

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket Melalui Pembelajaran Berbasis Permainan Untuk Menumbuhkan Karakter Disiplin Peserta Didik: Kajian Studi Literatur

I Putu Andra Widyananta^{1*}, I Putu Agus Dharma Hita¹, Ida Bagus Gede Jaya Mahotama¹

¹Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

*Corresponding author : andra@student.undiksha.ac.id

Article History:

Received : 05-06-2025

Accepted : 11-10-2025

Keywords: Pembelajaran

Berbasis Permainan; Chest Pass;

Disiplin

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas pembelajaran berbasis permainan dalam meningkatkan keterampilan chest pass serta menumbuhkan karakter disiplin peserta didik dalam pembelajaran bola basket tingkat SMP. Kajian ini dilakukan melalui studi literatur terhadap berbagai penelitian terdahulu yang relevan dengan tema pembelajaran berbasis permainan dalam konteks pendidikan jasmani. Hasil kajian menunjukkan bahwa model pembelajaran ini mampu menciptakan suasana belajar yang aktif, menyenangkan, dan bermakna. Melalui permainan yang dirancang secara sistematis, peserta didik terdorong untuk terlibat aktif dalam kegiatan belajar, memahami konsep teknik chest pass secara kontekstual, dan menunjukkan kepatuhan terhadap aturan permainan. Selain itu, pembelajaran berbasis permainan juga efektif dalam menanamkan nilai-nilai karakter seperti kerja sama, tanggung jawab, dan terutama disiplin, yang tercermin dari partisipasi aktif, ketepatan waktu, serta kesungguhan dalam mengikuti latihan. Teknik chest pass yang dipraktikkan dalam situasi permainan memberikan stimulus yang lebih nyata dan bermakna dibandingkan latihan konvensional, sehingga berdampak positif pada penguasaan keterampilan. Berdasarkan kajian ini, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis permainan merupakan pendekatan yang strategis untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan teknik dan penguatan karakter peserta didik secara holistik.

PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan proses interaksi antara guru dan siswa yang bertujuan untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, maupun sikap baru pada siswa melalui interaksi dengan informasi dan lingkungan sekitar (Prabawa dkk, 2021). Untuk mencapai tujuan pembelajaran secara efektif, guru perlu mengatur seluruh komponen pembelajaran secara terpadu dan harmonis. Komponen tersebut meliputi siswa, guru, sumber belajar, media, serta lingkungan pembelajaran. Peningkatan kualitas pembelajaran dapat dilakukan dengan mengoptimalkan kualitas dari setiap komponen tersebut. Salah satu bentuk implementasinya adalah melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) (Aryanata dkk, 2017). PJOK memegang peranan penting dalam membentuk peserta didik yang sehat dan berkualitas (Gandasari, 2019). Sebagai bagian integral dari pendidikan secara menyeluruh, PJOK bertujuan mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir kritis, kestabilan emosional, keterampilan sosial, penalaran, serta perilaku

moral melalui aktivitas fisik dan olahraga (Taqwim dkk, 2020). Keistimewaan PJOK terletak pada pendekatannya yang menggunakan aktivitas gerak sebagai sarana pembelajaran. Keunikan ini menjadi fondasi penting dalam membentuk anak yang sehat secara fisik, intelektual, dan spiritual, sehingga mampu tumbuh dan berkembang sesuai dengan potensi yang dimiliki (Indahwati dkk, 2019).

Pendidikan karakter memegang peranan fundamental dalam membentuk sikap moral, rasa tanggung jawab, dan kemampuan siswa dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan di era modern yang kompleks. Di tengah pesatnya kemajuan teknologi dan derasnya arus globalisasi, dunia pendidikan menghadapi tantangan serius, seperti merosotnya moralitas generasi muda, meningkatnya perilaku perundungan, serta menurunnya empati dan tanggung jawab sosial di kalangan pelajar. Fenomena ini menuntut perhatian serius dari berbagai pihak, terutama institusi pendidikan. Berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (2023), tercatat bahwa lebih dari 35% pelanggaran disiplin di tingkat sekolah menengah terjadi akibat sikap tidak sportif, rendahnya toleransi, serta lemahnya kemampuan pengendalian emosi siswa. Fakta ini menegaskan bahwa pendidikan karakter bukan lagi sekadar pilihan tambahan, melainkan menjadi kebutuhan mendesak yang harus terintegrasi secara menyeluruh dalam proses pembelajaran di sekolah.

