

Pengembangan Media Buku Saku Penanganan Cedera Dan Macam-Macam Cedera Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Putra SMAN 1 Gondang

Yoga Manggala Tikna¹, Henri Gunawan Pratama²✉

^{1,2} Penjaskesrek , STKIP PGRI TRenggalek, Jawa Timur, Indonesia
Email: henrigunawan92@gmail.com

Info Artikel

Kata Kunci:

Cedera , Ekstrakurikuller, Media Buku Saku , Pengembangan

Keywords:

Injury, Extracurricular, Pocket Book Media, Development

Abstrak

Secara umum cedera dapat terjadi kapan saja dan di mana saja begitupun sulit untuk dihindari. Pengetahuan mengenai penanganan cedera olahraga dan macam-macamnya cedera dalam berolahraga sangat penting untuk siswa ataupun pelatih dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga atau dalam aktivitas fisik sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan suatu produk sumber belajar yaitu berupa media buku saku dalam memperkenalkan pengetahuan terkait penanganan cedera olahraga dan macam-macam cedera dalam berolahraga untuk siswa SMA. Pada penelitian ini menggunakan prosedur atau model penelitian ADDIE. Model pengembangan ADDIE adalah salah satu model desain sistem pembelajaran yang memperlihatkan tahapan-tahapan dasar untuk mengembangkan dan memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan. Teknis analisis data yang digunakan di dalam penelitian ini adalah kualitatif. Kualitatif diperoleh berdasarkan observasi dan Kuesioner menggunakan Skala Likert. Selanjutnya dalam pengolahan data yang bersifat persentase. Hasil penelitian dan pengembangan buku saku dengan pokok bahasan materi penanganan cedera dan macam-macam cedera ini dikategorikan layak. Berdasarkan uji coba kelompok kecil diperoleh hasil 80,2%. Sedangkan berdasarkan uji coba kelompok besar diperoleh 85,3%. Secara keseluruhan media buku saku ini telah dinyatakan layak digunakan dalam meningkatkan pengetahuan siswa dalam penanganan cedera dan macam-macam cedera olahraga untuk siswa SMA setelah melalui dua tahap uji coba

Abstract

In general, injuries can occur anytime and anywhere and are difficult to avoid. Knowledge of handling sports injuries and the types of injuries in sports is very important for students or coaches in extracurricular sports activities or in daily physical activities. This study aims to produce a learning resource product in the form of pocket book media in introducing knowledge related to handling sports injuries and various injuries in sports for high school students. In this study using the ADDIE research procedure or model. The ADDIE development model is one of the learning system design models that shows the basic stages for developing and validating products used in education. The data analysis technique used in this research is qualitative. Qualitatively obtained based on observations and questionnaires using a Likert Scale. Furthermore, in the processing of data that is a percentage. The results of research and development of a pocket book with the subject matter of handling injuries and types of injuries are categorized as feasible. Based on the small group trial, the result was 80.2%. Meanwhile, based on the large group trial, it was obtained 85.3%. Overall, this pocket book media has been declared suitable to be used in increasing students'

knowledge in handling injuries and various sports injuries for high school students after going through two stages of trials..

© 2021 Author

✉ Alamat korespondensi:
Jl. Supriyadi no 22 Trenggalek
E-mail: henrigunawan92@gmail.com

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan salah satu tempat dimana seseorang dapat memanfaatkannya untuk mencari atau menuntut ilmu pengetahuan baik secara teroris maupun praktis (Nurchayyo, 2013). Sehingga dalam kegiatan belajar ini terdapat salah satunya kegiatan ekstrakurikuler yang mempunyai sebuah karakteristik tersendiri dan berbeda dengan kegiatan pelajaran yang ada diluar jam pelajaran sekolah lainnya, sehingga membawa konsekuensi tersendiri pada perbedaan alur proses kegiatan diluar jam pelajaran sekolah. Maka daripada itu, aktivitas yang diberikan hendaknya mampu memberikan kesempatan agar anak aktif dan kreatif, serta mampu mengembangkan potensi dan motorik anak (Anam & Scesiarriya, 2020). Sehingga kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan bagian salah satu dari kegiatan aktivitas siswa diluar jam pelajaran sekolah yang ada disetiap jenjang meliputi baik Sekolah Dasar (SD) atau sederajat sampai dengan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau sederajat.

