

## Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Methodist 2 Palembang

Arie Putra Santoso<sup>1✉</sup>, Sukardi<sup>2</sup>, Puput Sekar Sari<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Pendidikan Jasmani, FKIP, Universitas PGRI Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia  
Email: [arieputrasantoso@gmail.com](mailto:arieputrasantoso@gmail.com)

### Info Artikel

#### Kata Kunci:

Pembinaan Prestasi,  
Ekstrakurikuler,  
Bola Basket,  
Kualitas Pelatih,  
Sarana Prasarana

#### Keywords:

Achievement Development,  
Extracurricular,  
Basketball,  
Coach Quality,  
Infrastructure

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pembinaan prestasi yang diberikan oleh pihak sekolah yang ditinjau dari segi kualitas pelatih dan sarana prasarana terhadap ekstrakurikuler bola basket di SMA Methodist 2 Palembang sehingga selalu meraih prestasi yang luar biasa. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, teknik pengumpulan data yang digunakan di dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi atau gabungan dari teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sumber data dalam penelitian ini yaitu pelatih dan kepala sekolah dari SMA Methodist 2 Palembang. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembinaan prestasi dari segi Kualitas pelatih dan sarana prasarana tercatat sudah sangat baik.

### Abstract

*This study aims to find out how the achievement development provided by the school in terms of the quality of the trainers and infrastructure for basketball extracurricular at SMA Methodist 2 Palembang so that they always achieve extraordinary achievements. This type of research is descriptive qualitative, the data collection technique used in this research is triangulation technique or a combination of observation, interview, and documentation techniques. Sources of data in this study are coaches and principals from SMA Methodist 2 Palembang. The data analysis technique used in this research is data collection, data reduction, data presentation, and data conclusion drawing. The results of the study indicate that the achievement development in terms of the quality of the trainers and infrastructure is recorded to be very good.*

© 2022 Author

✉ Alamat korespondensi:  
Universitas PGRI Palembang  
E-mail: [arieputrasantoso@gmail.com](mailto:arieputrasantoso@gmail.com)

### PENDAHULUAN

Dalam penelitian ini peneliti akan berfokus pada suatu masalah yakni pembinaan olahraga yang sangat berpengaruh terhadap pencapaian prestasi peserta didik ditingkat sekolah menengah atas dan cabor olahraga yang peneliti fokuskan dipenelitian ini adalah cabor olahraga bola basket.

Menurut Umam (2017) dalam karya tulisnya menjelaskan karena pertumbuhan olahraga sangat bergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri, maka pembinaan olahraga merupakan salah satu komponen yang sangat penting. Kebugaran jasmani tentu saja akan meningkat sebagai hasil dari aktivitas fisik. Kebugaran jasmani dapat berdampak positif pada individu, dan dalam

situasi ini, kualitas belajar siswa dapat ditingkatkan. Suatu organisasi atau asosiasi olahraga perlu memiliki pembinaan untuk mencapai keberhasilan, dan hal ini dimaksudkan agar melalui pembinaan dapat diperhatikan pertumbuhan dan perkembangan setiap individu pemain atau atlet. Pembinaan olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas hidup masyarakat Indonesia, dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat serta menghasilkan keberhasilan olahraga yang dapat membangkitkan kebanggaan bangsa.

Dalam pembinaan olahraga disuatu pendidikan juga terdapat aspek-aspek penting yang harus sangat diperhatikan. Menurut Umam (2017) dalam penelitiannya juga menjelaskan pembinaan atlet untuk mencapai prestasi yang tinggi dan maksimal harus dilakukan secara bertahap dan konsisten hingga tercapai prestasi puncak. Untuk mencapai tingkat tumbuh kembang siswa yang setinggi-tingginya memerlukan terciptanya prestasi atlet yang sistematis, terpadu, terbimbing, dan bersistem. Seperti yang dapat ditunjukkan dari sejumlah elemen yang mempengaruhi, seperti:

1. Tersedianya jumlah atlet potensial yang cukup (Atlet Berbakat).
2. Tersedia pelatih profesional yang dapat memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi.
3. Akses ke fasilitas dan peralatan olahraga yang sesuai.

