

**RELATIONSHIP OF AGILITY TO THE ABILITY OF DRIBBLE ON
THE GIRL'S BASKETBALL TEAM SMAN 3 MANDAU**

Sri Wulan Fajrianti¹, Drs.Ramadi, S.Pd,M.Kes, AIFO², Aref Vai, S.Pd, M.Pd³
Email: fajriantis@gmail.com, mr.ramadi59@yahoo.com, aref.vai@lacture.unri.ac.id
082388094875

***The Study Program Education Physical Health And Recreation
Faculty of Teacher Training And Education
University of Riau***

Abstract: *The problem in this research is that the ball is always outoff control of the possession, too difficult to break through the opponent's defense, the lack of ability to outwit the opponent with a certain motion attraction such as crossover, spin dribble without losing the balance of the body while breaking through to score. The purpose of this research is to determine whether there is a relationship of agility to the ability of dribble on the girl's basketball team SMAN 3 Mandau. The population in this study are all basketball players SMAN 3 Mandau totaling 12 people. Instruments in this research is dooging run test and dribbling test. Data obtained in analysis by using a technique of correlation product moment. Based on the results of research and processing data by using research statistics procedure, so it is can conclude that to the correlation between X variable with Y variable obtained score $r = 0,714$ so $r_{xy} > r_{tabel}$ that is ($0,714 > 0,602$), so H_a be accepted, in the other words there is has correlation that significant between agility of dribbling on the girl's basketball team SMAN 3 Mandau*

Keywords: *Agility, Dribbling ability.*

HUBUNGAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLE* BOLA BASKET PADA TIM PUTRI SMAN 3 MANDAU

Sri Wulan Fajrianti¹, Drs.Ramadi, S.Pd,M.Kes, AIFO², Aref Vai, S.Pd, M.Pd³
Email: fajriantis@gmail.com, mr.ramadi59@yahoo.com, aref.vai@lacture.unri.ac.id
082388094875

**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau**

Abstrak: Masalah dalam penelitian ini adalah bola selalu lepas kontrol dari penguasaan,terlalu sulitnya menerobos pertahanan lawan, kurangnya kemampuan mengecoh lawan dengan suatu atraksi gerakan tertentu seperti crossover, spin dribble dan merubah arah dribble dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan tubuh saat menerobos untuk mencetak angka. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribble* pada tim bola basket putri SMAN 3 Mandau. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain bolabasket SMAN 3 Mandau yang berjumlah 12 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu keseluruhan populasi (*total sampling*). Instrument yang gunakan dalam penelitian ini adalah tes *dooging rundan* tes *dribble*. Data yang diperoleh di analisis dengan menggunakan teknik Korelasi *Product moment*. Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data dengan memakai prosedur statistik penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa untuk hubungan antara variabel x dengan variabel y diperoleh nilai $r = 0,714$ maka $r_{xy} > r_{tabel}$ yaitu $(0,714 > 0,602)$, maka H_a diterima, dengan kata lain terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan terhadap kemampuan *dribble* bolabakset pada tim putri SMAN 3 MANDAU.

Kata Kunci : Kelincahan, Kemampuan *Dribble*

PENDAHULUAN

Bola basket adalah salah satu jenis permainan yang termasuk olahraga permainan. Permainan olahraga bola basket termasuk permainan yang menggunakan bola besar. Olahraga bolabasket cukup banyak penggemarnya seiring diadakannya berbagai kompetisi bolabasket dilingkungan sekolah menengah atas (SMA), antar SMA sederajat, event kejuaraan bolabasket pelajar tingkat kabupaten, provinsi, bahkan kejuaraan bolabasket pelajar tingkat nasional maupun internasional. Selain mendapat pengalaman, para siswa juga dapat mengasah keterampilan dalam permainan bolabasket. Bola basket termasuk jenis permainan yang kompleks gerakannya. Artinya gerakannya terdiri dari gabungan unsur-unsur gerak yang terkoordinasi rapi sehingga bermain dengan baik, teknik dasar yang benar akan menunjang keterampilan bermain selanjutnya, Adapun teknik dasar bola basket seperti *dribbling, passing, shooting, dan pivot*.

