



ANALISIS KETERAMPILAN GERAK *LAY UP SHOOT* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA PEMAIN TOGETHER BASKETBALL CLUB PAREPARE

Muhammad Harliawan¹ Silatul Rahmi²

e-mail: muhammad.harliawan@unm.ac.id

¹² Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar,
Sulawesi Selatan, Indonesia

Abstrak

Bolabasket merupakan olahraga yang memerlukan penguasaan teknik dasar, di mana setiap pemain dituntut untuk dapat memasukkan bola ke dalam ring dan melindungi ring milik timnya. Penelitian ini bertujuan mengkaji tingkat keterampilan lay up shoot pada anggota Together Basketball Club Parepare. Penelitian dilaksanakan dengan pendekatan deskriptif kualitatif melalui metode survei, menggunakan teknik tes dan pengukuran. Peneliti melibatkan seluruh 22 pemain dari klub tersebut sebagai sampel penelitian. Alat ukur yang digunakan adalah tes keterampilan lay up shoot, dengan analisis data menggunakan persentase deskriptif. Temuan penelitian menggambarkan sebaran keterampilan lay up shoot pemain sebagai berikut: 4.5% (1 pemain) berkategori "kurang sekali" 27.3% (6 pemain) berkategori "kurang" 27.3% (6 pemain) berkategori "sedang" 40.9% (9 pemain) berkategori "baik" 0% (0 pemain) berkategori "baik sekali". Dengan rata-rata skor 16.68 poin yang berada pada kategori sedang, penelitian menyimpulkan bahwa keterampilan lay up shoot pemain Together Basketball Club Parepare tergolong dalam kategori rata-rata atau sedang.

Kata Kunci: Keterampilan, *Lay Up Shoot*, Bolabasket

Abstract

Basketball is a sport that requires mastery of basic techniques, where each player is required to be able to put the ball into the ring and protect his team's ring. This study aims to examine the level of lay up shoot skills in Together Basketball Club Parepare members. The research was conducted with a qualitative descriptive approach through a survey method, using test and measurement techniques. Researchers involved all 22 players from the club as research samples. The measuring instrument used was the lay up shoot skill test, with data analysis using descriptive percentages. The research findings describe the distribution of players' lay up shoot skills as follows: 4.5% (1 player) categorized as "very less" 27.3% (6 players) categorized as "less" 27.3% (6 players) categorized as "medium" 40.9% (9 players) categorized as "good" 0% (0 players) categorized as "excellent". With an average score of 16.68 points which is in the moderate category, the study concluded that the lay up shoot skills of Together Basketball Club Parepare players are classified in the average or moderate category.

Keywords: Skills, *Lay Up Shoot*, Basketball

Pendahuluan

Bola basket merupakan jenis olahraga yang dimainkan oleh dua tim dengan tujuan memasukkan bola ke keranjang tim lawan (Yuliandra & Fahrizqi, 2019). Olahraga Bola basket dimainkan dengan bola besar yang dengan menggunakan kedua tangan. Permainan bola basket merupakan salah satu permainan favorit orang di seluruh dunia, terutama di Indonesia, kini olahraga bola basket menjadi sangat banyak diminati termasuk pada jenjang populer sekolah di seluruh provinsi yang ada di Indonesia, dan juga menjadi materi pembelajaran di sekolah, mulai dari sekolah hingga perguruan tinggi (Suardika et al., 2024). Seiring perkembangan teknologi membuat olahraga semakin berkembang, terutama dari segi kualitas permainan. Beberapa contohnya adalah bola basket dan bola voli, yang sangat disukai oleh masyarakat dan oleh murid-murid dari tingkat sekolah dasar hingga perguruan tinggi (Cahyadi et al., 2022). Ini disebabkan oleh daya tarik olahraga bola basket, terutama karena peraturan permainan bola basket yang rumit dan sangat ketat serta gaya permainan yang dinamis dan menantang menjadi salah satu daya tarik sehingga permainan ini banyak diminati oleh beberapa kalangan (Prabowo et al., 2023). Permainan bola basket dapat meningkatkan kemampuan kekuatan fisik seperti daya tahan, kekuatan, kecepatan, keterampilan, dan mobilitas secara normal dan membawanya ke tingkat yang lebih tinggi. Peningkatan prestasi setiap cabang olahraga berkontribusi pada peningkatan prestasi tim secara keseluruhan (Aydogan & Demirok, 2023). Bahkan selama olahraga dianggap sebagai kebutuhan hidup, peningkatan prestasi setiap cabang olahraga terus diperdebatkan dan diperdebatkan. Ini karena prestasi olahraga selalu berubah dan cenderung meningkat seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Prestasi bola basket adalah contohnya.

