

**PENGEMBANGAN ALAT BANTU LATIHAN SHOOTING THREE POINT
“PORTABLE KNEE TOUCH”
DALAM PERMAINAN BOLA BASKET**

Difa Arya Saputra¹ Muh Isna Nurdin Wibisana²

email: Difaaryasaputra1@gmail.com muh.isnanw@gmail.com

Universitas PGRI Semarang

Abstract

In the learning process carried out at Kedungwuni 1 Public Middle School, there was a problem that when shooting free throws or three-point shots, the ball often did not reach the ring or air ball, the air ball itself, which means a throw or shot to score points but did not hit the ring or board. For this reason, an effort is needed through a special method or approach to justify basic shooting techniques and make it easier to shoot and make shooting movements more effective (observation of SMP Negeri 1 Kedungwuni on March 18, 2021). The discussion of research results was utilizing the "Research and Development" methodology. The methods for gathering data here were observation, surveys, interviews, and documentation. From the outcomes obtained from the research "Development of the Three Point Shooting Training Tool "Portable Knee Touch" in Basketball Games" are (a) Internal Test, from several suggestions and input from material experts and media experts, namely (1) clarifying information on the use of the tool portable knee touch so that extracurricular participants are easy to understand. (2) make safety in portable knee touch in order to minimize injury during three point shooting practice. Additionally, based on the outcomes of the data obtained from research by material experts by 83.33% and by media experts by 80%. (b) Preliminary Trial, with the results of respondents that is equal to 78.75%. (c) Small-Scale Trial, with small-scale respondent results of 86.04%, (d) Large-Scale Trial, with large-scale respondent results of 87.36% can be categorized as suitable as a three point shooting training aid in games basketball.

Keywords: Development, Basketball, free throw shooting.

Abstrak

proses pembelajarannya dilakukan di SMP Negeri 1 Kedungwuni didapati masalah bahwa saat melakukan shooting free throw maupun three point shoot sering terjadi bola tidak sampai ke ring atau air ball, air ball itu sendiri yang artinya lemparan atau tembakan untuk mencetak poin tetapi tidak mengenai ring atau papan ring. Untuk itulah diperlukan suatu upaya dengan menggunakan teknik atau pendekatan khusus untuk membenarkan teknik dasar shooting dan mudah melakukan shooting dan mengefektifkan gerakan shooting (observasi SMP Negeri 1 Kedungwuni pada tanggal 18 Maret 2021). Pembahasan hasil penelitian dilakukan dengan teknik pendekatan "Penelitian dan Pengembangan (R&D). Teknik pengumpulan data yang dipergunakan merupakan observasi, wawancara, angket dan dokumentasi. Dari hasil yang didapat dari penelitian "Konstruksi Alat Bantu Latihan Shooting Three Point "Portable Knee Touch" Dalam Permainan Bola basket" adalah (a) Uji Internal, dari beberapa rekomendasi dan komentar dari pakar materi dan ahli alat yaitu (1) memperjelas informasi penggunaan alat portable knee touch agar peserta ekstrakurikuler mudah untuk memahami. (2) membuat pengaman di portable knee touch agar meminimalisasi cedera saat latihan shooting three point. Serta dari hasil data yang didapatkan dari penemu ahli materi sebesar 83,33% dan media sebesar 80%. (b) Uji Coba Awal, dengan hasil responden yaitu sebesar 78,75%. (c) Eksperimen Skala Kecil, dengan hasil responden skala kecil sebesar 86,04%, (d) eksperimen Skala Besar, dengan hasil partisipan skala besar sebesar 87,36% dapat diklasifikasikan sebagai sangat berguna sebagai sarana pendukung dalam latihan shooting three point dalam permainan bola basket.

Kata kunci: Pengembangan, Bola basket, shooting free throw

PENDAHULUAN

Saat ini, dalam era modern, bola basket menjadi salah satu olahraga yang sangat populer dan disenangi oleh banyak orang, terutama di Indonesia. Meskipun awalnya bola basket lebih sering dimainkan oleh kaum muda sebagian besar pemainnya adalah laki-laki, namun pada masa kini, bidang olahraga telah mengalami perubahan yang signifikan. Wanita dan anak-anak yang akan memasuki masa remaja menunjukkan minat yang tinggi terhadap olahraga bola basket. Bola basket telah menjadi favorit di kalangan pelajar, berawal dari tingkat sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, hingga tingkat mahasiswa (Indra Dharma, 2018: 27).