Salah satu cabang olahraga yang memiliki potensi besar dalam membentuk karakter siswa adalah bola basket. Olahraga ini bukan hanya menekankan pada aspek fisik dan keterampilan teknik, tetapi juga menuntut kemampuan berinteraksi secara sosial dalam konteks kerja sama tim yang erat. Dalam setiap permainan, para pemain dituntut untuk saling berkomunikasi, bekerja sama secara efektif, serta menjaga kekompakan demi mencapai tujuan bersama. Dalam permainan bola basket, chest pass adalah salah satu teknik dasar yang paling penting untuk dikuasai oleh setiap pemain. Teknik ini digunakan untuk mengoper bola dengan cepat dan akurat, baik dalam situasi serangan maupun bertahan. Kemampuan untuk melakukan chest pass dengan baik akan sangat mempengaruhi jalannya permainan, terutama dalam menjaga kelancaran aliran bola antar pemain. Oleh karena itu, penting bagi pelatih untuk mengajarkan teknik ini dengan cara yang efektif agar dapat meningkatkan hasil belajar pemain, terutama di level dasar (Indrayana & Wardana, 2018). Namun, sering kali dalam latihan teknik dasar bola basket, siswa mengalami kebosanan dan kesulitan untuk memahami secara mendalam teknik-teknik yang diajarkan. Hal ini disebabkan oleh pendekatan pembelajaran yang cenderung monoton dan kurang melibatkan siswa dalam situasi yang mendekati kondisi permainan nyata. Salah satu pendekatan yang dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran teknik dasar adalah pembelajaran berbasis permainan. Pendekatan ini mengintegrasikan unsur-unsur permainan dalam proses latihan, sehingga siswa dapat belajar sambil bermain dan lebih mudah memahami teknik yang diajarkan.

Oleh karena itu, upaya pembentukan karakter memerlukan pendekatan pendidikan yang bersifat holistik, mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dalam konteks ini, pendidikan jasmani memiliki posisi strategis karena melalui aktivitas fisik, siswa tidak hanya mengembangkan kemampuan motorik, tetapi juga memperoleh pembelajaran nilai-nilai penting seperti kerja sama, kedisiplinan, kejujuran, dan tanggung jawab. Kegiatan olahraga menciptakan situasi sosial yang nyata dan kompetitif, sehingga menjadi wadah yang ideal untuk menanamkan nilai-nilai karakter secara langsung, nyata, dan kontekstual. Namun demikian, dalam praktik pelatihan, masih terdapat berbagai tantangan yang menghambat

efektivitas latihan chest pass yang diterapkan. Meskipun teknik ini merupakan salah satu elemen fundamental dalam permainan bola basket, pelaksanaannya di lapangan sering kali belum memberikan hasil yang optimal. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya perhatian terhadap aspek perkembangan motorik anak, pemilihan metode latihan yang monoton, serta ketidaksesuaian intensitas latihan dengan kemampuan dan kebutuhan peserta didik.