Untuk bermain bola basket, pemain perlu menguasai beberapa teknik-teknik dasar permainan (Mahfud et al., 2022). Permainan bola basket memerlukan banyak kemampuan, seperti menyerang dan bertahan, sehingga pemain harus sangat efisien (Mohebi et al., 2018). Prinsip dasar permainan bola basket adalah bahwa pemain selalu berusaha memasukkan bola ke dalam ring dan menjaga ringnya sendiri karena hasil pertandingan bisa berubah dalam waktu singkat (Setiawan, 2022). Seorang pemain bola basket harus selalu dituntut bergerak sambil menggunakan teknik-teknik dasar permainan bola basket (Harliawan et al., 2021). Untuk kepentingan ini, seorang pemain harus benar-benar menguasai teknik-teknik dasar bermain bola basket. Kualitas permainan bola basket sangat ditentukan oleh penguasaan teknik, kerja sama tim, dan kemampuan kondisi fisik pemain (Hassan et al., 2023). Hal tersebut menunjukkan bahwa bola basket adalah olahraga tim dimana kinerja, kekuatan, dan daya tahan tim sangat diutamakan. Kemampuan penguasaan teknik dasar sangat menentukan kualitas dalam permainan; semakin tinggi keterampilan teknik dasar, semakin baik permainan yang dapat ditampilkan. Bola basket, yang telah berkembang di masyarakat, dapat dimainkan oleh pria dan wanita. Arnaz Anggoro Saputro, 2023 mengatakan Bola basket adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh siapa saja dari anak-anak hingga orang dewasa. Setiap tahun, ada turnamen bola basket di berbagai tempat di Sulawesi Selatan, seperti PORPROV, dan pertandingan antar klub dan kelompok usia. Pertandingan juga diadakan di tingkat daerah dan nasional dalam bentuk Kejurnas (Arnaz Anggoro Saputro, 2023).

Shooting, laying up, dribbling, dan passing adalah beberapa teknik dasar dalam permainan bola basket (Susanto & Nurharsono, 2022). Salah satu dari empat teknik menembak yang paling penting untuk memasukkan bola ke keranjang lawan adalah shoot. Setiap tembakan membutuhkan teknik menembak yang baik dan benar. Latihan yang teratur dan dengan menggunakan gerakan teknik yang tepat akan meningkatkan efektivitas kerja dalam permainan bola basket, beban aktivitas sangat bergantung pada kemampuan anaerobik dan aerobik setiap pemain. Kemampuan setiap pemain untuk melakukan kinerja optimal dalam tindakan intensitas tinggi yang berulang kali sangat penting (Arslan et al., 2022). Untuk menghasilkan gerakan yang efektif, kemampuan menembak harus dikuasai dengan benar sehingga menimbulkan gerak yang otomatis. Jika Anda sering melakukan shooting dengan cara yang salah, gerakan yang sudah

otomatis akan sulit untuk diubah. Serta membutuhkan banyak latihan untuk memperbaiki gerakan dasar menembak. (Hanafi & Harliawan, 2023).

