



**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING* BOLA
BASKET PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMK SWASTA
KASIH MAITREYA SELATPANJANG**

Nurul Hidayati¹. M. Ulil Abshor². Erna Lestari Rambe³

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi , Sekolah Tinggi
Keguruan dan Ilmu Pendidikan Meranti Kabupaten Kepulauan Meranti
email :

Submitted : 2025-02-02, Reviwed: 2025-03-24, Accepted : 2025-05-15

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *shooting* bola basket pada siswa ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang.

Jenis penelitian yang digunakan yaitu dengan penelitian korelasional. Dengan jumlah populasi sebanyak 18 siswa putra. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan teknik *Total sampling* Dan sampel penelitian ini berjumlah 18 siswa. Teknik analisis data menggunakan uji persyaratan penelitian dan uji hipotesis penelitian menggunakan SPSS versi 22 dan 25.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* bola basket yakni sebesar 57%. Terbukti dari hasil analisis *R Square* 0,578. terdapat hubungan yang signifikan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *shooting* bola basket yakni sebesar 51%. Terbukti dari hasil analisis *R Square* 0,519. Terdapat hubungan signifikan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *shooting* bola basket siswa ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya sebesar 70%. Terbukti dari analisis *R Square* 0,703

Kata kunci: *Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata Tangan, Kemampuan Shooting*

ABSTRACT

This study aims to determine if there is a significant relationship between leg muscle explosiveness and basketball shooting ability in the extracurricular students of SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang.

The type of research used is correlational research. The population consists of 18 male students, The sampling technique used in this study is the Total Sampling technique and the sample for this research is also 18 students. Data analysis techniques include research requirement tests and hypothesis testing using SPSS version 22 and 25.

The results of this study show that there is a significant relationship between leg muscle explosiveness and basketball shooting ability, with a correlation of 57%, as evidenced by an R Square value of 0.578. There is also a significant relationship between hand-eye coordination and basketball shooting ability, with a correlation of 51%, as evidenced by an R Square value of 0.519. Furthermore, there is a significant relationship between leg muscle explosiveness and hand-eye coordination on the basketball shooting ability of the extracurricular students at SMK Swasta Kasih Maitreya, with a combined correlation of 70%, as evidenced by an R Square value of 0.703.

Keywords: Explosive Power of the Leg Muscles, Eye-Hand Coordination, Basketball Shooting Ability.

PENDAHULUAN

Abdul Rahmat, M.Pd (2009:8) menyebutkan pendidikan merupakan suatu proses yang tidak bisa dipisahkan dengan manusia yang menjadi subyek dan obyek dari upaya pendidikan itu sendiri, karena mencakup 3 (tiga) aspek dasar dalam diri manusia. Pentingnya pendidikan ini ini bagi masyarakat tergambar dari peranan yang dibawa dalam kegiatan pendidikan dalam kaitannya dengan perkembangan seseorang.

Pendidikan dinyatakan secara langsung mendorong perubahan kemampuan seseorang, seperti yang dikemukakan oleh Redja Mudyahardjo (1985-70), bahwa dapat dikatakan pentingnya pendidikan adalah secara langsung mendorong terjadinya perubahan kualitas kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor, selanjutnya peningkatan dalam ketiga macam kawasan tersebut tidak meningkatkan belaka, tetapi suatu peningkatan yang hasilnya dapat dipergunakan untuk lebih meningkatkan taraf hidupnya sebagai pribadi, pekerja/professional, warga masyarakat dan warga negara dan makhluk Tuhan. Pendidikan di Indonesia diatur oleh Undang – Undang yang bertujuan untuk masyarakat yang cerdas, terampil, dan berbudi pekerti luhur. Salah satu Undang-Undang yang mendasari system pendidikan nasional adalah Undang – Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yang menegaskan bahwa Pendidikan Nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang memiliki kecerdasan, keterampilan, kepribadian, dan kewarga negaraan yang baik. Pendidikan umumnya ditempuh selama 12 tahun yang Semuanya ada pada pendidikan formal. Pendidikan formal adalah jenis pendidikan yang terstruktur

