

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, M., & Hanafi, H. (2018). Status Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Pada Tim Atlit Putra Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (Perbasi) Kabupaten Siak. *Jurnal Ilmiah Adiraga*, 4(2), 6–13. http://jurnal.unipasb.ac.id/index.php/adi_raga
- Agustiawan, A. (2020). Pengaruh Kekuatan, Koordinasi Mata Tangan dan Percaya Diri Terhadap Hasil Shooting Free Throw Atlet Bola Basket Palembang. *Jurnal Olympia*, 2(2), 17–26. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v2i2.1211>
- Al, O., Fakultas, F., & Dan, K. (2019). *Pengaruh Latihan Shooting Free Throw Menggunakan Satu Tangan Dan Dua Tangan Terhadap Hasil Shooting Free Throw Bola Basket Pada Tim Bola Basket Putri SMA Negeri 1 Natar (Skripsi)*.
- Albi Iqsal Ardana. (2023). <http://repository.stkippacitan.ac.id>.
- Anindiyah S, R. P., Jasmani, P., Rekreasi, dan, & Ilmu Keolahragaan, F. (2017). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 05 Nomor 03 Tahun*. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Aris Mulyono. (2024). Model Latihan Shooting Berbasis Ring Sensor Untuk Atlet Bola Basket KU 16–18. *Journal GEEJ*, 7(2), 13–66.
- Audrey Mardhatia Hanum. (2025). *Meningkatkan Kemampuan Teknik Dribbling Bola Basket Menggunakan Model Direct Instruction Pada Peserta Didik Tunarungu. Sarjana thesis, Universitas Negeri Jakarta*. 8–23.
- Bella Syahri Amalia. (2024). *Perbandingan Latihan Chair Shooting Dan Shooting Jarak Bertahap Terhadap Free Throw Atlet Bola Basket*. 4(2009), 25–108.
- Bompa, T. O. G. G. H., & Buzzichelli, C. A. (2015). Periodization of Strength Training for Sports. In *Periodization of Strength Training for Sports*. <https://doi.org/10.5040/9781718225428>
- Chan, F. (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan). *Cerdas Sifa*, 1(1), 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/703>
- Devani, V., & Syafruddin, S. (2018). Usulan Peningkatan Efektivitas Tenaga Kerja Dengan Menggunakan Metode Overall Labor Effectiveness. *Jurnal Ilmiah Rekayasa Dan Manajemen Sistem Informasi*, 4(2), 150. <https://doi.org/10.24014/rmsi.v4i2.5684>
- Dwi Prasetyo, D., Kusuma Prastiwi, B., & Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, J. (n.d.). Pengaruh Latihan Target Sasaran Untuk Meningkatkan Kemampuan Shooting Free Throw Bola Basket Pada Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Welahan. In *Journal of Physical Activity and Sports* (Vol. 1, Issue 1).

- Etin, R. (2023). Pekaruh Latihan Push Up Dan Plank Terhadap Hasil Shooting Free Throw Dalam Permainan Bola Basket Pada Mahasiswa Ukm Basketball San Agustin Dragons Universitas Katolik Santo Agustinus Hippo. *JOSEPHA: Journal of Sport Science And Physical Education*, 4(2), 73–82. <https://doi.org/10.38114/josepha.v4i2.380>
- Fauzi Abdurrahman . (2022). Pengembangan Teknologi Alat Bantu Latihan Passing Pada Olahraga Bola Basket. *Galang Tanjung*, 2504, 1–9.
- Febiyanti Marselina. (2023). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Passing (Chest Pass) Bola Basket Melalui Modifikasi Permainan Kelas IV SDN Bojonggede 03*. 1–23.
- Firmasari, N., & Adnan, A. (2019). Explosive Power Otot Lengan Dan Kelenturan Pinggang Berpengaruh terhadap Kemampuan Servis Atas Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1247–1258.
- Gilang Ramadhan, T., & Wijono. (2021). Motivasi Siswa Terhadap Ekstrakurikuler Bola Basket Di Sma Al-Isalam Krian Di Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(8), 101–106. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/40853>
- Hermawan, E. (2013). *Penerapan Media Bola Karet Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik One Hand Set Shot Dalam Permainan Bola Basket Di SMPN 234 Jakarta*. 1–23.
- Hery Permana Saputra. (2024). Pengembangan Model Latihan Passing Pada Tim Bola Basket Club Halim Perdana Kusuma Usia 18 Tahun. *Basu Swasta DH*, 17(440), 13–47. <http://id.wikipedia.org/wiki/Strategi>.
- Iman Sulaiman, 2024. (n.d.). *Coaching Point*, Iman Sulaiman, 2024.
- Julieta, S., Sutisyana, A., & Arwin, A. (2022). Perbedaan Hasil Free Throw Menggunakan Satu Tangan Dan Dua Tangan Pada Atlet Basket Putri Klub Ratu Pateax Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(2), 240–252. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v3i2.22611>
- Kaharnoto, D. (2023). Pengaruh Latihan Shooting Konsep B.E.E.F (Balance, Eyes, Elbow, Follow Through) Terhadap Hasil Shooting Free Throw Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Di SMAN 11 Kota Tangerang. *Kajian Teoritik*, 3(July), 1–23.
- Lidya, L., Sulaiman, I., & Wardoyo, H. (2020). Analisis Screen Offense Tim Basket Putri Universitas Negeri Jakarta Pada Lima Basketball Jakarta 2019. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 4(2), 54–62. <https://doi.org/10.21009/jsce.04209>
- Lillo Lokmanto. (2023). *Pengaruh Panjang Lengan, Power Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan Long Pass Pada Atlet Rugby Universitas Negeri Jakarta*. 1–23.
- Liunokas, O., Bil, O., & Selan, W. (2023). Perbandingan Shooting Satu dan Dua