Menurut (Hendra & Hariyadi, 2020) Pembelajaran pendidikan jasmani mempunyai kepentingan yang sama seperti progam pendidikan lainnya serta mempunyai lingkungan pembelajaran yang sama seperti afektif, kognitif dan psikomotor, akan tetapi pembelajaran pendidikan jasmani mengacu pembelajaran ke aspek psikomotor anak, untuk meningkatkan kebugaran serta keterampilan gerak anak.

Ekstrakurikuler yang bermakna dimaksudkan untuk memberikan ilmu pengetahuan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, hal tersebut menandakan bahwa pembelajaran tidak boleh hanya sekedar konsep dan teori (Edukatif & Alam, 2018). Sehingga dalam ekstrakurikuler olahraga dapat bermakna sesuai tujuan dari progam pelatih yang telah diprogramkan. Ekstrakurikuler bola basket adalah kegiatan yang di luar struktur program dilaksanakan di luar jam pelajaran

diselenggarakan untuk menambah kemampuan dan meningkatkan prestasi siswa yang mempunyai bakat, minat dan kemampuan dalam olahraga bola basket yang dilaksanakan 2-3 kali seminggu dengan durasi kurang lebih 90 menit (Djafri, 2008; Hardianus, 2014; Hastuti, 2008) dalam jurnal (Putro et al., 2018).

Dalam lingkup sekolah menengah banyak sekolah yang memfasilitasi olahraga bola basket bagi para siswanya dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler (Putro et al., 2018). Karena salah satu tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler olahraga basket yaitu meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan serta perilaku pola hidup sehat dan aktif dalam menggunakan kecerdasan emosi.

Dalam proses kegiatan aktivitas ekstrakurikuler olahraga yang di jalankan oleh siswa di sekolah khususnya pada hal praktek olahraga terdapat Aktivitas Kebugaran Jasmani, yang kemungkinan bisa membuat siswa mengalami hal kecelakaan atau cedera dalam menjalankan kegiatan Aktivitas Kebugaran Jasmani tersebut (Diana Darmawati et al., 2017). Kejadian cedera olahraga yang sering dialami oleh siswa sangat bermacam-macam bentuknya baik dari tubuh tingkat yang paling ringan berupa luka lecet, nyeri, lelah dan lesu bahkan sampai pingsan berkepanjangan sampai yang paling berat berupa tidak berfungsinya alat gerak karena cedera otot atau patah tulang yang dialami siswa.

Cedera biasanya mempunyai ciri-ciri, adanya rasa sakit, pembengkakan, kram, memar, kekakuan dan adanya pembatasan gerak sendi serta berkurangnya kekuatan pada daerah yang mengalami cedera tersebut (Khadavi & Ulfah, 2019). Menurut (Sukarmin, 2006) kecelakaan dalam proses kegiatan ekstrakurikuler dapat mengakibatkan siswa mengalami kerugian materi, kehilangan waktu, cedera, cacat, atau bahkan kematian.

Media merupakan Bukan suatu pokok kewajiban pelatih yang memiliki kemampuan terhadap penanganan cedera dalam pertolongan dan perawatan cedera di luar jam kegiatan pelajaran sekolah, melainkan pelatih juga dituntut mengerti untuk cara menangani jika terjadi cedera olahraga pada siswa yang terjadi di luar jam kegiatan pelajaran sekolah. Media diharapkan memiliki peranan penting dalam memperkuat kinerja secara akademik dan menyediakan gambaran nyata dan pengalaman yang baik (Sanusi et al., 2020). dan salah satu media yang ada yaitu media buku saku.