dan sistematis, yang biasanya berlangsung diinstitusi pendidikan seperti sekolah dan perguruan tinggi. Pendidikan ini memiliki kurikulum yang sudah ditentukan dan diatur oleh pemerintah atau badan pendidikan, serta diakhiri dengan ujian atau penilaian resmi. Tujuan pendidikan formal adalah untuk memberikan pengetahuan, keterampilan, dan kompetensi kepada peserta didik yang ada disekolah. Sekolah adalah tempat dilaksanakannya pembinaan, bimbingan, serta pembentukan karakter peserta didik. Peserta didik disekolah melakukan proses belajar dengan menerima segala mata pelajaran dalam meningkatkan ilmu pengetahuan yang dibimbing oleh guru dalam semua mata pelajaran. Dalam pembelajaran, semua mata pelajaran memiliki manfaat bagi perkembangan peserta didik, termasuk pendidikan jasmani. Mata pelajaran pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang memiliki ciri berbeda dibandingkan dengan mata pelajaran lain. Perbedaan tersebut meliputi perbedaan tujuan dan media yang digunakan. Dalam pendidikan jasmani tujuan yang ingin dicapai bukan hanya untuk mengembangkan individu dari segi fisik saja, melainkan meliputi mental, sosial, emosional dan intelektual yang dilakukan melalui gerak tubuh atau melalui kegiatan jasmani. Tujuan tersebut dapat terjadi jika ada dukungan dari segala faktor seperti guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana lingkungan dan kondisi sosial. Kesesuaian antara pendidikan dan kurikulum pada pembelajaran pendidikan jasmani berpengaruh kepada optimalnya tujuan pembelajaran. Dr.M.E Winarno, M.Pd (2006:8) menyebutkan pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang menggunakan aktivitas jasmani (fisik) sebagai media

pencapaian tujuan. Disini para siswa dapat memilih mata pelajaran apa saja yang diinginkan sesuai dengan bakat dan minatnya. Dalam pendidikan jasmani siswa dilatih untuk menguasai berbagai keterampilan olahraga yang melibatkan kerjasama, keterampilan fisik, dan kemampuan berpikir taksis.

Intrakurikuler merupakan kegiatan utama dalam suatu lembaga pendidikan dengan jadwal tersusun sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Dan terdapat capaian minimal peserta didik dalam pelajarannya. Sedangkan ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran yang tujuannya adalah meningkatkan minat dan mendalami bakat siswa. Menurut Asmani:2011 ekstrakurikuler adalah jam kegiatan pendidikan diluar jam mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berwenang disekolah. Jadi pendidikan ekstrakurikuler ini sangat berperan penting dalam mengembangkan minat dan bakat siswa. Bagi peserta didik yang memiliki keinginan untuk menjadi seorang atlet dapat mengembangkan bakatnya melalui kegiatan ekstrakurikuler dengan klasifikasi olahraga. Banyak sekali pilihan untuk ekstrakurikuler dibidang olahraga, antara lain adalah futsal, badminton, bola basket, dan lain sebagainya. Ekstrakurikuler bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh siswa salah satunya adalah bola basket.

Two-point shot dalam bola basket adalah tembakan yang dilakukan dari dalam garis tiga poin, yang berhasil masuk ke dalam ring dan menghasilkan dua poin untuk tim yang melakukan tembakan tersebut. Tembakan ini bisa dilakukan dari

berbagai posisi di lapangan, baik itu dari jarak dekat maupun agak jauh dari ring, selama pemain berada di dalam garis tiga poin. Pemain bisa melakukan two-point shot dari posisi yang berbeda, baik itu saat berada di bawah ring, di sudut lapangan, atau dalam serangan terbuka. Kualitas tembakan dua poin sangat bergantung pada teknik pemain. Pemain perlu memiliki kontrol tubuh yang baik, posisi tangan yang benar, dan keseimbangan yang kuat untuk menghasilkan tembakan yang akurat.