Adanya program yang berjenjang dan berjangka panjang, ditunjang dengan anggaran yang cukup dan hubungan positif antar seluruh pemangku kepentingan (atlet, pelatih, pengurus, Pengprov, KONI, dan Pemerintah). Perkembangan olahraga sangat penting untuk fokus pada inisiatif untuk meningkatkan kualitas manusia. Dalam setiap sektor kehidupan, sangat penting bagi suatu bangsa untuk melakukan pembinaan secara serius agar dapat memberikan kontribusi yang tulus bagi kemajuan bangsa. Peningkatan kemajuan di bidang olahraga harus dibarengi dengan peningkatan sumber daya manusia. Olahraga yang berperan dalam pembangunan nasional harus dimajukan dan dikembangkan melalui upaya, pembinaan, dan pertumbuhan olahraga, dan tentunya harus memiliki kerangka kerja yang jelas.

Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa olahraga prestasi dapat berfungsi secara

efisien dan sejalan dengan harapan jika pembinaan dilaksanakan dengan sungguh-sungguh mulai dari segi potensi kualitas seorang pelatih serta sarana dan prasarana yang disediakan. Pada penelitian ini peneliti ingin meneliti Sehubungan dengan konstruksi terhadap prestasi olahraga bola basket di SMA Methodist 2 Palembang sesuai dengan judulnya yaitu *"PEMBINAAN PRESTASI EKSTRAKULIKULER BOLA BASKET DI SMA METHODIST 2 PALEMBANG"*.

Peneliti mendapatkan data hasil dari observasi yakni pada tahun 2021 lalu SMA Methodist 2 Palembang telah meraih juara 1 (satu) dalam *tournament* bola basket yang paling bergengsi dikalangan pelajar tanah air yakni DBL seSumatra Selatan. Akibatnya, peneliti tertarik untuk mempelajari lebih lanjut tentang bagaimana pembinaan yang diberikan terhadap tim basket SMA Methodist 2 Palembang sehingga dapat meraih prestasi yang luar biasa tersebut.

### Pengertian Pembinaan

Fahmi (2019) menjelaskan pembinaan adalah upaya, tindakan, dan kegiatan yang ditujukan untuk meningkatkan kualitas manusia dalam prestasi olahraga melalui beberapa tahapan yang didukung oleh pemerintah daerah sesuai dengan kewenangan dan tugasnya untuk mendapatkan hasil yang lebih baik. Wismanadi (2016) menyatakan pembinaan merupakan komponen yang sangat penting dalam dunia olahraga karena pertumbuhan dunia olahraga sangat bergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri. Tentunya diperlukan suatu wadah atau organisasi, seperti sekolah, klub olahraga, dan lain-lain, untuk pembinaan olahraga (Sudarsana, 2014). Pembinaan dan pengembangan olahraga dilakukan melalui tahapan pengenalan olahraga, pemantauan, kepramukaan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi, yang meliputi olahraga, tenaga, pengorganisasian, pendanaan, metode, sarana dan prasarana, serta penghargaan olahraga yang harus dimiliki. didukung oleh pemerintah daerah sesuai dengan undang-undang nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.

### Pembinaan Prestasi

Ada aspek internal dan ekstrinsik (pendukung) yang diperlukan untuk menciptakan prestasi. Karena atlet merupakan komponen yang esensial. Pelatih, pengurus (organisasi), sarana dan prasarana,

program pelatihan, dan lingkungan termasuk dalam komponen ekstrinsik (Wismanadi, 2016). Sedangkan Wibowo et.al (2017) berpendapat bahwa dalam skenario ini, sebagai bagian dari proses operasional kegiatan pembinaan, penting untuk mendukung sarana dan prasarana serta uang tunai untuk membantu inisiatif pengembangan pencapaian. Pembinaan tidak akan mungkin terjadi tanpa bantuan keuangan. Pendampingan ini terjalin agar dapat dilaksanakan program yang terintegrasi untuk mendukung seluruh kegiatan olahraga dan mencapai prestasi yang optimal.