Akibat dari pendekatan pelatihan yang kurang tepat tersebut, perkembangan keterampilan chest pass pada siswa, khususnya pada tingkat Sekolah Menengah Pertama, menjadi tidak maksimal. Padahal, kemampuan melakukan chest pass yang baik sangat penting sebagai dasar dalam menciptakan pola kerja sama tim yang efektif dan efisien dalam permainan. Hasil ini dapat dilihat dari penelitian Putra & Hartati (2014) menunjukkan bahwa secara umum dapat disimpulkan bahwa selama 2 kali perlakuan, rata-rata terdapat efektivitas pembelajaran sebesar 77,33% dengan kategori baik yang dibuktikan bahwa hasil passing chest pass meningkat dalam pembelajaran bolabasket. Selain itu ada pengaruh yang signifikan nilai model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw terhadap hasil belajar chest pass pada permainan bola basket yang dibuktikan dengan hasil t hitung $>$ t tabel ($8,016 > 1,699$) yang semakin meningkat. Masih banyak guru pendidikan jasmani yang cenderung berfokus pada aspek keterampilan teknis dan pencapaian prestasi dalam olahraga, tanpa mengembangkan strategi pembelajaran yang mampu menanamkan nilai-nilai karakter secara mendalam kepada peserta didik. Kondisi ini mencerminkan adanya kekosongan dalam penelitian mengenai model dan pendekatan pembelajaran bola basket yang secara sistematis mengintegrasikan pendidikan karakter, khususnya dalam konteks pembelajaran PJOK di sekolah.

Meski banyak penelitian membahas teknik chest pass dan pendidikan karakter, masih sedikit yang secara spesifik mengevaluasi bagaimana pendekatan pembelajaran berbasis permainan dapat mengintegrasikan aspek teknis dan karakter secara bersamaan. Kajian ini menawarkan kebaruan dengan fokus pada pembentukan karakter disiplin melalui pendekatan permainan dalam pembelajaran teknik chest pass, serta menyajikan indikator konkret dan strategi aplikatif yang dapat diimplementasikan di sekolah. Hal ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap perbaikan strategi pembelajaran yang lebih holistik, menyenangkan, dan berorientasi pada pembentukan karakter.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam efektivitas pembelajaran berbasis permainan dalam meningkatkan keterampilan *chest pass* sekaligus menumbuhkan karakter disiplin peserta didik. Kajian ini dilakukan melalui pendekatan studi literatur dengan menganalisis berbagai hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan konteks pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

METODE PENELITIAN

Kajian ini menganalisis 20 artikel ilmiah dari tahun 2017–2024 yang diakses dari Google Scholar, SINTA, dan PubMed. Seleksi dilakukan berdasarkan kriteria inklusi relevansi topik, peer-review, dan keterkaitan dengan karakter disiplin dalam pembelajaran chest pass berbasis permainan. Artikel yang tidak relevan atau tidak memenuhi validitas metodologis dikeluarkan dari kajian. Menggunakan kata kunci: "bola basket", "pembelajaran berbasis permainan", dan "chest pass".

Penelitian ini mengadopsi pendekatan studi pustaka (*literature review*) sebagai metode utama untuk menganalisis keterkaitan antara teknik pembelajaran *passing chest pass* dalam permainan bola basket dan pembentukan karakter disiplin peserta didik melalui pendekatan pembelajaran berbasis permainan. Pendekatan ini dipilih karena memberikan ruang bagi peneliti untuk menghimpun, mengevaluasi, dan mensintesis berbagai literatur ilmiah yang relevan guna memperoleh pemahaman yang mendalam serta menyeluruh terhadap topik yang dikaji. Adapun tahapan dalam pelaksanaan metode ini dijabarkan sebagai berikut (Sugiyono, 2016).

1. Pemilihan Sumber Literatur

Tahap awal dari penelitian ini dimulai dengan proses identifikasi dan seleksi terhadap sumber-sumber literatur yang memiliki relevansi kuat dengan topik. Sumber tersebut mencakup artikel ilmiah dari jurnal nasional dan internasional, buku akademik, hasil penelitian, serta prosiding yang membahas pembelajaran teknik *chest pass*, pendekatan permainan dalam pendidikan jasmani, dan pengembangan karakter disiplin. Pemilihan sumber didasarkan atas tiga kriteria utama: kredibilitas, relevansi, dan kontribusi terhadap kerangka teoritis pembelajaran berbasis karakter.