Setiap pemain harus menguasai teknik shooting sepenuhnya. Akibatnya, mereka harus belajar menggunakan agas saat bermain di lapangan. Secara umum, ada beberapa teknik menembak dasar: tembakan satu tangan (satu set tembakan), tembakan bebas (tembakan bebas), tembakan melompat (tembakan melompat), tembakan tiga angka (tembakan tiga angka), dan tembakan mengait. Hasil observasi menunjukkan bahwa pemain basket di Together Basketball Club Parepare pada umumnya masih kurang dalam keakurasian menembak dan teknik dasarnya saat melakukan *shooting*. Posisi set pada saat melakukan *shooting* berada di posisi yang salah, dan tangan yang lemah menyebabkan bola tidak terarah yang berdampak pada masuknya bola menjadi tidak efektif.

Metode

Penelitian ini melakukan penelitian non-eksperimen dengan metode kuantitatif deskriptif. Penelitian deskriptif adalah jenis penelitian yang menggambarkan keadaan yang ada secara objektif (Syahrizal & Jailani, 2023). Penelitian ini menggunakan observasi bersama dengan tes dan pengukuran. Lapangan Basket adalah lokasi penelitian ini.

Tabel 1 Rubrik Indikator teknik lay up

| Instrumen Tes Keterampilan Lay Up | | |
|--|--|------------------|
| Kriteria Penilaian | | |
| Indikator | Uraian Sikap | Penilaian |
| | | Benar Salah |
| A. Gerakan Awalan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Postur tubuh condong ke depan 2. Lutut dalam posisi siap dengan sikap menekuk 3. Pandangan terarah ke ring basket 4. Melangkah dengan langkah pendek 5. Melakukan dribble bola 6. Bahu dalam kondisi rileks | |
| B. Gerakan Pelaksanaan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan tolakan dengan langkah lebar 2. Kepala tegak dengan fokus pandangan ke ring 3. Lutut menekuk dan memberikan dorongan saat melayang 4. Fokus pandangan ke area kotak kecil di papan ring 5. Tangan diluruskan untuk memantulkan bola ke sudut atas kotak papan ring 6. Jari diluruskan mengarah ke basket 7. Menjaga keseimbangan bola pada tangan 8. Menjaga irama lay-up secara konsisten | |
| C. Gerakan Akhiran | <ol style="list-style-type: none"> 1. Lengan dan pergelangan tangan lurus ke arah depan papan ring 2. Posisi jari membentuk sudut 45°-60° ke arah basket 3. Melepaskan bola dengan sentuhan halus menggunakan jari telunjuk 4. Lutut dilenturkan saat mendarat 5. Mendarat dengan dua kaki secara seimbang | |

6. Memastikan bola masuk ke dalam ring
7. Lengan dan pergelangan tangan lurus ke arah depan papan ring

Skala Penilaian

Jika Benar Maka poin 1

Jika salah Maka Poin 0

Hasil Penelitian

Penelitian ini fokus pada menganalisis keterampilan lay up shoot para pemain Together Basketball Club Parepare. Penelitian menguraikan keterampilan lay up shoot melalui tiga fase utama: gerakan awal, gerakan pelaksanaan, dan gerakan akhir. Metode Penelitian: Menggunakan tes lay up shoot, Instrumen pengumpulan data melalui lembar observasi, Analisis data dilakukan dengan metode deskriptif kuantitatif, Menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS versi 20.0 for Windows, Hasil dipaparkan dalam bentuk distribusi frekuensi dan histogram.

Analisis Deskriptif

Temuan Statistik Deskriptif: Skor Terendah: 10 poin, Skor Tertinggi: 20 poin, Rata-rata (Mean): 16.68 poin, Nilai Tengah (Median): 17.00 poin, Modus (Nilai Terbanyak): 19 poin, Standar Deviasi: 2.750 poin, Tujuan utama penelitian adalah mendeskripsikan secara komprehensif keterampilan lay up shoot para pemain basket di klub tersebut melalui pendekatan analisis statistik deskriptif.