- Tangan Terhadap Ketetapan Sasaran Permainan di Reformasi Basketball Club. *Journal of Education Sciences: Fondation & Application (JESFA)*, 2(1). <https://jesfa.umbulukumba.ac.id/index.php/jesfa>
- Machali. (2017). *Statistik itu Mudah Mengenal dan menggunakan SPSS sebagai Alat Bantu Statistik* (Issue October)
- Maulana Iqbal, Agustanico Dwi Muryadi, & Karlina Dwijayanti. (2021). Perbedaan Pengaruh Latihan One Hand Set Shoot Dan Two Hand Set Shoot Terhadap Tembakan Bebas (Free Throw) Dalam Permainan Bola Basket Pada Atlet Balka Club Tahun 2020. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 7(2), 57–71. <https://doi.org/10.36728/jip.v7i2.1642>
- May, A. J. (2011). A Comparison of the Effectiveness of Two Free Throw Shooting Methods. *Birth*, 14(1), 41–45. <https://doi.org/10.1111/j.1523-536X.1987.tb01447.x>
- Metha Rosalina Arifin. (2022). Model Latihan Shooting Dengan Menggunakan Media Alat Bantu Shotloc Pada Permainan Bola Basket. *Kajian Teoritik*, 3(July), 1–23.
- Muhamad Febriyanto Saputro. (2023). Analisis Finishing Tim Pancoran Soccer Field Pada Usia 18 Di Liga Topskor U-18. *Metode Penelitian Kualitatif*, 3(17), 43. [http://repository.unpas.ac.id/30547/5/BAB III.pdf](http://repository.unpas.ac.id/30547/5/BAB%20III.pdf)
- Muhammad Iskandar. (2024). Hubungan Koordinasi Mata Tangan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Medium Shoot Pada Ekstrakurikuler Bola Basket MTSN 16 Jakarta. 9,9-22
- Munandar, M. A. (2021). Survey Keterampilan Dribbling, Passing dan Shooting Bermain Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Putra SMA Negeri 2 Jambi. *Doctoral Dissertation, Universitas Jambi*, 1–76.
- Nerri Lestari, Oktarina, & Erick Prayogo Walton. (2022). Pengaruh Latihan Drill Menggunakan Satu Tangan Terhadap Keterampilan Shooting Undering Pada Atlet Junior Di Asakkawa Basketball Academy Pangkalpinang. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 7(2), 138–143. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v7i2.2108>
- Nugraha, M. T. (2025). Hubungan Kekuatan Lengan, Core, Dan Power Tungkai Terhadap Bantingan Harai-Goshi Pada Atlet Putra Judo Seishin Judoka Lampung Kategori Junior. *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu, 1999*.
- Nurillah El Zahra. (2013). Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu Shotloc Terhadap Hasil Shooting Free Throw Tim Bola Basket Putri Universitas Negeri Jakarta. *NBER Working Papers*, 89. <http://www.nber.org/papers/w16019>

