statistik. Pertama uji normalitas guna memastikan bahwa data asumsi uji parametrik. Hal ini penting, karena uji normalitas bertujuan memastikan terpenuhinya asumsi statistik sebagai dasar untuk memperoleh hasil analisis yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan. Kedua, uji t (*Paired Sample t-Test*) dilakukan untuk mengetahui perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* dalam satu kelompok eksperimen. Perangkat lunak SPSS versi 27 digunakan untuk membantu analisis data, sehingga perhitungan lebih akurat dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis deskriptif statistik keterampilan *passing* bola basket siswa kelas XI SMA Negeri 1 Grabagan *pretest* dan *posttest* melalui pembelajaran permainan Bakboy sebagai berikut;

Tabel 1. Deskriptif Statistik Pretest dan Posttest Keterampilan Chest Pass

Statistik	Pretest	Posttest
N	36	36
Mean	48,33	59,72
Std. Deviation	11,402	12,302
Minimum	25	30
Maximum	70	80

Berdasarkan Tabel diatas, jumlah sampel pada *pretest* dan *posttest* keterampilan chest pass sebanyak 36 peserta, sehingga data yang dibandingkan berasal dari subjek yang sama. Nilai rata-rata keterampilan *chest pass* meningkat dari 48,33 pada *pretest* menjadi 59,72 pada *posttest*, yang menunjukkan adanya peningkatan kemampuan peserta setelah perlakuan.

Tabel 2. Deskriptif Statistik Pretest dan Posttest Keterampilan Bounce Pass

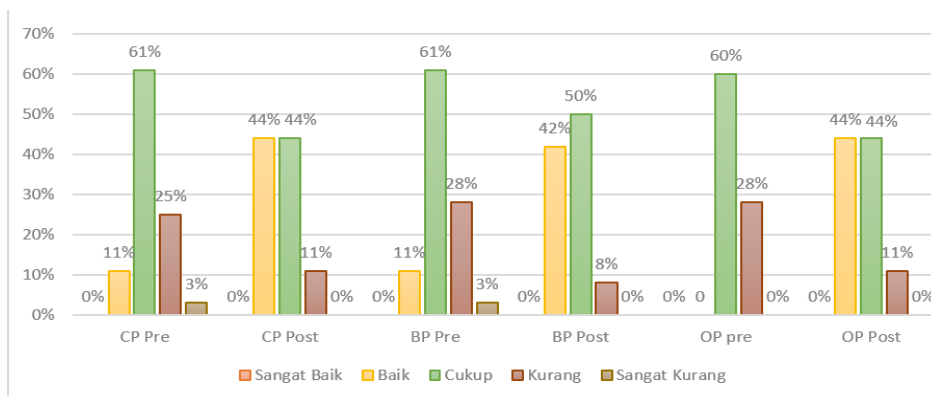
Statistik	Pretest	Posttest
N	36	36
Mean	48,61	59,72
Std. Deviation	11,377	11,398
Minimum	25	35
Maximum	70	80

Dari tabel tersebut, jumlah sampel pada pengukuran pretest dan posttest keterampilan *bounce pass* sebanyak 36 peserta, sehingga data yang dibandingkan berasal dari subjek yang sama. Nilai rata-rata keterampilan *bounce pass* mengalami peningkatan dari 48,61 pada pretest menjadi 59,72 pada posttest, yang mengindikasikan adanya peningkatan kemampuan peserta setelah diberikan perlakuan.

Tabel 3. Deskriptif Statistik Pretest dan Posttest Keterampilan Overhead Pass

Statistik	Pretest	Posttest
N	36	36
Mean	48,47	59,58
Std. Deviation	11,137	12,093
Minimum	30	30
Maximum	70	80

Pada tabel diatas, menunjukkan jumlah sampel pada *pretest* dan *posttest* keterampilan *overhead pass* adalah 36 peserta, sehingga perbandingan data dilakukan pada subjek yang sama. Nilai rata-rata keterampilan *overhead pass* meningkat dari 48,47 pada *pretest* menjadi 59,58 pada *posttest*, yang menunjukkan adanya peningkatan kemampuan peserta setelah memperoleh perlakuan.



Gambar 2. Diagram Frekuensi *Pretest* dan *Posttest*

Uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data penelitian memiliki distribusi normal. Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Shapiro–Wilk dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 27, sehingga diperoleh hasil pengolahan data sebagai berikut.