Tabel 2. Deskriptif Statistik Analisis Keterampilan lay up shoot dalam permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare

| Statistic | Gerakan awal | Gerakan pelaksanaan | Gerakan akhir | Keterampilan lay up shoot |
|----------------|--------------|---------------------|---------------|---------------------------|
| N | 22 | 22 | 22 | 22 |
| Mean | 5.50 | 7.18 | 3.95 | 16.68 |
| Median | 6.00 | 8.00 | 4.00 | 17.00 |
| Mode | 6 | 8 | 5 | 19 |
| Std, Deviation | 0.964 | 1.181 | 1.397 | 2.750 |
| Minimum | 3 | 5 | 1 | 10 |
| Maksimum | 6 | 8 | 6 | 20 |

Distribusi Frekuensi Tes Keterampilan lay up shoot

Selanjutnya, data disusun menjadi distribusi frekuensi, yang kemudian dimasukkan ke dalam lima kategori berdasarkan nilai rerata dan standar deviasi yang dihasilkan. Analisis keterampilan lay up shoot pemain bola basket di Together Basketball Club Parepare saat bermain bola basket. Tabel berikut menunjukkan perhitungan norma kategorisasi:

Tabel 3. Norma Kategori Keterampilan lay up shoot

| No | Norma | Kategori |
|----|----------------------------------|-------------|
| 1 | $X > M + 1,5 SD$ | Baik Sekali |
| 2 | $M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$ | Baik |
| 3 | $M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$ | Sedang |

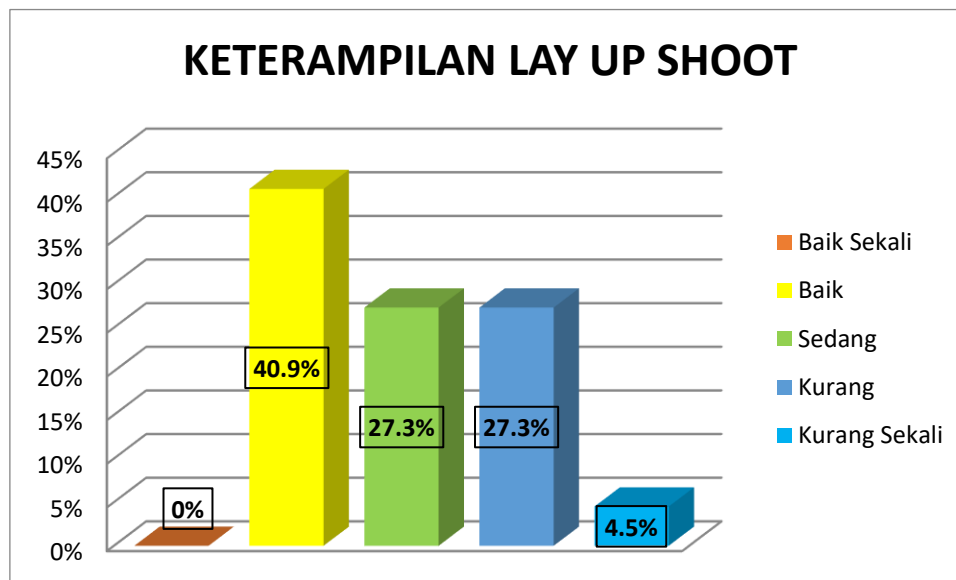
| | | |
|---|----------------------------------|---------------|
| 4 | $M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$ | Kurang |
| 5 | $X \leq M - 1,5 SD$ | Kurang Sekali |