Bola basket adalah sebuah cabang olahraga yang melibatkan permainan bola besar dapat dijelaskan sebagai olahraga yang menggunakan bola berukuran besar dalam pelaksanaannya yang dimainkan oleh dua tim, di mana setiap regu terdiri dari lima orang pemain. Olahraga ini telah mencapai tingkat popularitas yang sangat tinggi dan menjadi favorit banyak orang. Bola basket telah berkembang pesat dan diminati oleh berbagai tingkatan masyarakat, dari anak-anak hingga orang tua, dan tidak memandang gender atau latar belakang sosial. Baik di kota maupun di desa, permainan bola basket memberikan berbagai manfaat, terutama untuk pertumbuhan fisik, mental, dan sosial yang positif.

Olahraga bola basket juga memiliki tujuan untuk mencapai prestasi maksimal, dan pemerintah pun memberikan perhatian khusus dalam pengembangan olahraga yang berfokus pada pencapaian prestasi tersebut.

Adapun Menurut Hadjarati (2011:34) *shooting* dalam permainan bola basket mengacu pada upaya untuk Parafrase dari kalimat tersebut adalah mengirim bola masuk ke dalam keranjang atau ring lawan guna mencetak poin.

Dalam permainan ini, setiap tim dituntut untuk mencetak sebanyak mungkin poin ke keranjang lawan, sambil menghalangi lawan untuk melakukan hal yang serupa. Menembak

atau shooting merupakan keterampilan yang sangat vital dalam bola basket, meskipun metode dasar seperti operan, menggiring, bertahan, dan *rebounding* juga harus dipegang kendali. Namun, kemampuan menembak (*shooting*) memiliki potensi untuk mengatasi kelemahan dalam teknik dasar lainnya.

Shooting adalah upaya untuk meraih poin dengan melemparkan bola ke keranjang. Terdapat berbagai macam cara yang digunakan untuk melempar bola, disesuaikan dengan kondisi permainan. Shooting memiliki beberapa macam yang umum diterapkan, seperti *set shot*, *lay up*, *underhanded lay up*, dan *jump shoot*. *Underhanded* termasuk pengembangan dari metode dasar *lay up*.

Three point shoot merupakan metode tembakan tiga angka. Tembakan ini biasanya hanya digunakan di luar garis yang bernilai tiga angka.

Menurut Elul (dalam Indah Permatasari, 2020:8) teknologi merupakan pionir dalam berbagai aspek kehidupan manusia dan memiliki ciri khas rasional dalam meningkatkan efektivitas dalam segala aspek kegiatan. Seorang ahli memiliki tujuan untuk menciptakan sebuah perangkat baru yang dapat memberikan efektivitas dampak positif terhadap pelatih dan atlet dalam melakukan. dan atlet dalam melakukan kegiatannya. meningkatkan *shooting three point shoot*.

SMP Negeri 1 Kedungwuni Sekolah menengah pertama tersebut menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler bola basket untuk memberikan kesempatan tambahan bagi semua siswa dalam mengikuti aktivitas di luar jam pelajaran. Adanya kegiatan ekstrakurikuler ini memiliki banyak manfaat, fungsi, dan tujuan. Salah satunya adalah sebagai tempat untuk mengekspresikan hobi., minat, dan bakat peserta didik secara positif. Kegiatan tersebut juga dapat membantu mengasah ketrampilan, mengembangkan inovasi, memupuk semangat sportif, serta mengembangkan rasa percaya diri dan hal-hal lain yang bermanfaat bagi perkembangan mereka. Hal ini juga berlaku untuk kegiatan ekstrakurikuler di kampus, di mana para mahasiswa memiliki kesempatan untuk mengembangkan diri melalui berbagai

kegiatan positif di luar kegiatan akademis.sebagainya (profil SMP Negeri 1 Kedungwuni).