Two-point shot dalam bola basket sangat bergantung pada dua faktor utama: daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-tangan. Keduanya memainkan peran yang sangat penting dalam menentukan keakuratan dan kekuatan tembakan. Daya ledak otot tungkai (terutama otot paha, betis, dan pinggul) berperan penting dalam tembakan dua poin, terutama saat pemain melakukan jump shot atau layup. Ketika pemain melakukan jump shot, otot tungkai berperan besar dalam memberikan dorongan vertikal untuk melompat. Semakin kuat daya ledak otot tungkai, semakin tinggi lompatan yang dapat dilakukan pemain, yang memungkinkan mereka untuk mendapatkan sudut tembakan yang lebih baik dan menghindari blok dari lawan. Otot kaki yang kuat juga membantu dalam mengatur keseimbangan tubuh selama proses tembakan. Pemain yang memiliki koordinasi mata-tangan yang baik bisa lebih cepat menilai posisi ring dan meletakkan bola dengan tepat saat melepaskan tembakan. Mata membantu pemain untuk memfokuskan posisi ring, sementara tangan berperan dalam mengontrol gerakan bola.

Berdasarkan fenomena yang terjadi dilapangan, peneliti mengamati kegiatan ekstrakurikuler basket di SMK Swasta Kasih Maitreya, pada siswa yang melakukan latihan basket dilapangan, saat

peserta melakukan shooting dengan melompat lalu menembakkan bola ke ring, gerakan tersebut masih belum membuahkan hasil yang sempurna, karna kurang tepatnya sasaran atau bola melenceng. Disisi lain juga, peneliti mengamati gerakan gerakan tungkai peserta ekstrakurikuler tersebut yang melakukan *shooting* dengan *jump shoot*. Tetapi pemahaman latihan kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan tangan masih terbatas.

Terdapat peserta yang melangkah hingga melompat kurang tepat tetapi mampu menembakkan bola ke ring, sebaliknya ada peserta yang melakukan lompatan dengan tepat namun gagal memasukkan bola ke ring. Hal tersebut dapat dilihat bahwa daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan memungkinkan memiliki peran untuk dapat melakukan keterampilan *shooting*. Tetapi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan masih belum diketahui hubungannya dengan keterampilan *shooting* pada siswa ekstrakurikuler basket SMK Kasih Maitreya Selatpanjang.

Dari paparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan pengkajian lebih dalam, sehingga peneliti akan melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan shooting bola basket pada sisea ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang”**

A. Kajian Penelitian yang Relevan

1. Kontribusi power otot tungkai, kekuatan otot lengan, dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan jump shot bolabasket

pada mahasiswa FIK Uncen Tahun 2017.

Permainan bolabasket bertujuan untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke ring lawan tanding, supaya bisa mencapai tujuan itu maka diperlukan kekuatan, kecepatan dan power otot untuk membawa bola masuk kedalam ring. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui a) kontribusi antara power otot tungkai dengan kemampuan jump shot bolabasket pada mahasiswa FIK UNCEN tahun 2017, b) kontribusi antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan jump shot bola basket pada mahasiswa FIK UNCEN Tahun 2017, c) kontribusi antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan jump shot bola basket pada mahasiswa FIK UNCEN Tahun 2017, dan d) kontribusi yang signifikan antara power otot tungkai, kekuatan otot lengan, dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan jump shot bola basket pada mahasiswa FIK UNCEN Tahun 2017. Dalam penelitian ini akan digunakan metode deskriptif korelasional. Metode ini bertujuan mendeskripsikan data-data yang diperoleh dari hasil pengukuran dan studi kepustakaan. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester II FIK UNCEN yang berjumlah 30. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis korelasional. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kontribusi yang signifikan antara power otot tungkai dengan hasil jump shoot dengan memberikan sumbangan

sebesar 14,5 %. Ada kontribusi yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan hasil jump shoot dengan memberikan sumbangan sebesar 30,5 %. Ada kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan hasil jump shot dengan memberikan sumbangan sebesar 13%. Dengan demikian terdapat kontribusi yang signifikan antara power otot tungkai, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan hasil jump shot dengan memberikan sumbangan sebesar 58, %.