### Hakikat Bola Basket

Menurut Rahmani (2014) Bola basket adalah olahraga tim yang melibatkan penggunaan bola. Lima pemain membentuk setiap regu. Dalam kebanyakan kasus, olahraga dimainkan di luar ruang atau di dalam ruangan. Hal ini berbeda dengan apa yang terjadi di sekolah-sekolah, di mana bola basket lebih banyak dimainkan di area terbuka. Sedangkan menurut Aji (2016) bola basket adalah olahraga beregu di mana dua tim yang terdiri dari lima individu bersaing satu sama lain untuk mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang (cincin) lawan. Dan menurut Werdihartohadi (2011) bola basket adalah olahraga dua tim yang terdiri dari lima orang bertanding dalam permainan bola berkelompok. Bola basket sering dimainkan di ruang terbatas dan hanya membutuhkan lapangan kecil. Bola basket juga mudah diambil karena bentuk bolanya yang besar, yang memudahkan pemain untuk memantul dan melempar bola.

Berdasarkan penjelasan para ahli, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa bola basket adalah olahraga yang dapat dinikmati oleh siapa saja, tua atau muda, pria atau wanita. Bola basket adalah olahraga yang dimainkan dengan bola besar dan dapat dimainkan di lapangan basket indoor dan outdoor. Bola basket adalah olahraga di mana dua tim yang berlawanan bersaing satu sama lain, dengan masing-masing tim terdiri dari lima pemain. Tujuan setiap tim adalah memasukkan bola ke dalam ring basket dan mencetak poin sebanyak mungkin sebelum batas waktu berakhir.

### Pelatih

Menurut Suwirman et.al (2019) pelatih yang baik harus mempunyai kemampuan sebagai berikut:

- 1) mempunyai kemampuan untuk membantu atlet dalam mengaktualisasikan potensinya;
- 2) bila membentuk tim akan didasarkan pada keterampilan individu yang telah diajarkan;
- 3) mempunyai pengetahuan dan keterampilan teknis yang seimbang;
- 4) mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan tingkat intelektual dengan keterampilan *neuromuskuler* atletnya;
- 5) mampu menerapkan prinsip-prinsip ilmiah dalam membentuk kondisi atlet;
- 6) lebih meningkatkan pada unsur pendidikan secara utuh, baru kemudian pada unsur pelatihan;
- 7) membenci kekalahan, akan tetapi tidak mencari kemenangan dengan berbagai cara yang tidak etis;
- 8) mempunyai kemampuan untuk mengendalikan dirinya;
- 9) mempunyai kemampuan untuk mengevaluasi peningkatan terhadap partisipasi atletnya;
- 10) mempunyai kemampuan untuk selalu dihormati oleh atletnya maupun teman-temannya.

### Sarana Prasaran Bola Basket

Menurut Esysananta (2020) Sarana prasarana olahraga adalah sumber daya pendukung yang meliputi berbagai bangunan dan struktur yang digunakan untuk menyimpan dan mengangkut peralatan olahraga. Infrastruktur olahraga yang kuat dapat membantu sebuah kota berkembang.

Menurut Esysananta (2020), Bola ukuran 5 untuk pemain tingkat sekolah dasar, baik putra maupun putri, dan ada tiga ukuran bola sesuai dengan kelompok pemainnya. Bola ukuran 8 untuk SMP putra dan putri, serta SMA putri dan putri. Bola 7.

### METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, deskriptif kualitatif menurut Sugiyono (2021) adalah metode yang berlandaskan pada filsafat *postpositivisme* atau *enterpretif* digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan observasi, wawancara, dan dokumentasi). Maka dari itu dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif.

### **Partisipan**

Sumber data adalah subjek darimana data diperoleh. Apabila peneliti menggunakan wawancara dalam pengumpulan datanya, maka sumber data tersebut disebut responden yaitu orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan dari peneliti. Pada penelitian ini sumber datanya berasal dari seorang pelatih dan Kepala sekolah SMA Methodist 2 Palembang terkait dari kualitas pelatih dan sarana prasarana disekolah tersebut.

### **Prosedur**

Dalam penelitian ini peneliti memiliki prosedur penelitian dengan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara triangulasi atau gabungan dari observasi, wawancara, dan dokumentasi.