Pada tahap observasi awal penelitian, peneliti mengobservasi proses pembelajaran yang sedang berjalan di SMP Negeri 1 Kedungwuni didapati masalah bahwa saat melakukan *shooting free throw* maupun *three point shoot* sering terjadi bola tidak sampai ke ring atau *air ball*, *air ball* itu sendiri yang artinya lemparan atau tembakan untuk mencetak poin tetapi tidak mengenai ring atau papan ring. Untuk itulah diperlukan suatu usaha melalui pendekatan atau metode khusus guna membenarkan teknik dasar *shooting* dan memperjelas melakukan *shooting* dan mengefektifkan gerakan *shooting* (observasi SMP Negeri 1 Kedungwuni pada tanggal 18 Maret 2021).

KAJIAN PUSTAKA

1. Bola basket

Menurut Perbasi (2010) Bola basket merupakan olahraga permainan yang melibatkan penggunaan bola besar yang dimainkan oleh dua regu, dengan masing-masing tim terdiri dari lima orang. Target utama dari masing-masing tim upaya mencetak poin dengan memasukan bola ke *ring* lawan dan sekaligus menghalangi tim lawan meraih poin. Selama pertandingan, jalannya permainan dikontrol oleh wasit, petugas meja.

2. Pengembangan

Meningkatkan merupakan proses yang digunakan untuk meningkatkan dan menguji validitas suatu produk pendidikan. Penelitian ini mengadopsi sebuah siklus dengan tahapan-tahapan yang terdefinisi. Tahapan-tahapan penelitian atau proses pengembangan mencakup analisis temuan penelitian terkait produk yang akan dikembangkan, meningkatkan produk berdasarkan hasil analisis tersebut, uji coba lapangan yang sesuai dengan situasi penggunaan hasil, dan revisi berdasarkan produk uji lapangan. (Setyosari, 2013: 222-223)

3. *Shooting Bola basket*

Dalam permainan bola basket, diperlukan kemampuan dan kerja sama tim, sehingga setiap pemain wajib memiliki keterampilan yang dikuasai. ketrampilan dasar seperti *dribbling*, *passing*, *shooting*, dan *rebound* (Varghese, 204:134). Ketrampilan menembak bola memiliki peran yang sangat vital dalam permainan ini karena poin diperoleh dari berhasilnya mencetak poin ke dalam keranjang musuh, sehingga menentukan hasil kemenangan atau kekalahan tim (Adefriesta, 2020:3). Menurut Nuril Ahmad dalam Yuliana Siti Barokah (2020: 9), menembak memiliki beberapa teknik yang dapat dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan dan layup.

4. *Shooting Three Point*

Tembakan *Three Point Shoot* (tembakan tiga angka) adalah jenis tembakan yang sulit untuk dilakukan, namun mendapatkan nilai poin tertinggi dibandingkan dengan tembakan-tembakan lainnya dalam permainan bola basket. Setiap kali bola masuk ke dalam *ring* melalui tembakan ini, tim berhasil mencetak tiga angka secara langsung. Mencetak tiga angka tersebut menjadi prioritas untuk meningkatkan total angka tim. Dalam situasi tertinggal, tim akan mengandalkan tembakan *Three Point Shoot* merupakan senjata untuk mengejar ketertinggalan dan meningkatkan perolehan poin.

Pembinaan dan pengembangan olahraga guna memenuhi target dipuncak pencapaian seorang atlet biasanya dilaksanakan atau dipupuk sedini mungkin, hal ini berlangsung pada periode anak usia anak kurang lebih 6 tahun, hingga 14 tahun, pada artinya pembinaan termasuk kedalam tahap dari kebijakan nasional. Dan hal ini tidak dapat dipungkiri apabila ingin atlet menjadi maksimal dalam perkembangannya. (Said Junaidi, 2003: 1). Hal yang paling vital dalam memaksimalkan kegiatan olahraga yaitu dengan pembinaan sejak kecil dengan serius.

5. Karakteristik siswa SMP

Anak-anak usia SMP berada pada periode perkembangan pubertas, yang biasanya terjadi antara usia 10-14 tahun. Masa remaja, yang berlangsung dari usia 12-21 tahun, merupakan fase transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa. Karakteristik khas dari peserta didik pada usia SMP/SMA sering disebut sebagai pencarian jati diri atau *ego identity* (Desmita, 2014). Biasanya, ketika memasuki Sekolah Menengah Pertama (SMP), mereka mengalami fase awal masa remaja setelah menyelesaikan pendidikan di Sekolah Dasar. Fase remaja awal ini berlangsung antara usia 10-14 tahun. Menurut Syamsul Yusuf (2004), masa sekolah menengah ini bersamaan dengan masa remaja. Masa remaja menarik perhatian karena memiliki karakteristik khusus dan berperan penting dalam

membentuk kehidupan individu dalam masyarakat dewasa. Masa remaja awal atau masa pubertas

dianggap sebagai periode yang unik dan istimewa karena adanya faktor perkembangan yang tidak terjadi pada tahap lain dalam kehidupan.