2. Pengumpulan Data

Data dikumpulkan dengan cara menelusuri artikel dan dokumen ilmiah melalui berbagai platform akademik seperti Google Scholar, SINTA, dan PubMed, menggunakan kombinasi kata kunci: “*chest pass* bola basket”, “pembelajaran berbasis permainan”, “karakter disiplin dalam pendidikan jasmani”, serta “nilai karakter peserta didik”. Pendekatan sistematis dalam pencarian literatur memastikan bahwa kajian mencakup perspektif yang luas dan mutakhir.

3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Literatur yang diikutsertakan dalam kajian ini dibatasi pada publikasi lima tahun terakhir (2017–2025), dengan fokus pada penelitian yang relevan dengan pengembangan keterampilan teknis *passing chest pass* serta integrasi nilai karakter dalam proses pembelajaran. Hanya artikel yang melalui *peer-review*, tersedia secara akses penuh, dan memiliki validitas metodologis yang kuat yang dipilih. Artikel yang tidak membahas secara langsung topik pembelajaran berbasis permainan atau tidak menyentuh aspek karakter disiplin dikeluarkan dari kajian.

4. Analisis Data

Literatur yang terpilih dianalisis menggunakan pendekatan analisis tematik, untuk menemukan pola-pola penting terkait peningkatan hasil belajar *chest pass* serta pengaruhnya terhadap pembentukan karakter disiplin peserta didik. Analisis dilakukan dengan menyoroti tren, strategi pembelajaran, serta indikator pembentukan karakter dalam konteks pembelajaran PJOK. Hasil analisis kemudian disintesis guna menghasilkan pemahaman yang utuh mengenai bagaimana pendekatan pembelajaran berbasis permainan tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis, tetapi juga menumbuhkan nilai-nilai karakter, terutama disiplin, dalam kegiatan bola basket.

Melalui metode ini, studi literatur ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis yang kuat sebagai dasar pengembangan model pembelajaran PJOK yang mengintegrasikan teknik dasar permainan bola basket dengan pendidikan karakter yang aplikatif di lingkungan sekolah dasar dan menengah.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis literatur, ditemukan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis permainan dalam kegiatan pendidikan jasmani, khususnya pada permainan bola basket, memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengembangan keterampilan teknik passing chest pass serta penumbuhan karakter disiplin peserta didik. Pembelajaran berbasis permainan memungkinkan siswa untuk belajar melalui pengalaman langsung dalam konteks permainan yang menyerupai kondisi pertandingan sebenarnya. Hal ini menciptakan lingkungan belajar yang lebih menyenangkan, interaktif, dan bermakna bagi peserta didik.

Dalam pembelajaran teknik chest pass, disiplin terlihat dalam keteraturan siswa mengikuti instruksi pelatih, konsistensi dalam berlatih, serta kesungguhan menjalankan peran dalam setiap sesi permainan. Siswa dituntut hadir tepat waktu, fokus selama kegiatan berlangsung, serta menunjukkan kesungguhan dalam menyempurnakan teknik yang diajarkan. Hal ini sejalan dengan pembentukan karakter tanggung jawab, di mana siswa memiliki kesadaran untuk mematuhi aturan permainan, menjaga keselamatan diri dan orang lain, serta merawat fasilitas yang digunakan. Disiplin dan tanggung jawab menjadi landasan penting dalam membangun budaya belajar yang positif dan berkelanjutan, serta mendorong peserta didik untuk berperilaku sportif di dalam maupun luar lapangan.

1. Nilai Jujur dan Sportivitas dalam Aktivitas Passing Chest Past

Kejujuran tercermin dari sikap siswa yang secara terbuka mengakui kesalahan saat melakukan passing, seperti kesalahan posisi tangan atau ketidaktepatan arah lemparan. Dalam permainan yang dirancang secara kolaboratif, siswa juga dilatih untuk bersikap adil, tidak melakukan pelanggaran, serta menghormati keputusan teman dan guru. Sikap ini membentuk fondasi sportivitas yang kuat, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap pembentukan karakter yang berintegritas. Selain itu, kesediaan untuk menerima kritik dan masukan dalam perbaikan teknik menjadi indikator kejujuran dan kedewasaan dalam belajar (Amin, 2018).