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)

Variabel		Statistic	Df	Sig.	Keterangan
Chest Pass	Pretest	,963	36	,271	Normal
	Posttest	,968	36	,377	Normal
Bounce Pass	Pretest	,967	36	,360	Normal
	Posttest	,973	36	,500	Normal
Overhead pass	Pretest	,951	36	,110	Normal
	Posttest	,968	36	,373	Normal

Hasil uji normalitas Shapiro–Wilk menunjukkan bahwa seluruh data pretest dan posttest pada keterampilan chest pass, bounce pass, dan overhead pass memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

Tabel. 5 Hasil Uji Hipotesis (*Paired Sample T-Test*)

Paired Differences							T	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Dev.	Std. Error Mean	95% Interval of the Difference	Confidence of the			
					Lower	Upper			
chest pass	pre-post	-11,39	4,245	0,7074	-12,825	-9,9528	-16,099	35	<,001
bounce pass	pre-post	-11,11	6,108	1,0179	-13,178	-9,0446	-10,916	35	<,001
overhead pass	pre-post	-11,11	4,646	0,7744	-12,683	-9,5391	-14,349	35	<,001

Berdasarkan hasil uji paired sample t-test diperoleh nilai pada variabel chest pass nilai $t = -16,099$, $df = 35$ dan $\text{Sig. (2-tailed)} = < ,001$. Pada variabel bounce pass nilai $t = -10,916$, $df = 35$, dan $\text{Sig. (2-tailed)} = < ,001$. Demikian pula pada variabel *overhead pass* nilai $t = -14,349$, $df = 35$, $\text{Sig. (2-tailed)} = < ,001$, nilai tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan antara pretest dan posttest karena nilai $\text{Sig.} < 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan signifikan terhadap keterampilan passing bola basket siswa sekolah menengah atas setelah perlakuan permainan bakboi.

PEMBAHASAN

Hasil data menunjukkan bahwa keterampilan passing bola basket siswa kelas XI SMA Negeri 1 Grabagan mengalami peningkatan setelah memperoleh perlakuan penerapan permainan bakboi sebagai metode latihan. Dapat dilihat dari hasil analisis statistik menunjukkan peningkatan hasil chest pass *pretest* dari 48,33 meningkat menjadi 59,72, pada *overhead pass* 48,61 pada *pretest* meningkat pada *posttest* menjadi 59,58, kemudian di *overhead pass* dengan nilai 48,47 *pretest* meningkat menjadi 59,72 di *posttest*, pada uji normalitas menunjukkan nilai signifikan lebih besar dari 0,05 bahwa data penelitian berdistribusi normal, hasil uji paired t-test menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan antara *pretest* dan *posttest* karena nilai $\text{Sig. (2-tailed)} < 0,05$. Peningkatan tersebut tercermin dari perbandingan hasil sebelum dan sesudah perlakuan menunjukkan adanya perkembangan keterampilan siswa dalam menguasai teknik *passing* secara lebih optimal. Aspek psikologis, termasuk motivasi intrinsik dan pemenuhan kebutuhan dasar dalam aktivitas fisik, memiliki peranan penting dalam meningkatkan performa peserta didik pada pembelajaran pendidikan jasmani (Carriedo et al., 2023). Hal tersebut mengindikasikan penggunaan permainan bakboi memberikan kontribusi positif untuk meningkatkan keterampilan hasil passing pada pembelajaran bola basket. Data penelitian ditemukan terdistribusi normal berdasarkan hasil uji normalitas sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan analisis parametrik, lebih lanjut, hasil uji hipotesis melalui perhitungan uji t mengungkapkan adanya perbedaan yang signifikan antara keterampilan sebelum dan sesudah *treatment*. Dengan demikian, dapat diambil kesimpulan bahwa permainan bakboi cukup efektif digunakan sebagai strategi alternatif dalam pembelajaran yang mampu meningkatkan keterampilan passing bola basket siswa sekolah menengah atas.