Analisis keterampilan lay up shoot pada pemain bola basket di Together Basketball Club Parepare berdasarkan jenis kelamin disajikan dalam tabel berikut, yang menunjukkan distribusi frekuensi:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Analisis Keterampilan lay up shoot

| No | Interval | Frekuensi | Kategori | Persentase |
|--------|---------------------|-----------|---------------|------------|
| 1 | $20.81 > X$ | 0 | Baik Sekali | 0% |
| 2 | $18.06 < X < 20.81$ | 9 | Baik | 40.9% |
| 3 | $15.31 < X < 18.06$ | 6 | Sedang | 27.3% |
| 4 | $12.56 < X < 15.31$ | 6 | Kurang | 27.3% |
| 5 | $X < 12.56$ | 1 | Kurang Sekali | 4.5% |
| Jumlah | | 22 | | 100% |

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4 tersebut di atas, keterampilan *lay up shoot* dalam permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Keterampilan lay up shoot

Pemain Together Basketball Club Parepare menunjukkan keterampilan lay up shoot mereka dalam permainan bola basket berada pada kategori "kurang sekali" sebesar 4.5% (1 pemain), kategori "sedang" sebesar 27.3% (6 pemain), kategori "baik" sebesar 40.9% (9 pemain), dan kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain) berdasarkan nilai rata-rata 16.68 poin.

Interpretasi hasil penelitian berdasarkan gerak dasar keterampilan lay up shoot dalam

permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare dijelaskan berdasarkan indikator sebagai berikut:

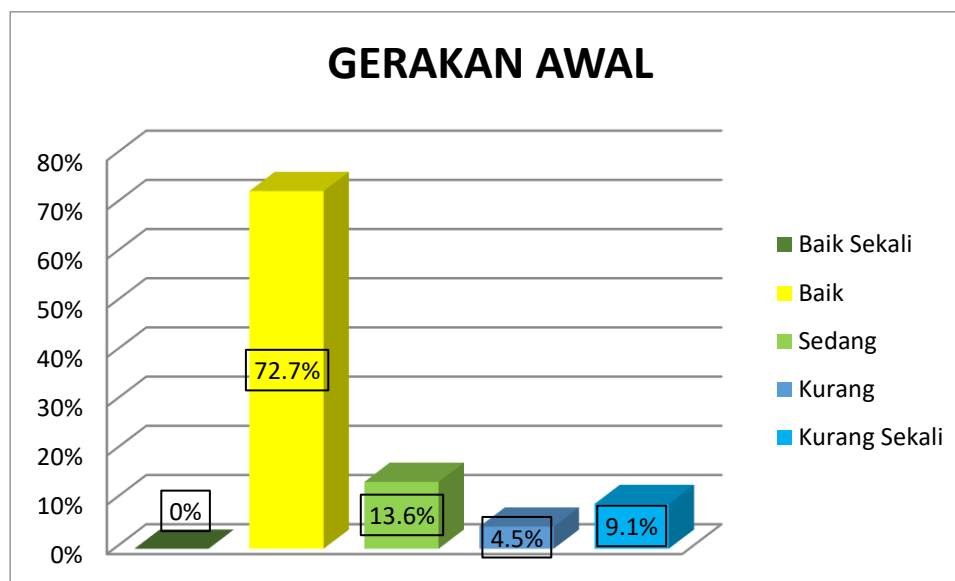
1. Gerakan awal

Deskriptif statistik data hasil penelitian analisis keterampilan lay up shoot dalam permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare. Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, analisis keterampilan lay up shoot dalam permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare berdasarkan gerakan awal disajikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Analisis Keterampilan lay up shoot Berdasarkan Gerakan awal

| No | Interval | Frekuensi | Kategori | Persentase |
|--------|-------------------|-----------|---------------|------------|
| 1 | $6.95 > X$ | 0 | Baik sekali | 0% |
| 2 | $5.98 < X < 6.95$ | 16 | Baik | 72.7% |
| 3 | $5.02 < X < 5.98$ | 3 | Sedang | 13.7% |
| 4 | $4.05 < X < 5.02$ | 1 | Kurang | 4.5% |
| 5 | $X < 4.05$ | 2 | Kurang sekali | 9.1% |
| Jumlah | | 22 | | 100% |