6. *Portable Knee Touch Media Shooting Three Point*

Perantara atau sarana untuk digunakan untuk mengantarkan pesan atau berita. Selain itu, media juga dapat berupa benda atau alat yang dapat memengaruhi, dilihat, dibaca, atau dibicarakan, serta digunakan sebagai teknik dalam berbagai agenda (Nanang Fatah dalam Yuliana Siti Barokah 2020: 20). Dalam permainan bola basket, *knee touch* digunakan sebagai penahan lutut yang dapat berfungsi sebagai media latihan shooting. Sementara itu, *portable knee touch* merujuk pada benda berbentuk huruf "T" yang digunakan sebagai alat berkolaborasi antara guru dan murid dalam usaha pembelajaran teknik *shooting* bola basket. Alat *portable knee touch* dirancang khusus untuk melatih kemampuan *shooting three-point*. Alat ini terbuat dari pipa paralon dengan ukuran $\frac{3}{4}$ dan 1 inci. Hasil dari penulis dapat digunakan sebagai alat bantu latihan *shooting three-point* bagi para pemain selama sesi latihan.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti memilih metode penelitian "Penelitian dan Pengembangan" (*Research and Development*) sebagai pendekatan utama. Sugiyono (2016: 407) mendefinisikan teknik ini sebagai suatu cara penelitian yang bertujuan untuk menghasilkan hasil tertentu dan menguji tingkat efektivitas hasil tersebut.. Menurut Borg and Gall (1989), *Research and Development* adalah suatu proses yang digunakan untuk meningkatkan dan memvalidasi hasil pendidikan. Produk dari penelitian pengembangan tidak hanya mencakup pengembangan hasil yang sudah ada, tetapi juga bermaksud menemukan pengetahuan atau jawaban atas permasalahan yang dihadapi. Dalam peneliti *Research and Development* ini, peneliti menggunakan pendekatan tersebut untuk menghasilkan sebuah alat *shooting three-point* yang dinamakan *portable knee touch*. Penelitian dilaksanakan di Kabupaten Pekalongan, khususnya di SMP Negeri 1 Kedungwuni. Waktu peneliti melakukan pada tanggal 2022 Populasi yang dipergunakan disini ialah para siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Kedungwuni, untuk sampelnya sendiri Pengujian skala kecil dilakukan oleh 20 siswa (10 putra dan 10 putri) ekstrakurikuler SMP Muhammadiyah Pekajangan. Dalam penelitian jenis ini, instrumen yang paling utama yaitu peneliti namun kemudian setelah mengetahui fokus dan tujuan penelitian ada kemungkinan akan terus mengalami pengembangan dari alat pengumpul data tersebut. Seperti halnya penelitian kualitatif, yang dipergunakan ialah observasi, pedoman wawancara, dan dokumentasi.

Metode Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan oleh penulis upaya mengumpulkan data pada saat uji coba merupakan observasi. Sugiyono (2015: 145) mengartikan observasi sebagai tindakan melakukan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap objek penelitian. Survei ini bertujuan untuk mendapatkan berita perihal pemain selama proses latihan. Prosedur rencana observasi meliputi menentukan topik observasi, mencatat hal-hal penting, dan mencari data yang diperlukan untuk perbaikan produk yang sedang dikembangkan.

Teknik Analisis Data

Teknik pengumpulan data didampingi oleh para ahli dalam bidang materi dan media yang merupakan dosen dengan teknik sebagai berikut.

- Teknik Untuk mengetahui pendapat responden tentang produk alat *portable knee touch*, peneliti menggunakan teknik angket atau kuisioner.
- Metode Upaya memahami masalah dalam teknik dasar latihan *shooting three point* dengan menggunakan alat *portable knee touch*, peneliti menggunakan teknik wawancara.
- Teknik Untuk memahami situasi di lapangan, peneliti menggunakan Teknik observasi.