Peningkatan keterampilan passing bola basket yang ditemukan pada penelitian ini sejalan dengan berbagai hasil penelitian sebelumnya yang menekankan efektivitas permainan dan modifikasi pembelajaran passing bola basket. Pembelajaran modifikasi berbasis permainan dinilai lebih efektif dibandingkan dengan model pembelajaran konvensional, dapat dilihat hasil *pretest* nilai rata-rata 9,6 meningkat menjadi 10,6 mengalami peningkatan 10,6% pada *pretest* dan *posttest*. (Rahmadani et al., 2021). Selain itu, pengembangan permainan ini diarahkan untuk meningkatkan keterampilan passing siswa pada cabang olahraga bola basket (Teguh et al., 2018). Sejalan dengan itu, latihan permainan tradisional boy-boyan, peserta didik terbiasa melakukan aktivitas melempar dan menangkap menggunakan bola kasti yang berukuran lebih kecil dibandingkan bola basket, sehingga dapat meningkatkan fokus dan ketepatan dalam menangkap bola. Selain itu, aktivitas lempar tangkap yang disertai dengan pergerakan aktif membuat peserta terbiasa bergerak secara dinamis, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan kondisi fisik serta kemampuan passing secara bertahap. Pengembangan permainan ini diarahkan untuk meningkatkan keterampilan passing siswa pada cabang olahraga bola basket. Permainan tradisional boy-boyan terbukti berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan kemampuan lempar tangkap peserta didik (Septanto et al., 2017).

Meskipun hasil penelitian mengindikasikan adanya peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan passing melalui penerapan permainan bakboy, terhadap sejumlah keterbatasan yang perlu dicermati secara kritis. Pertama jumlah partisipan yang cukup sedikit dan seragam membatasi kemampuan untuk menerapkan hasil penelitian ini ke populasi yang lebih besar. Kedua, durasi perlakuan selama 6 pertemuan relatif singkat untuk menilai efektivitas jangka panjang dari intervensi yang diberikan, sehingga dampak berkelanjutan dari permainan bakboy terhadap keterampilan *passing* belum dapat dipastikan secara menyeluruh. Selain itu, variabel eksternal seperti tingkat motivasi belajar siswa, kondisi fisik harian, serta sikap sosial dalam pembelajaran tidak dikendalikan secara ketat selama pelaksanaan penelitian, sehingga kemungkinan memengaruhi hasil yang diperoleh.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah peserta yang lebih besar serta mencakup institusi pendidikan dengan karakteristik yang lebih beragam guna meningkatkan keabsahan eksternal hasil penelitian (Setiawan et al., 2024). Desain penelitian juga dapat ditingkatkan dengan menggunakan pendekatan *quasi-experimental design* yang melibatkan kelompok kontrol, sehingga efek perlakuan dapat dibandingkan secara lebih objektif dan reliabel. Durasi lebih panjang perlu diterapkan agar pengaruh jangka panjang permainan tradisional terhadap keterampilan passing dapat terukur secara lebih akurat. Penelitian selanjutnya juga dianjurkan untuk menambahkan variabel lain, seperti motivasi intrinsik, minat terhadap aktivitas fisik, dan kemampuan kerja sama, agar hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai efektivitas permainan dan penggunaan alat modifikasi dalam pembelajaran PJOK (Kufuwan & Abdullah Efendi, 2025). Lebih lanjut, Pengembangan penelitian selanjutnya dapat difokuskan pada berbagai jenis permainan tradisional lain, seperti boi-boian dan gobak sodor, yang memiliki potensi dalam memperkuat nilai-nilai sosial, kebersamaan, serta interaksi antar peserta didik dalam konteks pendidikan jasmani (Priadana et al., 2025).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa bakboy dapat dijadikan alternatif strategi pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan keterampilan *passing* bola basket siswa. Permainan ini juga mampu menstimulasikan koordinasi mata tangan, daya ledak otot lengan, dan koordinasi gerak melalui aktivitas yang menyenangkan dan sesuai dengan konteks budaya lokal. Meski demikian penelitian ini memiliki keterbatasan jumlah sampel dan tempat penelitian, sehingga di perlukan penelitian lanjutan dengan cakupan lebih luas serta variasi tambahan guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif. Guru pendidikan jasmani diharapkan dapat mengadaptasi permainan tradisional seperti bakboy dalam proses pembelajaran guna meningkatkan keterampilan motorik serta menumbuhkan nilai-nilai karakter dan sportivitas pada peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afri Tantri & Mashud I. (2023). *Tes Dan Pengukuran Cabang Olahraga*. (pp.1-161)
- Ahmad, N., & Saputra, Y. D. (2024). Pengaruh Modifikasi Permainan Sirkuit terhadap Hasil Belajar Passing Bolabasket. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 12(4), 310–318. <https://doi.org/10.32682/bravos.v12i4/53>
- Alvista, E., Arsyendi, B., & Nurrochmah, S. (2022). Pengaruh modifikasi bola terhadap peningkatan hasil belajar passing bola basket Ball modification effect to improve basketball passing learning outcomes. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 11(2), 197–208. <https://doi.org/10.36706/altius.v11i2.19332>
- Andri, J., Rohendi, A., & Hartono, T. (2023). Pengaruh Latihan One Ball Overhand Dribble Between Two Hands dengan Two Ball Overhand Dribble Terhadap Peningkatan Koordinasi Mata dan Tangan. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 95–102. <https://doi.org/10.25157/jkor.v8i2.9615>
- Andriansyah, Sumaryanto, Ngatman, & Yusuf Habibi, L. (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. <https://doi.org/10.61672/joi.v9i1.2888>
- Cahyani, O. D., Lathiful, A., Ikmalun, A., & Ariyanto, L. (2023). B RAVO ' S Pada Siswa MTs Mambaul Ulum Kelas VII Montong Tuban Dengan Model Pembelajaran Demonstrasi. *BRAVO'S*, 11(2), 96–104. <https://doi.org/10.32682/bravos.v11i2/2824>
- Carriedo, A., Cecchini, J. A., Antonio, M., Sanabrias-moreno, D., & Gonz, C. (2023). Psychological Needs , Intrinsic Motivation and Moderate-to-Vigorous Physical Activity. *Children*, 10(489), 1–10. <https://doi.org/10.3390/children10030489>
- Darma, B. (2021). *Statistika penelitian menggunakan SPSS (Uji validitas, uji reliabilitas, regresi linier sederhana, regresi linier berganda, uji t, uji F, R2)*. books.google.com.<https://books.google.com/books?hl=en%5C&lr=%5C&iapLEAAQBAJ%5C&oi=fnd%5C&pg=PA3%5C&dq=statistika+penelitian+menggunakan+spss%5C&ots=IZo5WYnoX0%5C&sig=0ZjbLbn3cQnTN0Fm4SEIDrpCCY>
- Hijria, A., Wahjoedi, S. P., & ... (2017). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament (Tgt) Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Bola Basket. *Pendidikan Jasmani*, 8(2), 23198–23206.
- Illa Tanza Azhari, Nurhidayat Nurhidayat, & Vera Septi Sistiasih. (2023). Koordinasi