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 5 tersebut di atas, analisis keterampilan lay up shoot dalam permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare, berdasarkan gerakan awal disajikan pada gambar 4.2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Keterampilan lay up shoot Berdasarkan Gerakan awal

Tabel 5 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa, berdasarkan gerakan awal, keterampilan lay up shoot pemain Together Basketball Club Parepare berada pada kategori "kurang sekali" sebesar 0% (0 pemain), kategori "sedang" sebesar 4.5% (1 pemain), kategori "baik" sebesar 13.6% (3 pemain), dan kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain).

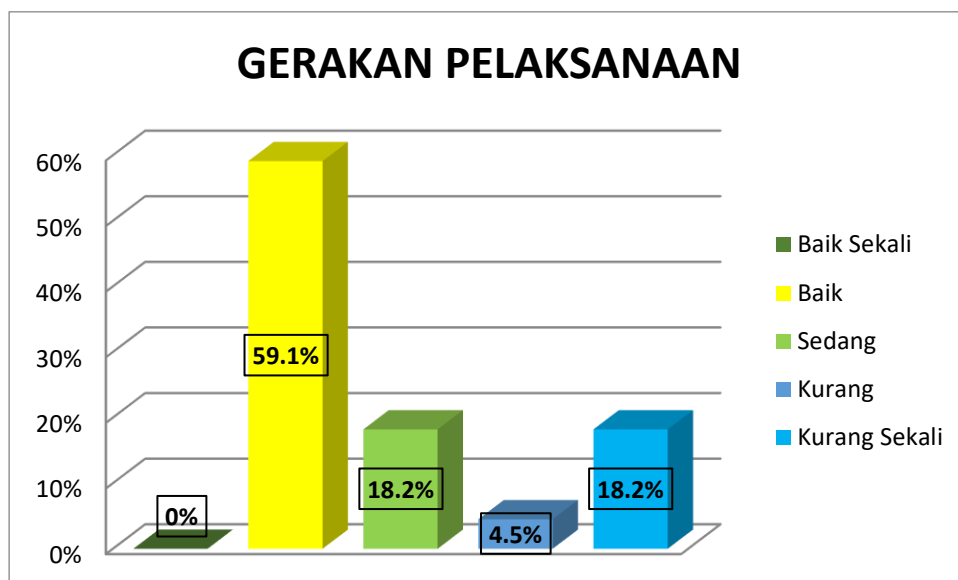
2. Gerakan pelaksanaan

Tabel 6 berikut menunjukkan deskripsi statistik data hasil penelitian analisis keterampilan lay up shoot dalam permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare, yang ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi: Analisis keterampilan lay up shoot berdasarkan gerakan pelaksanaan:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Analisis Keterampilan lay up shoot Berdasarkan Gerakan pelaksanaan

| No | Interval | Frekuensi | Kategori | Persentase |
|--------|-------------------|-----------|---------------|------------|
| 1 | $8.95 > X$ | 0 | Baik sekali | 0% |
| 2 | $7.77 < X < 8.95$ | 13 | Baik | 59.1% |
| 3 | $6.59 < X < 7.77$ | 4 | Sedang | 18.2% |
| 4 | $5.41 < X < 6.59$ | 1 | Kurang | 4.5% |
| 5 | $X < 5.41$ | 4 | Kurang sekali | 18.2% |
| Jumlah | | 22 | | 100% |

Analisis keterampilan lay up shoot pemain Together Basketball Club Parepare berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 6 tersebut di atas, berdasarkan gerakan pelaksanaan disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Keterampilan lay up shoot Berdasarkan Gerakan pelaksanaan

Menurut tabel dan gambar 3 di atas, keterampilan lay up shoot pemain Together Basketball Club Parepare dalam permainan bola basket berada dalam kategori "kurang sekali" sebesar 18,2% (4 pemain), kategori "sedang" sebesar 59,1% (13 pemain), kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain), dan kategori "kurang sekali" sebesar 0% (0 pemain).