### **Analisis Data**

Data penelitian ini dianalisis menggunakan analisis data kualitatif. Menurut Sugiono (2019) analisis data kualitatif adalah proses memilih, memilah dan mengorganisasikan data yang terkumpul dari catatan lapangan, hasil observasi, wawancara mendalam dan dokumentasi sehingga diperoleh pemahaman yang mendalam, bermakna, unik dan temuan baru yang bersifat deskriptif, kategorisasi dan atau pola-pola hubungan antara kategori dari obyek yang diteliti. Kegiatan utama dalam setiap penelitian adalah pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara dan studi dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam analisis kualitatif ada empat tahap yakni:

#### **a. Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data dengan cara melakukan observasi, wawancara kepada pelatih dan kepala sekolah dan mengambil gambar dokumentasi di SMA Methodist 2 Palembang.

#### **b. Reduksi Data**

Reduksi data merupakan tahap dari teknik analisis data kualitatif yang berupa penyederhanaan, penggolongan, dan membuang yang tidak perlu sehingga data tersebut dapat menghasilkan informasi yang bermakna dan memudahkan peneliti dalam mengambil kesimpulan.

#### **c. Display Data**

Display data atau penyajian data yang merupakan kegiatan saat sekumpulan data disusun secara sistematis dan mudah dimengerti.

#### **d. Kesimpulan dan Verifikasi**

Kesimpulan dan verifikasi merupakan tahap terakhir dalam teknik analisis data kualitatif yang dilakukan untuk melihat hasil dari reduksi data dan tetap mengacu tujuan yang hendak dicapai.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian, data diambil dengan cara mewawancarai secara langsung pelatih tim basket SMA Methodist 2 Palembang yang berinisial *coach* NB. Beliau mempunyai kualitas yang sangat baik dalam menjadi seorang pelatih olahraga bola basket, tercatat beliau mempunyai lisensi kepelatihan tingkat B, bahkan prestasi yang pernah diraihnya pun sangat baik yakni pernah menjadi pemain PON Sumsel tahun 2012, sebagai seorang pelatih beliau pernah meraih juara 1 POPDA kota Palembang, meraih juara 1 POPWIL, dan meraih juara back to back pada event kompetisi bola basket yang paling bergengsi bagi pelajar yakni Honda DBL tahun 2019 dan tahun 2021 bersama tim basket SMA Methodist 2 Palembang.

Pada penelitian kedua peneliti mengadakan wawancara secara tatap muka langsung dengan kepala sekolah SMA Methodist 2 Palembang tepatnya pada hari Selasa, tanggal 19 April 2022, pukul 10.00 WIB. Untuk menanyakan berbagai hal terkait pembinaan yang diberikan kepada tim basket SMA tersebut dan juga sarana prasarana yang diadakan oleh pihak sekolah untuk tim ekstrakurikuler bola basket melakukan latihannya.

Pada sesi wawancara bersama kepala sekolah yang bernama Ibu Ruth Niari, S.Pd., M.Si. peneliti berhasil mendapatkan data bahwa sarana dan prasarana yang di adakan oleh pihak sekolah untuk tim ekstrakurikuler bola basket SMA Methodist 2 Palembang sudah cukup baik dan sangat memadai untuk para pemain melakukan latihannya mulai dari keadaan lapangan, keadaan ring, ketersediaan bola basket, dan alat-alat latihan walaupun masih ada sedikit kekurangan.

### **PEMBAHASAN**

Dalam pembinaan prestasi olahraga sangat diperlukan yang namanya persiapan

dan perencanaan suatu program yang baik, dan sesuai dengan sumberdaya manusia sebagai hal paling penting untuk perkembangan dan kontribusi dalam suatu pencapaian prestasi yang ditargetkan. Menurut Umam (2017) dalam karya tulisnya menjelaskan karena pertumbuhan olahraga sangat bergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri, Maka dari itu Pembinaan Olahraga Merupakan Salah Satu Komponen Yang Sangat Penting. Menurut Umam (2017) dalam penelitiannya juga menjelaskan bahwa pembinaan atlet untuk mencapai prestasi yang tinggi dan maksimal harus dilakukan secara bertahap dan konsisten hingga tercapai prestasi puncak. Lalu menurut Wismanadi (2016) menjelaskan pembinaan merupakan komponen yang sangat penting dalam dunia olahraga karena pertumbuhan dunia olahraga sangat bergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri. Tentunya diperlukan suatu wadah atau organisasi, seperti sekolah, klub olahraga, dan lain-lain, untuk pembinaan olahraga.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa Pembinaan prestasi yang baik dan benar biasanya dimulai dari pembinaan pemasalan, pembinaan pembibitan, dan dilakukan pemanduan bakat, dari ketiga langkah tersebut tentunya diperlukan dukungan berupa pembinaan yang telah dipersiapkan mulai dari kualitas pelatih, dan sarana prasarana yang sangat mendukung dalam kegiatan olahraga. Dari pembinaan prestasi yang dilakukan pada ekstrakurikuler bola basket SMA Methodist 2 Palembang telah menunjukkan hasil yang maksimal mulai dari kualitas pelatih, dan juga sarana prasarana yang disediakan untuk ekstrakurikuler bola basket SMA tersebut.

Dari hasil penelitian mengenai kualitas pelatih tercatat bahwa pelatih yang dihadirkan oleh pihak sekolah untuk ekstrakurikuler bola basket di SMA Methodist 2 Palembang ini terbilang memiliki kualitas yang sangat baik terlihat dari *track record* yang dimiliki pelatih tim bola basket SMA Methodist 2 Palembang yakni sudah pernah terpilih menjadi pemain PON Sumsel tahun 2012, dan sudah banyak menjuarai *event* kompetisi bola basket saat menjadi pemain maupun menjadi seorang pelatih olahraga bola basket. Beliau juga memiliki lisensi kepelatihan tingkat B. tidak hanya itu pelatih tersebut juga mendapatkan support yang baik dari pihak sekolah yakni dengan memberikan honor atau bonus yang sepadan dengan

usahanya, dan juga diberikan keleluasaan dalam melatih para pemainnya, sehingga dari beberapa hal tersebut beliau dapat bersemangat dalam meningkatkan kinerja dan meningkatkan kualitas latihan para pemain.

Dari hasil penelitian juga tercatat bahwa ekstrakurikuler bola basket SMA Methodist 2 Palembang adalah salah satu tim bola basket yang sering mengikuti *event-event* besar kejuaraan olahraga bola basket antar pelajar dikota Palembang contohnya Honda DBL, dan tim bola basket SMA Methodist 2 Palembang juga salah satu tim unggulan yang sering mendapatkan juara di berbagai *event-event* besar kejuaraan olahraga bola basket antar pelajar. Hal tersebut menunjukkan betapa seriusnya pelatih dan juga pihak sekolah SMA Methodist 2 Palembang dalam melakukan pembinaan prestasi terhadap ekstrakurikuler bola basketnya, dan tentunya hal tersebut tak lepas dari pembinaan yang diberikan oleh seorang pelatih yang berkualitas dan juga sarana prasarana yang sangat mendukung dalam berjalannya proses program latihan. Dan program latihan yang telah dirancang sedemikian rupa oleh pelatih pun juga sudah sangat baik, dengan jadwal latihan yang cukup padat yakni 5 kali pertemuan dalam 1 minggu, yang diharapkan para pemain dapat mengembangkan bakat yang dimiliki oleh mereka, dan untuk sarana prasarana yang telah diberikan oleh pihak sekolah untuk ekstrakurikuler bola basket SMA Methodist 2 Palembang terbilang sudah cukup baik dan layak untuk digunakan dalam proses latihan.

Menurut hasil pengumpulan data ada beberapa sarana prasarana yang terdapat di sekolah SMA Methodist 2 Palembang untuk ekstrakurikuler basket mereka yakni mulai dari lapangan bola basket yang terletak ditengah-tengah sekolah juga terbilang sudah cukup baik dan layak dipakai untuk latihan namun ada sedikit kekurangan yakni di bagian warna cat lapangan sudah memudar dan mengelupas sehingga kurang enak untuk dipandang, lalu ring basket yang terbilang juga sudah cukup baik untuk dipakai latihan, ketersediaan bola basket terbilang masih kurang karna jumlah bola basket terdapat hanya 4 bola saja tentunya semua bola tersebut masih dalam keadaan bagus dan sangat layak dipakai untuk latihan, dan untuk alat-alat latihan terbilang sudah cukup dikarenakan hanya terdapat cone sebanyak 30pcs dan hardle sebanyak 5pcs dan semuanya dalam kondisi layak untuk dipakai. Dari