Dengan media buku saku yang mudah di cetak serta berukuran kecil dan tidak perlu memakan tempat yang lebih untuk menggunakannya, siswa bisa lebih fokus untuk mempelajarinya karena media buku saku mempunyai uraian yang tidak terlalu panjang serta ada gambar yang berwarna-warni menarik untuk dipelajarinya sehingga mudah di bawa kemanapun dan dimanapun bisa bermanfaat bagi siswa (Yuliandra & Fahrizqi, 2019). Media bisa berfungsi dengan baik jika dapat diakses dengan mudah oleh penggunanya. Media cetak, meskipun yang terkesan tidak canggih dan bukan hasil dari teknologi terbaru, merupakan media yang mudah diakses dan dibawa kemana saja jika ukurannya disesuaikan. Buku merupakan salah bentuk media cetak yang familiar bagi siswa, hampir seluruh kalangan siswa mampu menggunakan buku asalkan memiliki kemampuan membaca yang baik.

Dengan ditentukannya jenis pengembangan di atas, buku saku merupakan media yang cocok untuk digunakan. Buku saku dapat digunakan sebagai sumber pengetahuan untuk siswa dan pelatih sehingga bisa dibaca dimana saja dan kapan saja tanpa memakan banyak waktu. Selain itu berdasarkan dari hasil penelitian pengembangan yang bertujuan menghasilkan produk model permainan sepakbola empat gawang untuk pembelajaran pendidikan jasmani dapat digunakan sebagai alternatif model permainan dan efektif digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Yorganci, 2018)

Berdasarkan hasil studi analisis yang peneliti lakukan dengan observasi dan kuesioner terbuka untuk siswa dan pelatih ekstrakurikuler olahraga basket di Sman 1 Gondang peneliti memperoleh data bahwasannya dalam melatih ekstrakurikuler membutuhkan suatu media berupa buku saku untuk meningkatkan pemahaman siswa terkait penanganan cedera dan macam-macam cedera pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMAN 1 Gondang.

METODE

Menurut (Maksum, 2012) metode penelitian dan pengembangan (*Research and Development/R&D*) merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk baru dan selanjutnya menguji keefektifan produk tersebut. Penelitian ini menggunakan model desain pembelajaran yang sifatnya lebih generik yaitu model ADDIE. Menurut Branch (2009) dalam jurnal (Putro et al., 2018), model pengembangan ADDIE adalah salah satu model desain sistem pembelajaran yang memperlihatkan tahapan-tahapan dasar untuk mengembangkan dan memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan. ADDIE adalah singkatan dari (*Analysis Design Development Implementation Evaluation*).

Salah satu fungsi dari model ADDIE yaitu menjadi pedoman dalam membangun perangkat dan infrastruktur program pelatihan yang efektif, dinamis dan mendukung kinerja pelatihan itu sendiri. Yang dimaksud pelatihan dalam konteks ini adalah pembelajaran. Oleh sebab itu, penelitian ini menggunakan model pengembangan ADDIE dalam mengembangkan Produk media buku saku penanganan cedera dan macam-macam cedera sesuai dengan karakteristik penelitian dan desain pembelajaran yang diterapkan di sekolah. Uji coba dalam produk pengembangan dapat dilakukan dalam dua tahap yaitu uji kelompok kecil dan uji kelompok besar.

Namun peneliti akan melaksanakan pada uji kelompok kecil, untuk mengetahui kelayakan produk buku saku yang telah dibuat. Sebelumnya, peneliti akan melakukan uji coba

koesioner dan validitas terhadap produk yang telah dikembangkan. Setelah melewati rangkaian tahap uji coba tersebut kemudian peneliti melakukan analisis dan revisi produk media buku saku. Untuk selanjutnya melaksanakan uji coba terbatas kepada siswa SMAN 1 Gondang yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola basket.