2. Kontribusi Power Otot Tungkai, Persepsi Kinestetik dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keberhasilan Tembakan Lompat (Jump Shoot) Bola Basket

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui: 1) kontribusi power otot tungkai terhadap keberhasilan tembakan lompat bolabasket, 2) kontribusi persepsi kinestetik terhadap keberhasilan tembakan lompat bolabasket, 3) kontribusi koordinasi mata tangan terhadap keberhasilan tembakan lompat bolabasket, 4) kontribusi power otot tungkai, persepsi kinestetik dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan tembakan lompat bolabasket. Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, metode dalam penelitian ini adalah metode diskriptif dengan pendekatan korelasional. Dalam penelitian ini populasinya seluruh mahasiswa peserta UKM bola basket Universitas PGRI Adi Buana Surabaya dengan jumlah

33 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik population sampling, Teknik pengumpulan data digunakan tes dan pengukuran dalam olahraga, variabel penelitian terdiri dari power otot tungkai, persepsi kinestetik, dan koordinasi mata-tangan sebagai variabel bebas, sedangkan variabel terikatnya yaitu keberhasilan tembakan lompat bolabasket. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi product moment dan analisis regresi ganda, dengan pengujian hipotesis menggunakan taraf signifikansi 5%. Berdasarkan data yang dianalisis diperoleh kesimpulan; (1) terdapat kontribusi yang signifikan antara power otot tungkai dengan keberhasilan tembakan lompat (jump shoot) bolabasket, hal ini dibuktikan dengan nilai $r_{hit} = 0,375 > r_{tabel} = 0,335$. (2) tidak terdapat kontribusi yang signifikan antara persepsi kinestetik dengan kemampuan tembakan lompat (jump shoot) bolabasket, hal ini dibuktikan dengan nilai $r_{hit} = 0,071 < r_{tabel} = 0,335$, (3) tidak terdapat kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dengan keberhasilan tembakan lompat (jump shoot) bolabasket, hal ini dibuktikan dengan nilai $r_{hit} = 0,143 < r_{tabel} = 0,335$, (4) tidak terdapat kontribusi yang signifikan antara power otot tungkai, persepsi kinestetik, dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan tembakan lompat (jump shoot), hal ini dibuktikan dengan hasil

perhitungan nilai F_{hit} sebesar 1.731 dengan probabilitas sebesar 0,183, karena nilai probabilitas lebih besar dari $\hat{I} \pm 0,05$.

B. Kerangka Berpikir

Kemampuan *shooting* bola basket yang baik memerlukan kombinasi keterampilan fisik dan motorik yang melibatkan beberapa aspek fisik dan teknik. Dua faktor yang sangat mempengaruhi kemampuan *shooting* adalah daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-tangan. Pada siswa ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya, penting untuk mengetahui bagaimana kedua faktor ini berhubungan dengan kemampuan mereka dalam melakukan tembakan bola basket yang efektif.

Daya ledak otot tungkai yang baik memungkinkan pemain untuk melompat dengan tinggi dan kuat, memberi mereka keuntungan untuk melakukan *jump shoot* yang lebih efektif dan dengan sudut tembakan yang lebih baik. Pemain yang memiliki daya ledak otot tungkai yang optimal dapat menciptakan jarak yang lebih besar antara diri mereka dan lawan, serta memberi waktu lebih untuk mengarahkan bola dengan lebih presisi. Koordinasi mata-tangan berperan penting dalam akurasi tembakan. Ketika pemain bisa fokus pada sasaran (*ring*) dan menyelaraskan gerakan tangan dengan benar, tembakan yang dihasilkan akan lebih akurat. Kecepatan dan presisi dalam mengarahkan bola ke ring sangat bergantung pada kemampuan ini. Kedua faktor ini bekerja secara sinergis untuk menghasilkan tembakan yang efektif. Daya ledak

otot tungkai memungkinkan pemain untuk melompat dengan tinggi dan kuat, sedangkan koordinasi mata-tangan memastikan bahwa bola dilempar dengan akurat pada posisi yang tepat di udara. Sebuah tembakan yang sukses memerlukan kekuatan fisik untuk melakukan lompatan yang optimal dan keterampilan visual serta motorik untuk memastikan arah tembakan yang benar.