Menurut Jon Oliver (2003: 49) menyatakan “*Dribble* adalah salah satu dasar bola basket yang pertama diperkenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bola basket”. Muhammad Muhyi Faruq (2007: 50-51) Menyatakan “memantulkan bola mempunyai peran penting dalam permainan bola basket, yakni agar pemain bisa memasukan bola ke ring basket, dengan lebih cepat, lebih aman, dan peluang menghasilkan nilai lebih besar”. *Dribble* juga berfungsi untuk melancarkan atau menjalankan strategi pemain yang sudah dirancang sehingga bisa mampu menerobos pola pertahanan yang dikembangkan oleh lawan. Menurut Jon Oliver (2007: 21) menggiring bola yang baik disamping harus bisa dengan tangan kanan dan kiri juga dipengaruhi oleh kecepatan dan kelincahan dalam merubah arah tanpa harus melihat bola. Harsono (2001: 21) menyatakan kelincahan ialah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan sadar akan posisi tubuhnya. Bentuk latihan untuk mengembangkan kelincahan adalah bentuk latihan yang mengharuskan orang untuk bergerak cepat dan mengubah arah dengan lincah. Dalam melakukan aktivitas tersebut, dia juga tidak boleh kehilangan keseimbangan dan harus sadar pula akan posisi tubuhnya. Manuver-manuver demikian sering dilakukan dalam banyak cabang salah satu dalam permainan olahraga bola basket. (Harsono, 2001: 22).

Setelah peneliti melakukan observasi pada tim basket putri SMA Negeri 3 Mandau masih terdapat permasalahan pada saat menggiring bola yaitu kurangnya kelincahan pemain dalam memantulkan bola dengan cepat melewati hadangan dari setiap lawan, kurangnya kemampuan mengecoh lawan dengan suatu atraksi gerakan tertentu seperti *crossover, spin dribble*, dan merubah arah *dribble* dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan tubuh saat menerobos untuk mencetak angka. Berdasarkan dari permasalahan pada tim basket putri SMA Negeri 3 Mandau, oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “ Hubungan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribble* Pada Tim Bolabasket Putri SMA Negeri 3 Mandau ”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk menyelidiki seberapa jauh variabel-variabel suatu faktor lain. Korelasional adalah suatu penelitian yang dirancang untuk menentukan tingkat hubungan variabel-variabel yang berbeda dalam suatu populasi dan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat (Arikunto, 2006:131). Populasi merupakan keseluruhan objek penelitian. Menurut Suharsini Arikunto (2006:130) menyatakan bahwa “Populasi adalah keseluruhan objek penelitian”. Populasi dalam penelitian ini adalah tim putra SMAN6 Pekanbaru berjumlah 12 orang. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data dari Tim Putra SMAN 6 Pekanbaru yang termasuk kedalam Tim Bola Basket dengan melakukan tes kelincahan, tes kecepatan dan mendribble(*dribble*). Setelah data diperoleh melalui tes yang telah dilakukan maka data perlu dianalisis. Sebelum data dianalisis terlebih dahulu dilakukan uji kenormalan data yang dilakukan dengan uji *Liliefours* dengan langkah-langkah pengujian sebagai berikut :

1. Urutkan data sampel dari yang terendah ke yang terbesar dan tentukan frekuensi tiap-tiap data

$$Z_i = \frac{X_i - X}{S}$$

2. Tentukan nilai Z dari tiap-tiap data itu dengan rumus
3. Tentukan besar peluang untuk masing-masing nilai z berdasarkan tabel normal baku, dan disebut dengan $f = (z)$
4. Hitung frekuensi kumulatif relatif dari masing-masing nilai z, dan disebut dengan $S(z)$
5. Tentukan nilai *Liliefours* dengan lambang L_o . Nilai dari $L_o = f(z) \cdot S(z)$ dan bandingkan dengan nilai L_{tabel} dari tabel *Liliefours*
6. Apabila $L_{o_{maks}} < L_{tabel}$ maka sampel berasal dari populasi berdistribusi normal. (Zulfan Ritonga, 2007:63)

Keterangan :