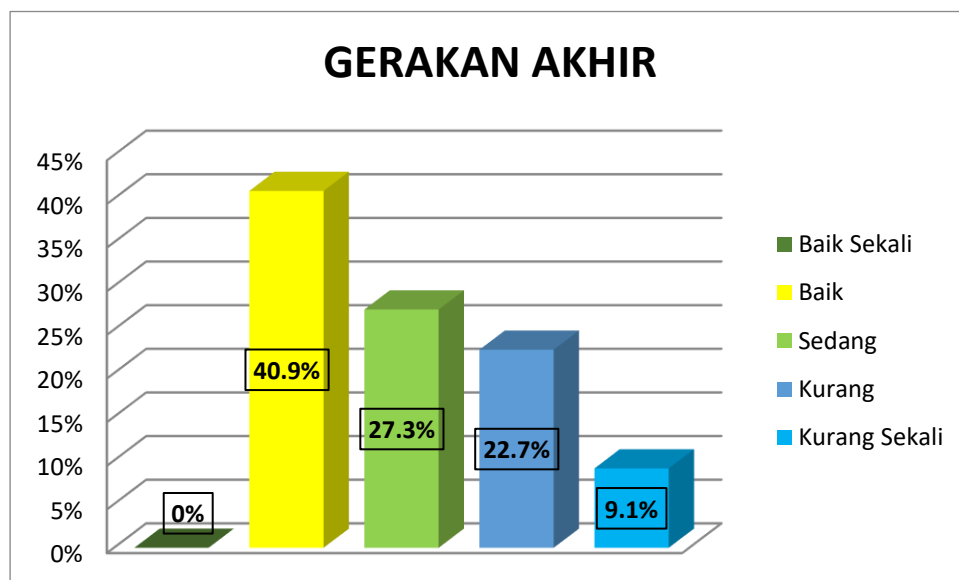
3. Gerakan akhir

Hasil penelitian tentang analisis keterampilan lay up shoot dalam permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare digambarkan dalam distribusi frekuensi sebagai berikut: Tabel 7 menunjukkan analisis statistik data hasil penelitian berdasarkan gerakan akhir:

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Analisis Keterampilan lay up shoot Berdasarkan Gerakan akhir

| No | Interval | Frekuensi | Kategori | Persentase |
|--------|-------------------|-----------|---------------|------------|
| 1 | $6.05 > X$ | 0 | Baik sekali | 0% |
| 2 | $4.65 < X < 6.05$ | 9 | Baik | 40.9% |
| 3 | $3.25 < X < 4.65$ | 6 | Sedang | 27.3% |
| 4 | $1.85 < X < 2.25$ | 5 | Kurang | 22.7% |
| 5 | $X < 1.85$ | 2 | Kurang sekali | 9.1% |
| Jumlah | | 22 | | 100% |

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 7 tersebut di atas, analisis keterampilan lay up shoot dalam permainan bola basket pada pemain Together Basketball Club Parepare, berdasarkan gerakan akhir disajikan pada gambar 4.2 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Keterampilan Lay Up Shoot Berdasarkan Gerakan akhir

Berdasarkan nilai rata-rata 3.95 poin, pemain Together Basketball Club Parepare menunjukkan keterampilan lay up shoot mereka dalam permainan bola basket berdasarkan gerakan akhir. Berdasarkan nilai ini, pemain berada dalam kategori "kurang sekali" sebesar 9.1% (2 pemain), kategori "sedang" sebesar 22.7% (5 pemain), kategori "baik" sebesar 40.9% (9 pemain), dan kategori "baik sekali" sebesar 0% (0 pemain).