Selanjutnya, dalam menganalisis data, peneliti menggunakan lembar observasi untuk mencatat kekurangan produk. Rumus perhitungan kelayakan produk merujuk pada metode yangtelah ditetapkan. dijelaskan oleh Sugiyono (2013: 559) dan berikut adalah rumus yang digunakan: [rincian rumus perhitungan kelayakan ditulis di sini sesuai dengan yang ada pada referensi yangdigunakan].
$$Rumus = \frac{SH}{SM} \times 100$$

SM

Catatan:

SH = Skor Hitung

SM = Skor Maksimal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Diskripsi Produk Atas Jawaban Rumusan Masalah

Pembuatan alat ini pada awal nya terpikirkan pada tanggal 18 Maret 2022 di SMP Negeri 1 Kedungwuni karena suatu masalah saat latihan *shooting* dalam *balance* memperbaiki posisi lutut kaki,

peneliti mencoba mencari solusi dalam membuat alat yg di buat menggunakan paralon diameter 3/4cm

dan disatukan dengan diameter 4cm dijadikan alat portable lalu dalam penyusunan proposal dan penelitian pada tanggal 12 Juli 2022. Pembuatan produk ini melibatkan kolaborasi beberapa ahli, termasuk ahli materi, ahli media, dan atlet (responden). Maksud keterlibatan mereka merupakan upaya mengidentifikasi kekurangan dalam produk ini sehingga dapat diperbaiki dan dihasilkan dengan seefisien mungkin. Alat latihan *shooting* yang dibuat ini dimaksudkan untuk digunakan dalam proses latihan permainan bola basket dan memiliki potensi untuk terus dikembangkan menjadi berbagai bentuk atau variasi menarik, sehingga alat ini terus mengalami perkembangan.

PEMBAHASAN

Pada tahap awal pengembangan, alat *portable knee touch* didesain dan diproduksi sebagai alat bantu latihan *shooting three point* dalam bola basket untuk meningkatkan efektivitas latihan shooting three point di masa depan. Proses pengembangan melibatkan Prosedur penelitian dan pengembangan mencakup tahap perencanaan, produksi, dan evaluasi. Setelah tahap produksi selesai dan produk awal dihasilkan, langkah selanjutnya adalah melakukan evaluasi, dilakukan evaluasi oleh para peneliti melalui validasi ahli materi, serta diujicoba kepada beberapa siswa ekstrakurikuler bola basket. Berikutnya, proses penelitian melibatkan eksperimen awal, eksperimen utama, dan eksperimen operasional untuk mengoptimalkan kinerja produk.

1. Evaluasi oleh para ahli dalam bidang materi.

Produk evaluasi lembar observasi yang dilakukan oleh peneliti materi menunjukkan tahap kelayakan sebesar 83,33% yang berarti peneliti pengembangan alat bantu latihan *portable knee touch* layak digunakan dalam proses latihan *shooting three point*.

2. . Evaluasi oleh para prnrliti dalam bidang media.

Data dari proses validasi oleh ahli media menggunakan upaya melakukan revisi terhadap hasil awal. Selama proses validasi, ahli media memberikan arahan dan masukan mengenai alat bantu latihan *portable knee touch*. Berdasarkan hasil data, saran, dan masukan yang diberikan

oleh ahli media, dilakukan perbaikan kualitas alat bantu latihan *portable knee touch* hingga mencapai tingkat yang siap digunakan dalam eksperimen awal, eksperimen utama, dan eksperimen operasional. Produk eksperimen kepada ahli menunjukkan tahap relevansi dalam media sekitar 80,00%.

3. Evaluasi oleh responden atau siswa ekstrakurikuler.

a. Eksperimen skala kecil

Berdasarkan hasil evaluasi dari peserta dalam penelitian skala kecil mengenai alat bantu latihan *portable knee touch*, sebanyak 86,04% responden menyatakan bahwa data yang diperoleh dapat dikategorikan sebagai layak digunakan untuk latihan pada tahap berikutnya..

b. Eksperimen skala besar

Berdasarkan produk evaluasi dari peserta dalam penelitian skala kecil mengenai alat bantu latihan *portable knee touch*, sebanyak 87,36% responden menyatakan bahwa data yang diperoleh dapat dikategorikan sebagai layak digunakan untuk latihan shooting three point.

SIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tersebut "Pengembangan Alat Bantu Latihan Shooting Three Point 'Portable Knee Touch' Dalam Permainan Bola basket," terdapat beberapa temuan dalam uji internal. Berdasarkan beberapa saran dan masukan dari ahli materi media adalah sebagai berikut dibawah ini:

1. Memperjelas informasi penggunaan alat *portable knee touch* agar peserta ekstrakurikuler dapat lebih mudah memahaminya.

2. Menambahkan pengaman di *portable knee touch* untuk meminimalisasi risiko cedera saat melakukan latihan shooting three point. Serta dari hasil data yang didapatkan dari penelitian dalam uji internal hasil evaluasi oleh ahli materi sebesar 83,33% dan ahli media sebesar 80%. (b) Uji Coba Awal, dengan hasil responden yaitu sebesar 78,75%. (c) eksperimen

Skala Kecil, dengan hasil peserta skala kecil sebesar 86,04%, (d) eksperimen Skala Besar, dengan hasil responden skala besar sebesar 87,36% digolongkan layak digunakan sebagai alat bantu tahap *shooting three point* permainan bola basket.

B. SARAN

Diketahui dari hasil penelitian bahwa "Pengembangan Alat Bantu" Latihan *Shooting Three Point 'Portable Knee Touch'* telah dianggap layak dan telah divalidasi oleh ahli materi dan penelitian media, berikut merupakan beberapa saran yang dapat diajukan:

1. Ekstrakurikuler bola basket, pelatih dapat menggunakan alat *portable knee touch* sebagai macam dalam proses Latihan
2. Siswa dapat memanfaatkan alat *portable knee touch* semaksimal mungkin pada saat latihan *shooting three point*
3. Para ahli dalam pengembangan alat dapat menguji tingkat efektivitasnya dalam latihan dengan melakukan penelitian-penelitian terhadap pengembangan alat bantu latihan seperti *portable knee touch* dalam permainan bola basket. Selain itu, mereka dapat menciptakan alat bantu latihan ataupun alat-alat olahraga kepelatihan lainnya yang lebih bervariasi untuk meningkatkan kualitas latihan.
4. Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, jangan sungkan untuk menentukan topik skripsi yang terkait dengan penelitian pengembangan. Suatu penelitian pengembangan dianggap baik atau tidak ditentukan oleh bagaimana pengembangannya dilakukan dan seberapa praktis hasilnya dalam penggunaan. Selain itu, ketersediaan alat dan tempat di mana penelitian tersebut dijalankan juga memainkan peran penting dalam menilai kelayakan penelitian tersebut.
5. Mahasiswa kepelatihan atau dari *program study* lain yang memiliki minat dan hobi dalam bidang olahraga bola basket diharapkan dapat mengembangkan alat *portable knee touch* supaya lebih menarik dan efektif.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurahman, M. H., 2021. *Pengembangan Alat Spin Ball Untuk Batting Softball*. Semarang. Skripsi:

Universitas PGRI Semarang.

- Adefriesta Panji Lesta Sungkawa, H. 2020. *Pengaruh Akurasi Jump Shoot dan Lay Up Shoot Terhadap Ketepatan Hasil Shooting Bola pada Cabang Olahraga Bola basket*. Jurnal Ilmiah Sosial. Vol. 2(1), Hal. 1-7
- Chistiyah., I. dkk. 2021. *Pengembangan Alat Bantu Latihan Shooting dengan Aplikasi My Basketball Coach Berbasis Android*. Journal of Sport Coaching and Physical Education. Vol. 6 (1), Hal.11-19.
- Barokah, Y. S., 2020. *Pengembangan Alat Bantu Latihan Shooting Free Throw Menggunakan Portable Wall Shoot Dalam Permainan Bola basket*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Dharma, Indra. 2018. *Manfaat Permainan Bola basket Untuk Anak Usia Dini*. Jurnal Prestasi. Vol. 2 (3), Hal. 27-33
- Hadjarati. 2011. *Bola basket*. Yogyakarta:Gramedia.
- Nasution, W. N., 2017. *Strategi Pembelajaran*. Medan: Perdana Publishing
- Indria, dkk., 2014. *Pengembangan Model Latihan Pliometrik Three Point Shoot Bola basket Menggunakan Stimulasi Pleksus Brakhialis Pada Siswa Ektrakurikuler di SMA*. Jurnal Sport Science. Vol. 4 (1), Hal. 43-48