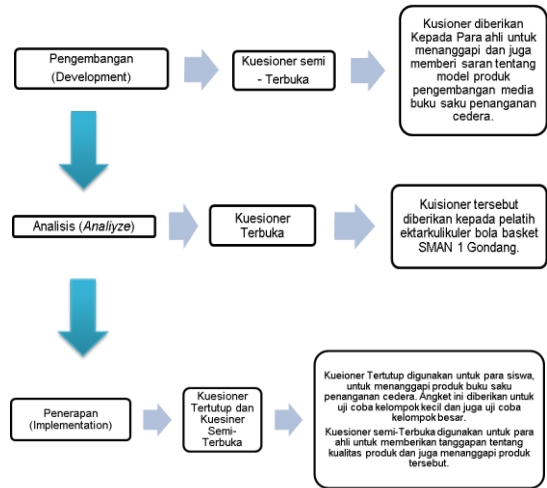
Subjek uji coba adalah siswa yang ikut terlibat dan menjadi target uji coba oleh peneliti dalam melakukan penelitian pengembangan. Subjek uji coba dalam penelitian ini diantaranya adalah: 1) ahli materi selaku orang yang berkompetensi dalam bidang Materi Massase yang terdiri dari satu orang dosen STKIP PGRI TRENGGALEK 2) ahli media selaku orang yang berkompetensi dalam bidang media yaitu satu orang STKIP PGRI TRENGGALEK, 3) siswa SMAN 1 Gondang sebanyak 15 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola basket sebagai uji coba terbatas yang diambil sampel secara acak.

Instrumen Penelitian

Jenis data yang diperoleh dari penelitian ini adalah jenis data kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari lembar koesioner para ahli. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari: 1) lembar koesioner oleh para ahli, 2) lembar validasi oleh para ahli, dan 3) koesioner respon siswa. Lembar koesioner dan validasi diberikan kepada ahli materi dan ahli media. Sedangkan lembar koesioner respon siswa diberikan kepada siswa yang menjadi subjek uji coba secara terbatas. Lembar koesioner merupakan angket terbuka, dimana para ahli dapat memberikan komentar dan saran untuk perbaikan produk media buku saku. Lembar validasi dan koesioner respon siswa merupakan angket tertutup, dimana para ahli dan siswa dapat memberikan penilaian dengan skala angka yang ditentukan.

Menurut (Sugiyono, 2015) sampling jenuh adalah teknik pengambilan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sample. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil kurang dari 30 orang. Atau penelitian yang ingin membuat generalisasi

dengan kesalahan sangat kecil. Dan dengan teknik simple random sampling, maka memberikan peluang yang sama bagi individu yang menjadi anggota populasi yakni siswa ekstrakurikuler bola basket SMAN 1 Gondang untuk dipilih menjadi anggota sampel.



Gambar 1. Tahap dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik Analisis Data

Pada lembar validasi, para ahli tersebut diminta mengisi penilaian pada setiap pertanyaan dengan ketentuan skor sebagai berikut: skor 5 (sangat setuju), skor 4 (setuju), skor 3 (tidak berpendapat), skor 2 (tidak setuju), dan skor 1 (sangat tidak setuju). Pada koesioner respon siswa, responden juga diminta untuk mengisi pertanyaan dengan “mencentang” dengan ketentuan skor 1 sampai dengan 5 untuk jawabannya. Hasil pada lembar koesioner dianalisis secara deskriptif. Hasil pada lembar validasi para ahli dan koesioner respon siswa dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan teknik presentase. Hasil dari presentase tersebut kemudian diinterpretasikan dengan ketentuan kriteria interpretasi.

Tabel 1. Kategori Skor dalam Skala Likert

Skor	Keterangan
1	Sangat Tidak Setuju (STS)
2	Tidak Setuju (TS)

3	Tidak Berpendapat (TB)
4	Setuju (S)
5	Sangat Setuju (SS)

$$\Sigma = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor tertinggi}} \times 100\%$$

Keterangan:

Skor terendah = 1 × jumlah butir pernyataan

Skor tertinggi = 5 × jumlah butir pernyataan

100% = konstanta

Σ = Nilai persentase

Menurut (Arikunto, 2013), apabila datanya presentase, proposi maupun rasio, maka kesimpulan dapat diambil, disesuaikan dengan permasalahannya berikut ini penggolongan presentase kategori yang akan digunakan adalah.