2. Kolaborasi dan Percaya Diri melalui Pembelajaran Tim

Pembelajaran chest pass dalam konteks permainan tidak hanya berfokus pada aspek teknis, tetapi juga pada kerja sama antar individu dalam tim. Siswa belajar untuk saling memahami peran, berkomunikasi secara efektif, serta mendukung satu sama lain untuk mencapai tujuan bersama. Proses kerja sama ini menumbuhkan empati, rasa hormat terhadap perbedaan, serta kemampuan menurunkan ego demi keberhasilan kelompok. Dalam situasi tersebut, rasa percaya diri juga tumbuh seiring dengan meningkatnya kemampuan teknik dan dukungan dari rekan satu tim (Junaidi, 2018). Siswa yang percaya diri akan lebih berani mengambil inisiatif, menghadapi tantangan permainan, serta tidak mudah menyerah ketika mengalami kegagalan.

3. Pembelajaran Berbasis Permainan sebagai Media Penguatan Karakter

Teknik chest pass dalam bola basket, ketika diajarkan melalui pendekatan permainan, terbukti lebih efektif dibandingkan metode tradisional. Hal ini karena siswa tidak hanya diajak untuk memahami teknik secara mekanis, tetapi juga merasakan bagaimana teknik tersebut diterapkan dalam situasi permainan nyata. Dalam proses ini, nilai-nilai karakter seperti disiplin, tanggung jawab, kejujuran, kerja sama, dan percaya diri muncul secara alamiah (Nugroho & Raharjo, 2019). Pembelajaran menjadi lebih bermakna karena siswa tidak hanya dilatih keterampilannya, tetapi juga kepribadiannya.

Dengan demikian, pendekatan pembelajaran berbasis permainan tidak hanya meningkatkan hasil belajar teknik passing chest pass, tetapi juga memberikan kontribusi penting terhadap pembentukan karakter disiplin peserta didik. Pendekatan ini sangat relevan untuk diterapkan dalam konteks pendidikan jasmani di sekolah, sebagai strategi yang holistik dan menyeluruh dalam membentuk generasi yang tidak hanya terampil secara fisik, tetapi juga kuat secara moral.

Pembelajaran berbasis permainan memungkinkan siswa untuk belajar teknik secara praktis dalam konteks permainan yang lebih menyenangkan dan interaktif. Ketika siswa bermain dalam situasi yang mirip dengan permainan sesungguhnya, mereka tidak hanya belajar bagaimana melakukan chest pass dengan benar, tetapi juga memahami kapan dan bagaimana menggunakan teknik ini dalam permainan yang sebenarnya. Hal ini akan meningkatkan pemahaman mereka terhadap taktik permainan bola basket secara keseluruhan. Selain itu, latihan berbasis permainan juga dapat meningkatkan motivasi siswa, karena mereka merasa lebih terlibat dalam proses belajar yang lebih aktif dan menyenangkan (Gumilang & Efendi, 2024). Namun, meskipun pendekatan ini efektif, hasilnya tetap bergantung pada kualitas desain permainan dan seberapa baik permainan tersebut dapat menciptakan situasi yang mendekati permainan nyata. Pembelajaran berbasis permainan yang kurang terstruktur atau tidak dirancang dengan baik mungkin tidak memberikan hasil yang optimal.

Model pembelajaran berbasis permainan dalam pendidikan jasmani telah terbukti mampu meningkatkan keterampilan motorik peserta didik secara signifikan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak-anak, seperti kemampuan berlari, melompat, dan melempar. Selain berdampak pada keterampilan fisik, pembelajaran berbasis permainan juga berkontribusi pada peningkatan motivasi serta partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran (Nurdiana, 2023). Walaupun sebagian besar guru PJOK menyadari manfaat bola basket dalam pengembangan kemampuan motorik siswa, masih terdapat beberapa aspek keterampilan yang perlu terus ditingkatkan (Amirzan & Muhammad, 2022). Oleh karena itu, pendekatan ini dianggap mampu menciptakan suasana belajar yang lebih relevan, menarik, dan sesuai dengan pengalaman nyata peserta didik. Model pembelajaran berbasis permainan telah menunjukkan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan motivasi dan kebugaran jasmani siswa, khususnya dalam pendidikan jasmani.