Simpulan (Penutup)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemain Together Basketball Club Parepare secara keseluruhan memiliki kemampuan lay up shoot yang cukup baik atau sedang, yang menunjukkan bahwa kemampuan ini dapat membantu pemain dalam bermain bola basket dengan baik. Namun, hasil berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa pemain putri memiliki kemampuan lay up shoot yang cukup, sedangkan pemain putra memiliki kemampuan yang baik. Ini menunjukkan bahwa pemain laki-laki dan perempuan memiliki kemampuan yang berbeda. Jika atlet dapat mengatur kedua kemampuan mereka untuk menggiring bola dan gerakan langkah kaki dengan benar, mereka akan lebih mudah melakukan teknik lay up shoot.

Daftar Pustaka

- Arnaz Anggoro Saputro. (2023). Tingkat Teknik Dasar Bola Basket Klub Golden Ways Jombang. *STAND : Journal Sports Teaching and Development*, 4(1), 9–22. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v4i1.7392>
- Arslan, E., Kilit, B., Clemente, F. M., Murawska-Ciałowicz, E., Soylu, Y., Sogut, M., Akca, F., Gokkaya, M., & Silva, A. F. (2022). Effects of Small-Sided Games Training versus High-Intensity Interval Training Approaches in Young Basketball Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052931>
- Aydogan, A., & Demirok, M. S. (2023). The Effectiveness of Computer Aided Video Modeling in Teaching Basic Basketball Movements to Individuals with Down Syndrome. *Children*, 10(1). <https://doi.org/10.3390/children10010153>
- Cahyadi, P., Susianti, E., & Kurniawan, F. (2022). Optimalisasi Keterampilan Bola Basket Siswa dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 4079–4089.
- Hanafi, S., & Harliawan, M. (2023). *Analisis Keterampilan Menembak Three Point Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 18 Makassar*. 6(November), 105–110.
- Harliawan, M., Dos Santos, M. H., & Okilanda, A. (2021). Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berprestasi Terhadap Kemampuan Lay Up Shoot Permainan Bola Basket Ekstakurikuler Siswa SMP N 1 Watampone. *Jurnal MensSana*, 6(1), 66–74. <https://doi.org/10.24036/menssana.06012021.21>
- Hassan, A. K., Alibrahim, M. S., & Sayed Ahmed, Y. A. R. (2023). The effect of small-sided games using the FIT LIGHT training system on some harmonic abilities and some basic skills of basketball players. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5(January), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1080526>
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2022). Model Latihan Shooting Bola Basket Dengan Modifikasi Ring Pada Anak Usia Sekolah Menengah Pertama. *Journal of Arts and Education*, 2(1), 49–56. <https://doi.org/10.33365/jae.v2i1.69>
- Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, G., & Gharlipour, Z. (2018). *Social Support and Self - Care Behavior Study*. January, 1–6. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Prabowo, R. A., Hita, I. P. A. D., 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. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2253>
- Setiawan, V. (2022). Pengaruh Modifikasi Permainan Bola Basket Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Siswa. *J-KIP (Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan)*, 3(3), 538. <https://doi.org/10.25157/j-kip.v3i3.8966>
- Suardika, I. K., Kadir, S., Haryanto, A. I., & Mile, R. (2024). Integrasi Life Skills pada Program Latihan Bola Basket dalam Rangka Positif Youth Development. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(2), 250–259. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v10i2.3736>
- Susanto, Y. R., & Nurharsono, T. (2022). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Pada Klub Putra Dukun Basketballl Magelang Tahun 2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 243–248. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i1.53437>
- Syahrizal, H., & Jailani, M. S. (2023). Jenis-Jenis Penelitian Dalam Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal QOSIM Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, 1(1), 13–23. <https://doi.org/10.61104/jq.v1i1.49>
- Yuliandra, R., & Fahrizqi, E. B. (2019). Pengembangan Model Latihan Jump Shoot Bola Basket. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(1), 51–55. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i1.750>