- Mata Tangan Dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Chest Pass Bola Basket. *Indonesian Journal of Sport Science and Technology (IJST)*, 2(2), 140–150. <https://doi.org/10.31316/ijst.v2i2.5611>
- Isnaini, M., Afgani, M. W., Haqqi, A., & Azhari, I. (2025). *Teknik Analisis Data Uji Normalitas*. 4(2), 1377–1384.
- Kufuwan, A., & Abdullah Efendi. (2025). Sarana Prasarana Olahraga terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas IV Sekolah Dasar pada Mata Pelajaran PJOK. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 13(1), 114–122. <https://doi.org/10.23887/jiku.v13i1.94678>
- Mu'mala, Abad, K., & Nadlifah. (2019). Optimalisasi Permainan Lompat Tali dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Khuri Abad Mu'mala, Nadlifah | 57. *Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 4(1), 57–68. <https://doi.org/10.14421/jga.2019.41-06>
- Nevitanigrum, Caroulus Borromeus Mulyanto, S. N. (2023). Implementasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Permainan Tradisional Dalam Membentuk Karakter Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(2), 22–23. <https://doi.org/10.21831/jpji.v19i1.73492>
- Nugroho, A., & Raharjo, F. M. (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>
- Parwata, I. M. Y. (2021). Pengaruh Metode Problem Based Learning Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan: Meta-Analisis. *Indonesian Journal of Educational Development*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4781835>
- Priadana, B. W., Jayanti, D. S., & Tawakkal, M. I. (2018). Upaya Meningkatkan Minat Belajar Siswa Menggunakan Modifikasi Permainan Tabel (Takraw Dan Voli) Untuk Siswa Kelas Viii Smp Kanisius Juwana. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 7(2), 13–18. <https://doi.org/10.47492/jih.v7i2.192>
- Priadana, B. W., Aliriad, H., Apriyanto, R., Nurilfaza, A., & ... (2025). Menghidupkan kembali warisan budaya: Penguatan nilai sosial melalui permainan tradisional di masyarakat desa. *JURNAL SOLMA*, 14(1), 1056–1063.
- Pujianto, D., Syafril, & Insanisty, B. (2019). “Go Boy” Traditional Games to Improve Cardiovascular Endurance for Handicapped Children in Bengkulu Indonesia. *International Journal of Recent Technology and Engineering (IJRTE)*, 8(4), 8945–8948. <https://doi.org/10.35940/ijrte.d9723.118419>
- Rahmadan N, M Arif E K, M. F. (2018). Pengaruh Fundamental Renang Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Gerak Dasar Renang Siswa Kelas Iv Sd Negeri Mantingan. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 13(4), 610–617. <https://doi.org/10.47492/jih.v7i2.191>
- Rahmadani, A., Candra, O., Daharis, & Khoeri, A. (2021). Model pembelajaran bola basket berbasis permainan: Bagaimana peningkatannya terhadap keterampilan passing? *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 2(3), 190–197. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2\(3\).7953](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2(3).7953)
- Robby Marsalleno Saputra, Sukardi, I. A. J. (2025). Pengaruh Pendekatan Bermain terhadap Hasil Passing Bola Basket pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 3 Palembang. *Journal of Creative Student Research*, 3(1), 228–237.

- <https://doi.org/10.55606/jcsr-politama.v3i1.4780>
- Safuddin, H., Cahyani, O. D., Priadana, B. W., & Alvianto, F. D. (2023). Optimalisasi hasil belajar kemampuan shooting sepakbola: studi tentang dampak media audio visual pada siswa smp. *Bima Loka: Journal of Physical Education*, 4(1), 1–11. <https://doi.org/10.26740/bimaloka.v4i1.27084>
- Saito, K., Suzuki, K., & Tsuda, R. (2020). *Effects of a basketball unit in a physical education class on junior high school students ' physical fitness*. 26(1), 37–45. <https://doi.org/10.15027/49113>
- Sandy, A., Wardiah, D., & Junaidi, I. A. (2023). The Application of TGFU Learning in Basketball Shooting Learning. *Journal of Social Work and Science Education*, 4(3), 182–188. <https://doi.org/10.52690/jswse.v4i3.531>
- Saputra, M., & Junaidi, I. A. (2025). Pengaruh Pendekatan Bermain terhadap Hasil Passing Bola Basket pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 3 Palembang. *Journal of Creative Student Research*, 3(1), 228–237. <https://doi.org/10.55606/jcsr-politama.v3i1.4780>
- Sari, T. P., Anggita, G. M., & Ali, M. A. (2022). Permainan Tradisional Boy-boyan Terhadap Kemampuan Chest Pass Klub Laskar Jatisari The Traditional Game Boy-boyan Towards Ability Chest Pass Laskar Jatisari Club. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 11(22), 220–229. <https://doi.org/10.36706/altius.v11i2.18755>
- Selan, M., Baun, A., Prima, C., Rajagukguk, M., Riwu, I., Kristen, U., Wacana, A., & Timur, N. T. (2023). Profil Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Mahasiswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(2), 74–82. <https://doi.org/10.55081/joki.v3i2.784>
- Septanto, M. I., Nuryadi, & Lubay, L. H. (2017). Meningkatkan Keterampilan Lempar-Tangkap Bola Kecil melalui Modifikasi Permainan Tradisional Boy-Boyan pada Siswa Kelas V SDN Cisitu 2 Kota Bandung. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 2(2), 124–130. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v2i2.7991>
- Setiawan, Angkareda, Rottie, & Umadji. (2024). Pengembangan Model Pembelajaran Pjok Berbasis Permainan Tradisional Kalari Untuk Meningkatkan Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jambura Sports Coaching Academic Journal*, 4(2), 162–169. <https://doi.org/10.37905/jscsj.v4i2.33436>
- Suja, F., Simanjuntak, V., & Hidasari, F. P. (2019). Pengaruh Modifikasi Permainan Terhadap Teknik Dasar Bounce Pass Bola Basket SMP N 8 Pontianak. *Pendidikan Pembelajaran*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.26418/jppk.v7i1.23491>
- Teguh D P, Wiradihardja S, Bambang K S, W. (2018). Model Latihan Passing Bola Basket Berbasis Permainan Anak Usia Pemula Tingkat Smp. *Juara : Jurnal Olahraga*, 3(2), 70–76. <https://doi.org/10.33222/juara.v3i2.237>
- 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), 904–913. <https://doi.org/10.17977/um062v5i92023p904-913>
- Yuliandra, Rizki, Fahrizqi, E. B. (2020). Development Of Endurance With The Ball Exercise Model In Basketball Game. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 4(9), 61–72. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v4i1.980>
- Zanurdi, L. J., Rahayu, E. T., & Gustiawati, R. (2022). Pengaruh Permainan Target

Terhadap Keterampilan Shooting Under Ring Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 11(1), 37–48. <https://doi.org/10.31571/jpo.v11i1.3145>