Z = Transformasi

x = Rata-rata X

f = Frekuensi

S = Simpang baku sampel

F(z)= Peluang skor

S(z)= proporsi skor baku

Untuk menentukan besar kecilnya hubungan antara *kelincahan* (X_1) dan kecepatan (X_2) dengan mendribble(*dribbling*) (Y) tersebut perlu dilakukan analisis data dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* (Zulfan Ritonga, 2007:104) dan korelasi ganda ($R_{yx_1x_2}$) (Sugiyono, 2012:191) dengan rumus :

Rumus korelasi *product moment* (Zulfan Ritonga, 2007:104):

$$r_{xy} = \frac{n \sum X_i Y - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Arti unsur-unsur tersebut :

Γ	= Korelasi antara variabel X dan Y
x	= Skor pada variabel X
y	= Skor pada variabel Y
$\sum x$	= Jumlah skor variabel X
$\sum y$	= Jumlah skor variabel Y
$\sum x^2$	= Jumlah dari kuadrat skor X
$\sum y^2$	= Jumlah dari kuadrat skor Y
$\sum xy$	= Jumlah skor kali X dengan Y
n	= Jumlah subjek

Untuk mengetahui data tersebut berhubungan atau tidak maka perlu dilakukan perbandingan harga r hitung dengan harga r tabel. Dengan ketentuan: “apabila r hitung lebih besar dari r tabel ($r_h > r_t$) maka H_a diterima (Sugiyono, 2012:187).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

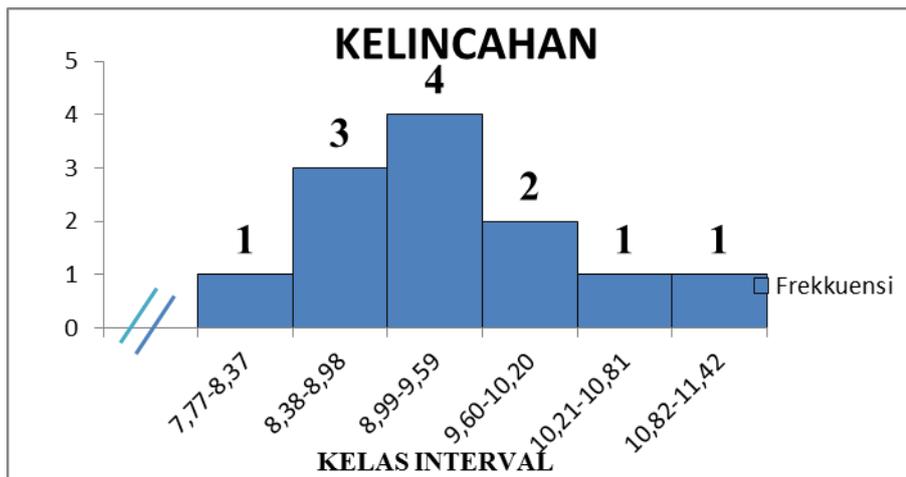
1. Kelincahan

Pengukuran kelincahan dilakukan dengan tes *dogging run* terhadap 12 orang sampel, didapat skor tercepat 7,77 detik, skor terlambat 11,06 detik, rata-rata (*mean*) 9,4 detik, simpangan baku (standar deviasi) 0,94, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut

Tabel 1 .Distribusi Frekuensi Variabel kelincahan(X_1)

No	Kelas Interval	Frekuensi	FR
1	7,77 -8,27	1	8,3%
2	8,37-8,87	3	25%
3	8,97-9,47	4	33,3%
4	9,57-10,17	2	16,7%
5	10,27-10,67	1	8,3%
6	10,77-11,27	1	8,3%
Jumlah		12	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 12 sampel, ternyata ada 1 orang sampel (8,33%) memiliki kelincahan dengan rentangan nilai 7,77-8,27 yang dikategorikan baik sekali, kemudian ada 3 orang sampel (25%) memiliki kelincahan dengan rentangan nilai 8,37-8,87 yang dalam kategori baik, selanjutnya ada 4 orang sampel (33,3%) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan nilai 8,97-9,47 masih dalam kategori baik, dan 2 orang sampel (16,7 %) memiliki hasil kelincahan dengan rentangan nilai 9,57-10,17 yang juga dalam kategori baik, juga ada masing-masing 1 orang sampel (8,33%) yang memiliki hasil kelincahan dengan rentang nilai 10,27-10,67 dan 10,77-11,27 untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar 1. Histogram Kelincahan