Jenis penelitian yang digunakan yakni dengan penelitian korelasional. “Penelitian korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan apakah terdapat hubungan antara dua variabel atau lebih, serta seberapa besar korelasi dan yang ada diantara variabel yang diteliti’ (Alang, Madi, Baharudin, Ahmad, Darmawati, 2018, p. 47). Dalam hal ini, pada penelitian ini menempatkan daya ledak otot tungkai sebagai variabel bebas yang pertama, koordinasi mata tangan sebagai variabel bebas yang kedua dan kemampuan *shooting* bola basket sebagai variabel terikat.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir maka dapat disimpulkan hipotesis sebagai berikut:

H_{01} : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler basket di SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang

H_{a1} : Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler

- basket di SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang
- Ho₂ : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi terhadap kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler basket di SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang.
- Ho₂ : Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi terhadap kemampuan *shooting* peserta ekstrakurikuler basket di SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang.
- Ho₁₂ : Tidak terdapat hubungan signifikan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *shooting* bola basket SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang.
- Ho₁₂ : Terdapat hubungan signifikan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *shooting* bola basket SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang.

PEMBAHASAN

1. Hubungan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* bola basket SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang.

Terdapat hubungan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* bola basket yakni sebesar 57%. Terbukti dari hasil analisis R Square = 0,578. Hasil ini menunjukkan analisa

bahwa daya ledak otot tungkai bagi seorang pemain basket dibutuhkan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* bola basket.

2. Hubungan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan *Shooting* Bola Basket SMK Swasta Kasih Maitreya Selatpanjang.

Terdapat hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *shooting* bola basket yakni sebesar 67%. Terbukti dari hasil analisis R Square = 0,678. Hasil ini menunjukkan analisa bahwa koordinasi mata tangan bagi seorang pemain basket dibutuhkan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* bola basket.

3. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan *Shooting* Bola Basket Siswa SMK Swasta Kasih Maitreya

Terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *shooting* bola basket siswa ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya sebesar 75%. Terbukti dari analisis R Square = 0,754. Hal ini menunjukkan bahwa antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan memiliki hubungan terhadap kemampuan *shooting* bola basket siswa ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya.

KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan signifikan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* bola basket

ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya sebesar 57%.

2. Terdapat hubungan signifikan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *shooting* bola basket ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya sebesar 67%.
3. Terdapat hubungan signifikan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *shooting* bola basket ekstrakurikuler SMK Swasta Kasih Maitreya sebesar 75%.

<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidika.jasmani/article/view/19546>

https://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/jurnal_buana_pendidikan/article/view/624

<https://core.ac.uk/download/pdf/229505794.pdf>

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Rahmat, *Pengantar Pendidikan: Teori, Konsep, dan Aplikasi*. Bandung: Manajemen Qolbun Salim, 2009.

Arikunto. 2018. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Bumi Aksara.

Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, *Tes Pengukuran dan Olahraga*. Banten. Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM), 2020.

Bambang Asdianto Pribadi.2022. *Basketik*. Yogyakarta : Penerbit Andi.

Dr. Albertus Fernanlampir, M.Pd., AIFO & Dr. Muhammad Muhyi Faruq. 2014. *Tes & Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta : Penerbit Andi.

Dr. M.E Winarni, M.Pd, *Perspektif Pendidikan Jasmani dan Olah raga*. Malang Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Malang, 2006.

Lukyani L & Reki Siaga Agustina, M.Pd., AIFO-P. 2022. *Buku Jago Bola Basket*. Jakarta : Cemerlang.

Prof. Dr. Sugiyono.2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung : ALFABETA.

Prof. Soetjipto & Drs. Rafli Kosasi, M.Sc. 2009. *Profesi Keguruan*. Jakarta : Rineka Cipta.