1. Persentase kategori baik adalah 76% - 100% digunakan
2. Persentase kategori cukup adalah 56% - 75% digunakan
3. Persentase kategori kurang baik adalah 40% - 55% tidak digunakan
4. Persentase kategori tidak baik adalah < 40% tidak digunakan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini adalah berupa produk media buku saku yang dapat digunakan sebagai alternatif siswa agar mudah memahami tentang pengetahuan penanganan cedera dan macam-macam cedera olahraga. Produk media buku saku bisa digunakkan setelah dikembangkan peneliti dan tentunya telah menunjukkan keefektifannya dalam penerapannya pada siswa dan pelatih ekstrakurikuler bola basket. Tentunya produk media buku saku ini dikembangkan dengan tujuan membantu pelatih dalam memberikan materi tentang tata cara penanganan cedera olahraga dan macam-macam cedera olahraga pada siswa

Untuk memperkuat penelitian agar lebih terpercaya, upaya pengembangan media buku

saku penanganan cedera sudah dikembangkan oleh peneliti sebelumnya yang hampir sama dengan penelitian ini: 1. (Meikahani & Kriswanto, 2015) "Pengembangan Buku Saku Pengenalan Pertolongan dan Perawatan Cedera Olahraga Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama" Buku saku pertolongan dan perawatan cedera olahraga yang telah dikembangkan dalam penelitian ini layak digunakan sebagai media peningkatan pengetahuan tentang pertolongan dan perawatan cedera dengan prosedur (1) Identifikasi Potensi dan Masalah, (2) Pengumpulan Bahan, (3) Desain Produk, (4) Pembuatan Produk, (5) Validasi Produk, (6) Revisi Produk, (7) Produk Akhir, (8) Uji Coba Produk. Selain itu ditinjau dari hasil penilaian buku saku: 1. Secara keseluruhan, buku saku pertolongan dan perawatan cedera dengan pokok bahasan materi (luka terbuka dan luka tertutup) ini dikategorikan layak digunakan dalam pengenalan pertolongan dan perawatan cedera olahraga untuk siswa SMP dengan tingkat kelayakan sebesar 83%. Secara keseluruhan dari ahli media dikategorikan layak digunakan dengan tingkat kelayakan sebesar 80%. 2. Berdasarkan uji coba kelompok besar, kelayakan dari buku saku pertolongan dan perawatan cedera olahraga meliputi: a) Segi materi sebesar 87% b) Segi keterbacaan bahasa sebesar 90% c) Segi penyajian buku saku sebesar 90% d) Segi tampilan buku saku sebesar 91% Secara keseluruhan buku saku pertolongan dan perawatan cedera olahraga ini layak digunakan dalam pengenalan pertolongan dan perawatan cedera olahraga untuk siswa SMP setelah melalui 2 tahap uji coba. Penelitian pengembangan ini sudah tercapai untuk digunakan oleh guru dalam memperkenalkan pertolongan dan perawatan cedera olahraga kepada peserta didik.

Pada tahapan ini untuk menghasilkan produk media buku saku penanganan cedera dan macam-macam cedera olahraga sudah mengalami 2 kali tahapan revisi setelah divalidasiakan kepada validator ahli media dan validator ahli materi. Produk media buku saku penanganan cedera dan macam-macam cedera

kemudian direvisi berdasarkan masukan dari ahli media dan ahli materi sehingga mendapatkan hasil revisi. Tentunya ada beberapa kendala / masalah yang peneliti alami dalam upaya mengembangkan media, seperti kendala dalam membuat produk buku saku penanganan cedera yang memang harus mudah dipahami dan menarik bagi siswa. Berikut adalah hasil validasi ahli media dan ahli materi:

Setelah melihat penilaian yang telah diberikan ahli materi dan ahli media dari semua aspek, maka telah mendapatkan hasil penilaian dari ahli materi 85% dari ahli media 80%. Melihat dari semua ahli baik ahli materi dan ahli media termasuk dalam kategori baik "bisa digunakan". Selanjutnya untuk menguji coba lapangan terhadap 15 siswa untuk uji skala kecil dan besar dengan 15 pertanyaan. yang terdapat pilihan sangat setuju (ss), setuju(s), tidak berpendapat(tb), tidak setuju(ts), sangat tidak setuju(sts). Pengisian dilakukan dengan cara memberikan centang (√) pada salah satu jawaban. Berdasarkan hasil respon siswa berhasil memperoleh 85,2% untuk kelompok kecil dan 85,3% untuk kelompok besar sehingga masuk dalam kategori baik dan bisa digunakan sebagai alternatif pembelajaran materi terkait pemahaman pengetahuan siswa dalam penanganan cedera dan macam-macam cedera olahraga.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian, pengembangan media buku saku penanganan cedera dan macam-macam cedera pada siswa ekstrakurikuler olahraga bola basket dikategorikan "Bisa Digunakan" digunakan sebagai media sumber pengetahuan terkait pemahaman cedera bagi siswa. Hal ini dapat dilihat berdasarkan persentase hasil penelitian selain itu berdasarkan hasil penelitian uji coba kelompok kecil diperoleh total presentase sebesar 80,2% "Bisa Digunakan" dan hasil penelitian uji coba kelompok besar diperoleh total presentase sebesar 85,3% "Bisa Digunakan".

Sehingga dapat disimpulkan bahwa Pengembangan Media Buku Saku Penanganan Cedera dan Macam-macam cedera Pada Siswa

Ekstrakurikuler Olahraga bola basket SMAN 1 GONDANG adalah Layak digunakan untuk siswa sebagai media alat pembantu pencegahan terjadinya cedera olahraga.

REFERENSI

- Anam, A. S., & Scesiariya, V. M. (2020). Pengembangan Permainan Hadang Motorik untuk Materi Keterampilan Gerak Dasar di MI Yappendawa Bendorejo. *Penjaga : Pendidikan Jasmani & Olahraga*, 1(1), 12–15.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT. RINEKA CIPTA.
- Diana Darmawati, T., Rahayu, A. R., & R.C. (2017). Leadership Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Ogan Komering Ulu Timur Sumatera Selatan. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 108–116.
- Edukatif, B., & Alam, B. (2018). *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 3(1), 41–51.
<https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10612>
- Hendra, A., & Hariyadi, K. (2020). Pengembangan Media Peluru Karkas (Karet Bekas) Dalam Pembelajaran Tolak Peluru di SDN 1 Kelutan. *Penjaga : Pendidikan Jasmani & Olahraga*, 1(1), 25–29.
- Khadavi, M. R., & Ulfah, W. A. (2019). Workshop Pelatihan Pencegahan Dan Perawatan Cidera (PPC) Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Kecamatan Gerunggung Kota Pangkalpinang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3, 1–25.
- Maksum, A. (2012). *METODOLOGI PENELITIAN dalam Olahraga*.
- Meikahani, R., & Kriswanto, E. S. (2015). Pengembangan buku saku pengenalan pertolongan untuk siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(1), 15–22.
- Nurchahyo, F. (2013). Pengelolaan Dan Pengembangan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di SMA/MAN/Sederajat Se-Kabupaten Sleman. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(2), 101–110.
- Putro, B. N., Kurniawan, A., & Fudin, M. S. (2018). Pengembangan Buku Pedoman Man To Man Defense Bola Basket Untuk Pelatih. *Journal Sport Area*, 3(2), 111.

[https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(2\).2326](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(2).2326)

- Sanusi, R., Surahman, F., & Yeni, H. O. (2020). Pengembangan Buku Ajar Penanganan dan Terapi Cedera Olahraga. *Journal Sport Area*, 5(1), 40–50. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5\(1\).4761](https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5(1).4761)
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian dan Pengembangan R&D*. 41–55.
- Sukarmin, Y. (2006). Petunjuk Praktis Pencegahan Kecelakaan Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Sekolah Menengah Pertama Dan Atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(1), 72–81.
- 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>