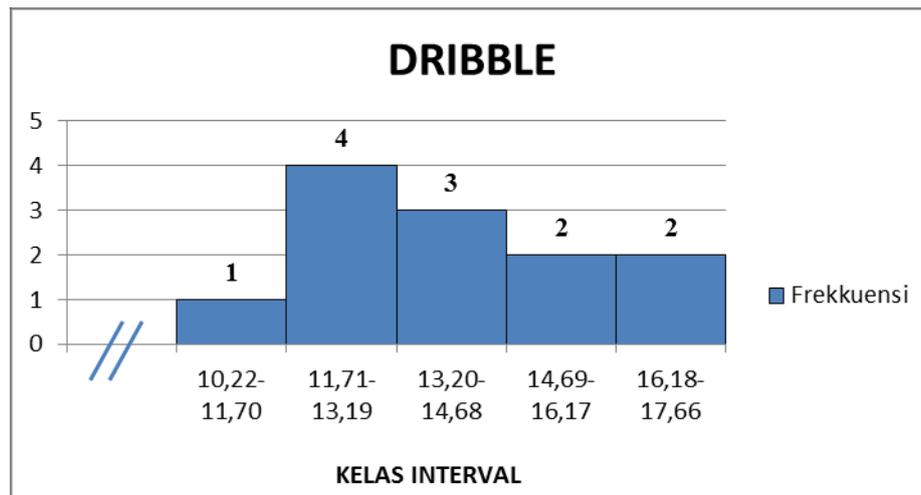
2. Kemampuan *Dribble*

Pengukuran hasil *dribble* dilakukan dengan menggunakan stop wath terhadap 12 orang sampel, didapat skor tercepat 10,22 detik, skor terlambat 17,66 detik, rata-rata (mean) 13,86 detik, simpangan baku (standar deviasi) 2,11, dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Hasil Dribble bola Basket (Y)

No	Kelas Interval	Frekuensi	FR
1	10,22-11,61	1	8,3%
2	11,62-13,01	4	33,3%
3	13,02-14,61	3	25%
4	14,62-16,01	2	16,7%
5	16,02-17,66	2	16,7%
Jumlah		12	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 12 sampel, ternyata 1 orang sampel (8,3%) memiliki hasil *dribble* dengan rentangan nilai 10,22-11,61 yang termasuk dalam kategori baik, kemudian 4 orang sampel (33,3%) memiliki hasil *dribble* bolabasket dengan rentang nilai 11,62-13,01 yang masih berkategori baik, selanjutnya 3 orang sampel (25%) memiliki hasil hasil *dribble* dengan rentang nilai 13,02-14,61 yang berkategori baik, sedangkan 2 orang sampel (16,7%) memiliki hasil *dribble* dengan rentangan nilai 14,62-16,01 dan 2 orang sampel (16,67%) memiliki hasil *dribble* dengan rentangan nilai 16,02-17,66 yang dikategorikan sedang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut



Gambar 2 . Histogram Hasil *Dribble*

PENGUJIAN PERSYARATAN ANALISIS

1. Uji Normalitas Data

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel di sajikan dalam bentuk tabel di bawah ini, dan perhitungan lengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 3. Uji normalitas data dengan uji lilliefors

Variabel	Lo	Lt	Keterangan
Kelincahan	0,127	0,242	Normal
Hasil <i>Dribble</i>	0,110	0,242	Normal

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil Lo variabel hasil kelincahan dan *dribble* lebih kecil dari Lt, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

2. Perhitungan Koefisien Korelasi Sederhana

Hasil perhitungan koefisien korelasi sederhana dapat dilihat sebagai berikut: Hasil hitung koefisien korelasi nilai X terhadap Y adalah 0,714