Model pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*) adalah bentuk pendekatan konstruktivis yang memungkinkan siswa membangun pemahaman melalui pengalaman langsung. Teori ini sejalan dengan pandangan Jean Piaget, yang menyatakan bahwa anak belajar paling efektif melalui interaksi aktif dengan lingkungannya. Permainan memberikan pengalaman konkret yang mendorong siswa untuk bereksplorasi, membuat keputusan, dan merefleksikan tindakan mereka. Selain itu, teori Vygotsky tentang zona perkembangan proksimal (ZPD) mendukung bahwa pembelajaran efektif terjadi saat siswa bekerja dalam konteks sosial dengan bantuan orang yang lebih mampu (guru atau teman sebaya). Dalam pembelajaran permainan, interaksi sosial dan kolaboratif menjadi sarana penting untuk menumbuhkan keterampilan dan karakter.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis permainan lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan chest pass siswa dalam permainan bola basket dibandingkan dengan metode pembelajaran tradisional. Sejumlah studi yang menggunakan

desain penelitian tindakan menemukan adanya peningkatan signifikan dalam penguasaan teknik chest pass setelah diterapkannya intervensi berbasis permainan. Salah satu penelitian mencatat peningkatan jumlah siswa yang mencapai ketuntasan belajar setelah menggunakan pendekatan ini (Maksum & Wibowo, 2019). Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa semakin banyak siswa yang berhasil mencapai kriteria kompetensi minimum setelah diterapkannya model pembelajaran berbasis permainan (Siregar, 2020). Partisipasi aktif siswa dalam berbagai jenis permainan yang secara khusus dirancang untuk melatih keterampilan chest pass memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan mendalam. Hasil-hasil ini menguatkan bahwa metode berbasis permainan efektif untuk meningkatkan retensi dan penguasaan teknik chest pass dalam pembelajaran bola basket di kalangan siswa.

Permainan bola basket tidak hanya berfungsi sebagai media untuk meningkatkan kemampuan fisik dan keterampilan teknis peserta didik, tetapi juga dapat dijadikan sarana yang strategis dalam menumbuhkan karakter positif, salah satunya adalah karakter disiplin. Salah satu teknik dasar dalam permainan bola basket yang penting untuk dikuasai oleh peserta didik adalah *chest pass*. Teknik ini sangat krusial dalam mendukung kelancaran permainan, karena berfungsi sebagai dasar dalam melakukan kerja sama tim yang efisien dan akurat. Namun, penguasaan teknik *chest pass* tidak hanya membutuhkan latihan fisik, tetapi juga keterlibatan mental dan karakter yang baik, khususnya dalam hal kedisiplinan (Mulya, 2018). Pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*) merupakan pendekatan yang menyenangkan dan efektif untuk meningkatkan hasil belajar teknik *chest pass* sekaligus menanamkan nilai-nilai karakter (Amin, 2018). Melalui metode ini, peserta didik diajak untuk aktif terlibat dalam situasi permainan yang menekankan pada aturan main, kerja sama tim, serta evaluasi mandiri. Dalam konteks ini, disiplin peserta didik dapat ditumbuhkan secara bertahap melalui kepatuhan terhadap instruksi pelatih/guru, keteraturan dalam berlatih, serta kesadaran untuk tidak melakukan pelanggaran selama bermain.

Menurut Pamuji (2013) karakter, termasuk disiplin, tidak muncul secara instan, melainkan dibentuk sepanjang proses kehidupan, terutama saat masa anak-anak dan remaja. Oleh sebab itu, permainan bola basket dengan pendekatan pembelajaran yang terstruktur dapat menjadi salah satu bentuk kegiatan yang mendukung pembentukan karakter. Dalam hal ini, pembelajaran teknik *chest pass* melalui permainan bisa dijadikan strategi untuk melatih siswa agar terbiasa mematuhi aturan dan menunjukkan perilaku disiplin.

Hasil penelitian Pramudi dkk (2016) menyatakan bahwa pendidikan karakter yang terintegrasi dalam aktivitas olahraga mampu mengembangkan nilai-nilai seperti respek, tanggung jawab, dan kejujuran. Khususnya dalam pembelajaran bola basket, kedisiplinan muncul dari kesadaran siswa untuk mengikuti instruksi latihan, menjaga peralatan, dan menunjukkan sikap sportif selama bermain. Hal ini sejalan dengan pendapat Zulkifli (2023) bahwa melalui permainan bola basket, peserta didik dapat diajarkan untuk menghormati peraturan, lawan, dan hasil pertandingan, yang semua itu merupakan cerminan dari karakter disiplin.

Lebih lanjut, pendekatan pembelajaran berbasis permainan memungkinkan siswa untuk mengalami proses pembelajaran secara aktif, kontekstual, dan reflektif. Siswa tidak hanya berlatih secara mekanik, tetapi juga belajar melalui pengalaman nyata yang menumbuhkan rasa tanggung jawab dan kemandirian. Menurut Hasyim, dkk (2025), pendidikan jasmani merupakan media penting dalam membentuk keterampilan jasmani, kecerdasan, serta karakter

peserta didik secara menyeluruh. Ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran teknik *chest pass* dalam suasana permainan yang menyenangkan dan mendidik dapat sekaligus menumbuhkan nilai-nilai kedisiplinan secara efektif. juga menegaskan bahwa karakter tidak hanya dibentuk oleh faktor internal individu, tetapi juga melalui pendidikan yang sistematis dan terencana. Oleh karena itu, dalam pembelajaran teknik *chest pass*, guru memiliki peran penting sebagai fasilitator, motivator, dan pembimbing dalam membentuk karakter disiplin siswa melalui pendekatan permainan. Menurut Fitrah, dkk (2021) menyebutkan bahwa pembentukan karakter memerlukan waktu yang panjang dan harus dilakukan secara konsisten dan berkelanjutan.

Dalam praktiknya, strategi yang dapat diterapkan oleh guru adalah menciptakan skenario permainan yang menuntut siswa untuk mematuhi aturan main, menghargai waktu latihan, serta menunjukkan keterlibatan aktif secara konsisten. Melalui kegiatan tersebut, siswa akan belajar bahwa keberhasilan dalam melakukan *chest pass* secara teknis juga sangat bergantung pada perilaku disiplin mereka dalam mengikuti proses latihan. Pembelajaran teknik *chest pass* dalam bola basket tidak hanya bertujuan meningkatkan keterampilan bermain, tetapi juga sebagai media yang efektif untuk menanamkan karakter disiplin peserta didik (Zulkifli, 2023). Dengan pendekatan berbasis permainan yang terstruktur, menyenangkan, dan reflektif, peserta didik dapat belajar secara aktif sekaligus membangun karakter yang akan berguna dalam kehidupan sosial dan akademik mereka. Maka, pengintegrasian nilai-nilai karakter dalam pembelajaran teknik dasar bola basket menjadi sangat penting dalam pendidikan jasmani yang bersifat komprehensif.

KESIMPULAN

Kajian literatur ini menegaskan bahwa pembelajaran berbasis permainan dalam bola basket, khususnya pada teknik *chest pass*, tidak hanya efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik peserta didik, tetapi juga berperan signifikan dalam membentuk karakter disiplin. Melalui aktivitas yang kontekstual dan menyenangkan, siswa terlibat aktif dalam proses belajar yang menanamkan nilai-nilai seperti ketertiban, tanggung jawab, kejujuran, dan sportivitas. Disiplin terlihat dalam ketaatan terhadap instruksi guru, kepatuhan terhadap aturan permainan, serta konsistensi dalam menjalankan peran dalam tim. Proses internalisasi karakter ini terjadi secara alami dalam dinamika permainan. Dengan demikian, pendekatan pembelajaran ini bukan sekadar latihan teknik, tetapi juga merupakan strategi pembinaan karakter melalui olahraga. Implikasi dari temuan ini adalah pentingnya perancangan kurikulum PJOK yang tidak hanya berorientasi pada aspek fisik, tetapi juga menyentuh dimensi afektif dan sosial peserta didik. Pembelajaran teknik *chest pass* dapat dijadikan sebagai sarana pembelajaran holistik yang mendukung pengembangan siswa secara utuh baik secara fisik, emosional, sosial, maupun moral.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Amin, B. F. (2018). Pembelajaran operan dada (*chest pass*) dalam permainan basket melalui metode mengajar penemuan terpimpin pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Jonggol. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(1), 61–66.

- [2] Aryanata, I. W. Y., Jampel, I. N., Putu, L., & Mahadewi, P. (2020). Media video pembelajaran teknik dasar bermain bola voli pada pelajaran Penjaskes. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 4, 186–192.
- [3] Fitrah, F., Bayu, W. I., & Iyakrus, I. (2021). Pengaruh latihan push up terhadap hasil passing chest pass pada ekstrakurikuler bola basket. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(1), 24–28.
- [4] Gandasari, M. F. (2019). Pengembangan model pembelajaran tematik pendidikan jasmani olahraga kesehatan untuk kelas 2 sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 22–27. <https://doi.org/10.21831/jpji.v15i1.25489>
- [5] Gumilang, F. F., & Efendi, Y. (2024). *Minat siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Dharma Karya UT*. Semnasfip.
- [6] Hasyim, A. H., Prabowo, E., Juniarto, M., Suparman, S., & Haris, I. N. (2025). Model pembelajaran passing chest pass bola basket berbasis permainan. *Biormatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 11(1), 15–21.
- [7] Ibda, F. (2015). Perkembangan kognitif: Teori Jean Piaget. *Intelektualita*, 3(1).
- [8] Indahwati, N., Tuasikal, A. R. S., & Al Ardha, M. A. (2019). Developing project-based learning (PBL) as a teaching strategy in physical education for preservice physical education teacher. In *Proceedings of the 1st International Conference on Education, Social Sciences and Humanities (ICESSHum)* (pp. 490–497). <https://doi.org/10.2991/icesshum-19.2019.79>
- [9] Indrayana, B., & Wardana, T. A. (2018). Pengaruh latihan sistem pos terhadap ketepatan chest pass pada tim bola basket putri SMA Negeri 2 Batang Hari. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(2), 227–238.
- [10] Junaidi, I. A. (2018). Peningkatan keterampilan chest pass bola basket melalui metode peer teaching mahasiswa program studi pendidikan olahraga. *Jurnal Penjaskesrek*, 5(1), 37–44.
- [11] Mulya, G. (2018). Peran pendidikan jasmani dalam penguatan pendidikan karakter siswa. *Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan*, 3(1), 1.
- [12] Nugroho, A., & Raharjo, F. M. (2019). 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.
- [13] Pambudi, M. I., Winarno, M. E., & Dwiyoogo, W. D. (2019). *Perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan* [Disertasi doktoral, Universitas Negeri Malang].
- [14] Prabawa, I. K. R., Satyawan, I. M., & Sptyanawati, N. L. P. (2021). Pengembangan video permainan PJOK berbasis tematik (tema kegemaranku) untuk siswa kelas 1 sekolah dasar. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 1(1), 11–26. <https://doi.org/10.54284/jopi.v1i1.3>
- [15] Putra, D. S., & Hartati, S. C. Y. (2014). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw terhadap hasil belajar chest pass pada permainan bola basket (Studi pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(3), 526–531.

- [16] Suardipa, I. P. (2020). Sociocultural-revolution ala Vygotsky dalam konteks pembelajaran. Widya Kumara: *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 48–58.
- [17] Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 5(3), 395–402. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i3.13303>
- [18] Zulkifli, Z. (2023). Meningkatkan hasil belajar chest pass melalui gaya mengajar resiprokal di SMP Negeri 14 Pekanbaru. *Integrated Sport Journal (ISJ)*, 1(1), 1–10.