- Pottkotter, K. (n.d.). One-handed shooting tips. US Sports Camps. Retrieved 2023, from <https://www.ussportscamps.com/tips/basketball/one-handed-shooting-tips>
- Putri, T. E., Kurniawan, F., & Wijaya, H. H. (2021). Pengaruh Alat Bantu Media Terhadap Keterampilan Hasil Lay Up Shoot Pada Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Sukatani. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(April), 142–150.
- Raihan J, A. (2020). *Pengaruh Metode Latihan Ball Handling Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 5 Soppeng*. <http://eprints.unm.ac.id/19318/>
- Reni Ayu Kustrini K5607014. (n.d.2012). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Tembakan Bebas Dengan Satu Tangan dan Dua Tangan Dari Atas Kepala Terhadap Kemampuan Tembakan Bebas Bola Basket Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMPN 4 Karanganyar Tahun 2011
- Rivaldi, M., Irawan, D. S., & Rahmanto, S. (2024). *Efektivitas Latihan Ladder Drill Dan Core Stability*. 5, 5793–5802.
- Rudiansyah, E., Usman, A., & Hakim, A. F. (2013). Upaya Meningkatkan Shooting Free Throw Permainan Bola Basket Dengan Metode Strength Pada Siswa Kelas X Akuntansi 2 SMK Negri 1 nanga Pinoh. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 1(1), 64–68.
- Ruslan Rusmana. (2024). Model Latihan Shooting Bola Basket Melalui Pendekatan Bermain Untuk Usia 14-16. *Taylorfrancis.Com*, 3(May), 1–12. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315456539-22/action-research-louis-cohen-lawrence-manion-keith-morrison>
- Sandika, G. A. R. I. (2018). *Perbandingan Ketepatan One Hand Set Shoot Dan Two Hand Set Shoot Pada Tembakan Bebas (Free Throw) Dalam Permainan Bola Basket Siswa SMA N 1 Torue*. 1, 1–14.
- Sari Mariping Mayangsuri. (2023). Pengembangan Model Latihan Shooting Dengan Metode Repetition Dalam Permainan Bola Basket Untuk Usia 12-14 Tahun. *Journal GEEJ*, 7(2), 6–36.
- Satriyasa, B. K., Studi, P., Fisiologi, M., Universitas, K., Denpasar, U., Kedokteran, F., Udayana, U., & Bali, D. (2018). *Pelatihan Model BEEF Concept Disertai Push Up Dan Jogging Lebih Meningkatkan Ketepatan Shooting Free throw Bola Basket Dari Pada Pelatihan Model BEEF Concept Disertai Dumbel Dan Jogging Training Model BEEF Concept Accompanied Push Up And Jogging Was More I*. 50–58.
- Setiadi, D. P., & Dr. Agus Hariyanto, M. kes. (2019). Efektifitas Shooting (1 Point, 2 Point, 3 Point) Bola Basket Pada Tim Basket Putri Semifinal-Final Dan Tim Basket Putri Indonesia Dalam Kompetisi Asian Games 2018. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(2), 1–6.
- Stiedewantara. (2020). Efektivitas Kerja. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

- Sugiyono, P. (2019). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif 2019. In Revista Brasileira de Linguística Aplicada (Vol. 5, Issue 1).
- Sulaiman, M.A. (2022). *Model Latihan One Hand Pass Dalam Permainan Bola Basket Untuk 13 - 15 Tahun*. 4(1), 1–23.
- Suriawan, N. N. I. M., Pramita, I., & Yoga Parwata, I. M. (2023). Pengaruh Latihan Modifikasi Hatha Yoga terhadap Fleksibilitas Lumbal pada Anak Usia 9-12 tahun di SD Negeri 2 Marga Tabanan. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 9(1), 139–149.
- Syamsul Darmawan. (2025). Model Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Passing Bola Basket Berbasis Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*, 10–87.
- UinSuska. (2015). Analisis Efektivitas Pembinaan Koperasi oleh Dinas Koperasi dan UKM (Usaha Kecil Menengah) Kabupaten Rokan Hilir. *Ilmiah*, 7–25.
- Wulandari1, U., & Simon2, H. J. (2019). Pengaruh Efektivitas Kerja Pegawai Terhadap Kualitas Pelayanan Publik Di Kelurahan Sidorame Barat I Kecamatan Medan Perjuangan. *Publik Reform*, 1–8.
<http://jurnal.dharmawangsa.ac.id/index.php/jupublik/article/view/339%0Ahttp://jurnal.dharmawangsa.ac.id/index.php/jupublik/article/viewFile/339/332>
<https://www.kompas.com/sports/read/2022/11/08/23000068/bentuk-gambar-dan-ukuran-lapangan-bola-basket>
<https://siat.ung.ac.id/files/wisuda/2014-2-1-85201-831410138-bab1-16012015114748.pdf>
https://www.penasorkes.com/2019/04/10-teknik-shooting-menembak-dalambola.html?utm_source