PENGUJIAN HIPOTESIS

Pengujian hipotesis yaitu terdapat hubungan antara kelincahan dengan hasil kemampuan menggiring bola. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata hasil *dribble* sebesar 13,86 detik, dengan simpangan baku 2,11. Untuk skor rata-rata kelincahan didapat 9,4 detik dengan simpangan baku 0,94. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara kelincahan dan Hasil *Dribble*, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,602$ berarti $r_{\text{hitung}}(0,714) > r_{\text{tab}}(0,602)$, artinya hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang berarti antara kelincahan dengan hasil *Dribble* Bolabasket Pada Tim Putri SMAN 3 Mandau. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Analisis Korelasi Antara Kelincahan Dengan Hasil *Dribble* (X-Y)

dk (N-1)	r_{hitung}	$r_{\text{tabel}} \alpha = 0.05$	Kesimpulan
11	0,714	0,602	Ha diterima

Ket: dk = derajat kebebasan

Hasil analisis korelasi menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan hasil *dribble* pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bolabasket pada tim bolabasket putri SMA NEGERI 3 MANDAU yang berjumlah 12 orang menggunakan metodologi korelasional. Salah satu teknik yang di perlukan di dalam permainan bola basket adalah menggiring bola. Menggiring bola adalah salah satu bagian teknik yang penting untuk mencapai suatu prestasi, pada saat menggiring bola pemain dituntut untuk menguasai bola dalam berbagai posisi dengan penguasaan tangan, gerakan menggiring bola dilakukan dengan sangat cepat karena pemain memiliki waktu dan ruang yang terbatas. Menggiring/dribble bolabasket tidak hanya membawa bola dengan memantulkan bola ke lantai dengan tangan, melainkan menghadapi lawan yang jaraknya sangat dekat dan rapat, hal ini menuntut seorang pemain memiliki kemampuan *dribble* yang baik.

Beberapa faktor yang sangat menentukan *dribble* bola yaitu kecepatan, daya tahan, kelincahan, kelentukan, koordinasi gerak, mental siswa, program latihan, sarana prasarana. Diduga faktor yang paling mempengaruhi *dribble* bola adalah kelincahan. Dalam penelitian ini, kelincahan digunakan sebagai variabel bebas dan *dribble* sebagai variabel terikat. Data kelincahan (X) yang diteliti berdistribusi normal sebab $L_{0_{\text{maks}}} < L_{\text{tabel}}$ ($0,127 < 0,242$) pada $\alpha = 0,05$ (pada tingkat kepercayaan 95%). Dan data *Dribble* (Y) diperoleh berdistribusi normal sebab $L_{0_{\text{maks}}} < L_{\text{tabel}}$ ($0,110 < 0,242$) pada $\alpha = 0,05$ (pada tingkat kepercayaan 95%). Kemampuan maksimal dalam penelitian ini didapatkan dari hasil pengukuran kelincahan yaitu 7,77 dan tes *dribble* dengan 10,22. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara kelincihan terhadap kemampuan menggiring bola pada tim bolabasket putri SMA NEGERI 3 MANDAU dengan nilai $r_{hitung} = 0,714 > r_{tabel} = 0.602$. Hasil analisis data yang telah dilakukan diatas menunjukkan bahwa saat melakukan *dribble* dalam bolabasket dapat dipengaruhi oleh kelincihan dilihat dari seberapa besar kontribusi yang diberikan, dengan kata lain ada hubungan antara kelincihan terhadap kemampuan *dribble*, hal ini sejalan dengan hipotesis (H_a).

Dalam permainan bolabasket, pemain yang mampu membawa bola dengan cepat dan mampu melewati lawan dengan gerakan-gerakan yang memukau dapat dikatakan pemain tersebut mempunyai kelincihan yang tinggi. Kelincihan merupakan gerak yang sangat kompleks karena dalam kelincihan melibatkan berbagai macam interaksi seperti kecepatan, koordinasi dan kekuatan. Menurut Ismaryati (2008 : 41) kelincihan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Maka dari itu dalam keterampilan menggiring bolabasket, kelincihan sangat diperlukan dalam teknik menggiring bola untuk dapat melakukan terobosan dengan baik, menghindari dari lawan yang menghadang sehingga pemain dapat membawa bola dengan aman.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Setelah peneliti melakukan observasi pada tim basket putri SMA Negeri 3 Mandau masih terdapat permasalahan pada saat menggiring bola yaitu kurangnya kelincihan pemain dalam memantulkan bola dengan cepat melewati hadangan dari setiap lawan, kurangnya kemampuan mengecoh lawan dengan suatu atraksi gerakan tertentu seperti *crossover*, *spin dribble*, dan merubah arah *dribble* dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan tubuh saat menerobos untuk mencetak angka. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “ Hubungan Kelincihan Terhadap Kemampuan *Dribble* Pada Tim Bolabasket Putri SMA Negeri 3 Mandau ”.