beberapa hal tersebut dapat diartikan bahwa sarana prasarana yang tersedia untuk ekstrakurikuler bola basket SMA Methodist 2 Palembang Walaupun masih ada kekurangan, tetapi itu sudah cukup.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dapat dicapai dalam penelitian ini berdasarkan temuan dari penyelidikan sebelumnya. Adalah pembinaan yang diberikan oleh pihak sekolah sma methodist 2 Palembang dari segi kualitas pelatih dan juga sarana prasarana untuk tim bola basketnya sudah sangat baik, yang pertama dari segi kualitas pelatih yang dimiliki oleh tim bola basket sma methodist 2 Palembang tentunya sudah sangat baik terlihat dari *track record* yang dimiliki pelatih tim bola basket sma methodist 2 Palembang yakni sudah pernah terpilih menjadi pemain pon sumsel tahun 2012 dan sudah banyak menjuarai kompetisi bola basket saat menjadi seorang pelatih olahraga bola basket, dan beliau juga memiliki lisensi kepelatihan tingkat b, maka dari beberapa hal tersebut lah dapat dikatakan bahwa kualitas pelatih yang dimiliki oleh tim bola basket sma methodist 2 Palembang sudah sangat baik.

Berikutnya dari segi sarana prasarana yang diberikan oleh pihak sekolah sudah cukup memadai untuk proses latihan, terlihat dari keadaan lapangan, ring, bola yang sudah sesuai dengan setandar nasional. Untuk keseluruhan pembinaan prestasi yang dilakukan oleh pihak sekolah SMA Methodist 2 Palembang kepada tim bola basketnya sudah sangat baik, bahkan dari support dan pendanaan yang diberikan oleh pihak sekolah pun sudah sangat baik dan patut diacungi jempol.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan Terimakasih Untuk Universitas PGRI Palembang, Dinas pendidikan kota Palembang, dan SMA Methodist 2 Palembang yang telah memberikan izin dan dan banyak bantuan sehingga Penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan mendapatkan hasil yang sesuai dengan harapan.

## REFERENSI

### REFRENSI

Aji, S. (2016). *Buku olahraga paling lengkap*. Pamulang: ilmu.

- Aszari & Pamot. (2015). Survei pembinaan prestasi klub-klub bulutangkis di kabupaten pemalang tahun 2014.
- Depdikbud. (1997). *Petunjuk pelaksanaan pola umum pembinaan dan pengembangan kesegaran jasmani*. Jakarta: pusat kesegaran jasmani dan rekreasi departemen pendidikan dan kebudayaan.
- Esyanta, N. (2020). *Pembinaan prestasi bola basket di smk negeri 1 temanggung (dalam aspek sarana dan prasarana)* (doctoraldissertation, universitas negeri semarang).
- Fahmi, N. A. (2019). Survei pembinaan olahraga sepak bola kelompok umur10-13tahun padasekolahsepak bola dikabupaten kodus tahun. (*doctoral dissertation, unnes*).
- Mile, D. H. (2021). *Basket*. Tasikmalaya: perkumpulan rumah cemerlang indonesia.
- Rahmani, M. (2014). *Buku super lengkap olahraga*. Jakarta: dunia cerdas.
- Sudarsana, U. (2014). *Pembinaan minat baca. Tagrang selatan: univeristas terbuka*.
- Suwirman, S. (2019). Peningkatan kualitas pelatih pencak silat di kabupaten dharma raya. *Jurnal berkarya pengabdian masyarakat*, 1(1), 1-12.
- Sugiyono. (2021). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d. *Bandung: alfabeta*, 9.
- Syakir, S., & Hasmin, H. (2017). Analisis Kegiatan Pendidikan Ekstrakurikuler Untuk Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Di SMA Negeri 1 Sinjai Borong. *Jurnal Mirai Management*, 2(1), 108-125.
- Umam, K. (2017). Pembinaan prestasi olahraga bola basket pada kelas khusus olahraga (kko) di sma negeri 2 ngaglik sleman. *Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi*, 6(9), 2.
- Werdihartohadi, F. A. (2011). *Menjadi pemain bola basket hebat*. Jakarta: be champion.
- Wibowo, K., Hidayatullah, M. F., & Kiyatno, K. (2017). Evaluasi Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket di Kabupaten Magetan. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 9-15.
- Wismanadi, H. (2016). Survei pembinaan olahraga sepak bola kelompok umur10-13tahun padasekolahsepak bola di kabupaten kodus tahun.