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian korelasional dengan metode pengumpulan data tes dan pengukuran. Sampel yang digunakan adalah keseluruhan dari anggota basket tim putri SMA Negeri 3 Mandau yaitu yang berjumlah 12 orang. Instrument tes yang digunakan adalah tes kelincihan dogging run dan tes menggiring bolabasket (*dribble*). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi yang menunjukkan seberapa jauh hubungan antara variabel (X) dengan variabel (Y). Hasil dari perhitungan korelasi ini disebut dengan koefisien korelasi yang dikembangkan dengan huruf (r). Selanjutnya indeks koefisien korelasi berkisar antara -1 s/d 1.

Berdasarkan dari hasil penelitian, analisis data dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa nilai tertinggi dari tes kelincihan adalah 7,77 sedangkan nilai terendah adalah 11,06 dengan rata-rata 13,86 dan nilai tertinggi dari tes *dribble* adalah 10,22 sedangkan nilai terendah adalah 17,66 dengan nilai rata-rata 9,40. Data Kelincihan (X) diperoleh berdistribusi normal sebab $L_{0maks} < L_{tabel}$ ($0,127 < 0,242$) pada $\alpha = 0,05$ (pada tingkat kepercayaan 95%). Dan data *Dribble* (Y) diperoleh berdistribusi normal sebab $L_{0maks} < L_{tabel}$ ($0,110 < 0,242$) pada $\alpha = 0,05$ (pada tingkat kepercayaan 95%) disimpulkan bahwa data normal. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincihan dengan hasil *Dribble* tim bolabasket siswi SMA 3 MANDAU dengan nilai rata-rata tes kelincihan 9,40, dan tes *dribble* 13,86 juga didapat $r_{hitung}(0,714) > r_{tab}(0,602)$.

Berdasarkan pada hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka timbul beberapa wawasan yang dikemukakan oleh peneliti berupa saran – saran diantaranya adalah sebagai berikut: Bagi Pelatih/guru dapat memperhatikan kelincahan dengan cara memberikan latihan teratur dalam kemampuan *dribble* bolabasket. Juga melatih kemampuan *dribble* yang baik pada tim putri SMAN 3 Mandau karena hal itu sangat diperlukan untuk mendapatkan kemenangan. Bagi Atlet/siswa agar dapat menerapkan dan meningkatkan latihan kelincahan untuk menunjang kemampuan *dribble* dalam bolabasket dengan cara melakukan latihan secara rutin dan sistematis. Bagi para peneliti yang ingin melanjutkan penelitian ini agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan meneliti dengan jumlah populasi atau sampel yang lebih besar serta di daerah yang berbeda. Bagi pembaca yang ingin membaca penelitian ini semoga mendapatkan ilmu dan menambah wawasan dalam hidup, menjadikan penelitian ini sebagai bahan bacaan yang bagus untuk dibaca dan diminati untuk dibaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Arsil. 2008. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP. Padang.
- Depdikbud. 1977. *Tes Kemampuan Bermain Bolabasket Untuk Siswa SLTA Putra*. Pusat Kesegaran Jasmani Dan Rekreasi. Jakarta
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching*. cv.Tambak kusuma. Jakarta
- Irawadi, Hendri. 2014. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. UNP Press. Surakarta.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. UNS Press. Surakarta
- Kosasih, Denny. 2008. *Fundamental Basketball First Step To Win*. cv.Elwas Offset. Semarang
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar- Dasar Bolabasket, Cara Yang Lebih Baik Untuk Mempelajarinya*. Pakar Raya. Bandung
- Sodikun, Imam. 1992. *Olahraga Pilihan Bolabasket*. Depdikbud. Jakarta
- Wissel Hall. 2000. *Bolabasket Di Lengkapi Dengan Program Pemahiran Teknik Dan Taktik*. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta