

PENGARUH PEMBELAJARAN MODIFIKASI TERHADAP HASIL BELAJAR *DRIBBLE* BOLA BASKET (Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Pamekasan)

Apriyanti F

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

Abdul Rachman Syam Tuasikal

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara peserta didik dan pendidik serta lingkungan yang dikelola melalui pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan secara sistematis, sehingga pembelajaran dapat berlangsung secara efektif, dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya. Melalui pendidikan jasmani, individu dapat mengembangkan bakat sesuai potensi fisik yang dimilikinya. Dalam pelaksanaan pendidikan jasmani akan lebih menarik apabila guru memiliki kemampuan untuk membuat suasana proses belajar mengajar menjadi lebih menyenangkan. Adapun upaya yang dapat dilakukan guru adalah dengan cara menciptakan model maupun bentuk dalam setiap permainan untuk mengelola pelaksanaan pembelajaran. Pada proses belajar mengajar, materi yang disampaikan tentang teknik dasar bola basket yang termasuk dalam permainan bola besar. Ada beberapa macam teknik dasar bola basket, salah satunya adalah *dribble*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar *dribble* bola basket pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Pamekasan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen semu. Populasi dan sampel dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 1 Pamekasan sebanyak 30 seluruh siswa. Penentuan sampel dalam penelitian ini, menggunakan teknik *cluster random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes kecepatan *dribble* bola basket yang dilihat dari waktu yang terbaik atau waktu yang tercepat. Berdasarkan hasil nilai beda antara *pre-test* dan *post-test* untuk rata-rata adalah sebesar 2.47, standart deviasi 0.93, varian 3.04, beda nilai minimum *pre-test* dan *post-test* sebesar 0.59 sedangkan beda nilai maksimum *pre-test* dan *post-test* sebesar 3.19. Sehingga dari hasil tersebut besar pengaruh antara *pre-test* dan *post-test* sebesar 18.16% yang berarti bahwa pemberian pembelajaran modifikasi berpengaruh dalam pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar *dribble* bola basket.

Kata Kunci : Pembelajaran modifikasi, hasil belajar, *dribble* bolabasket.

Abstract

Physical education is an interaction process between the students and the teacher within the environment organized through learning development of physical education done systematically, so that the process of learning can be effective and efficient to figure out a human completely. Through physical education, an individual can improve their talent based on their physical condition. In the process of learning, it will be more interesting that the teacher has the ability to situate the learning process fun. There is a way that a teacher can do; it is by creating a model or a new form of game to arrange the learning process. In the process, material conveyed of basic technique of basketball is included in big ball game. There are some basic techniques in basketball, one of them is dribbling. This research aims to know the impact of modified learning to the result of dribble training of the seventh graded students of SMP Negeri 1 Pamekasan. This research uses the quantitative method with quasi-experimental research design. The population and the sample of this research is all 30 students of the seventh grade of SMP Negeri 1 Pamekasan. Sample determination of this research uses the technique of cluster random sampling. The instrument used is speed test of dribbling in basketball seen within the best or the fastest time one. From the different results between pre-test and post-test, the average is 2.47, the deviancy standard is 0.93, the variant is 3.04, and the minimum difference between pre-test and post-test is 3.19. It can be seen that the

influence between pre-test and post-test is 18.16% that means the given modified learning to the result of dribble learning process in basketball.

Keywords : *modified learning, learning result, dribbling.*

PENDAHULUAN

Menurut Lutan (2000) pendidikan jasmani merupakan wahana untuk mendidik anak. Melalui pendidikan, manusia akan mampu mengembangkan potensi dirinya baik potensi fisik, potensi mental intelektual, potensi sosial emosional, maupun potensi mental spiritual. Dalam mengaktualisasikan diri individu bisa menggunakan kemampuan yang dimilikinya. Salah satunya adalah potensi fisik yang bisa dikembangkan melalui pembelajaran PJOK

PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup yang sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (KTSP, 2006:45).

PJOK adalah proses interaksi antara peserta didik dan pendidik serta lingkungan yang dikelola melalui pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan secara sistematis, sehingga pembelajaran dapat berlangsung secara efektif, dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya (Supandi, 1992). Melalui PJOK, individu dapat mengembangkan bakat sesuai potensi fisik yang dimilikinya, misalnya seperti bermain basket, tenis, bulutangkis maupun olahraga lainnya.

Dalam pelaksanaan PJOK akan lebih menarik apabila guru memiliki kemampuan untuk membuat suasana proses belajar mengajar menjadi lebih menyenangkan. Adapun upaya yang dapat dilakukan guru adalah dengan cara menciptakan model maupun bentuk dalam setiap permainan untuk mengelola pelaksanaan pembelajaran. Proses belajar mengajar tidak akan berjalan maksimal tanpa adanya kreativitas guru dalam mengajar berbagai materi olahraga. Untuk meningkatkan motivasi dan semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, guru perlu menguasai model-model pembelajaran yang tidak membuat siswa merasa bosan serta sulit untuk memahami materi.

Dalam aktivitas olahraga memerlukan modifikasi agar siswa memperoleh kepuasan dan memberikan hasil yang baik. Merubah unsur-unsur tertentu dan meningkatkan keberhasilan partisipasi. Pertimbangan yang paling penting dalam modifikasi adalah agar siswa dapat belajar menggerakkan pola gerak yang benar.

Ketidak berhasilan suatu proses pembelajaran disebabkan antara lain siswa tidak sanggup menyelesaikan tugas gerak dan peraturan yang kompleks. Untuk menghindari adanya kesulitan tersebut perlu diberikan permainan-permainan yang telah dimodifikasi seperti permainan Tom dan Jerry dan Estafet Bola.

Menurut Kristiyandaru (2011) pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan yang keseluruhan dilakukan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat mengembangkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang. Sehingga memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian serta tanggung jawab terhadap diri sendiri maupun lingkungan dan sekitarnya.

Menurut Undang-Undang Pokok Pendidikan dan Pengajaran No. 12 Tahun 1954 Bab VI, Pasal 9), "Pendidikan jasmani menuju keselarasan antara tumbuhnya badan dan perkembangan jiwa dan merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat dan kuat lahir batin, diberikan di segala jenis sekolah". Menurut SK Menpora Nomor 053 A/MENPORA/1994 (dalam Nurhasan, dkk., (2005: 2), "pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan pembentukan watak".

Masri'an, dkk., (2015) mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang menggunakan aktifitas fisik sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan. Dengan kata lain, pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan tidak akan mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan jika pelaksanaannya tidak mengutamakan aktivitas fisik dalam proses pembelajaran.

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang pelaksanaannya melalui aktivitas jasmani (*education through physical*) yang mengaktualisasikan potensi-potensi berupa sikap, tindak, dan karya untuk mencapai sebuah pendidikan melalui jasmani melalui olahraga (Suherman, 2000).

Dari latar belakang tersebut, penulis melakukan modifikasi alat yaitu bola basket menjadi bola voli dalam proses belajar mengajar, dikarenakan agar siswa lebih aktif dan bisa mempraktekkan gerak dasar yang diajarkan maka dari itu penulis tertarik mengadakan penelitian dengan judul "Pengaruh Pembelajaran Modifikasi

Terhadap Hasil Belajar *Dribble* Bolabasket (Studi pada Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Pamekasan Tahun Ajaran 2014/2015).”

METODE

Penelitian yang dilakukan merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen semu. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian dengan pendekatan deduktif-induktif (khusus ke umum), data berupa numerik (angka) yang merupakan hasil perhitungan. Penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat diantara variabel-variabel. Dimana terdapat penerapan perlakuan kepada subjek atau objek penelitian. Sedangkan desain penelitian merupakan sebuah rancangan bagaimana suatu penelitian akan dilakukan (Maksum, 2012: 95). Desain penelitian yang dilakukan oleh *One Group Pretest-Posttest Desaint*.

Populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksudkan untuk diteliti, yang nantinya akan dikenai generalisasi. Generalisasi adalah suatu cara pengambilan kesimpulan terhadap kelompok individu atau objek yang lebih luas berdasarkan data yang diperoleh dari sekelompok individu atau objek yang lebih sedikit (Maksum, 2012 : 53). Yang digunakan sebagai populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Pamekasan, yang terdiri dalam 10 kelas.

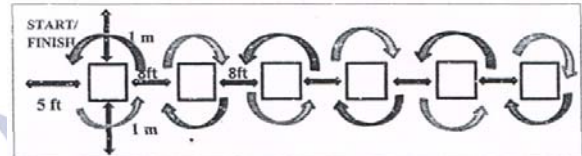
Sampel adalah sebagian kecil individu atau objek yang dijadikan wakil dalam penelitian (Maksum, 2012: 53). Sampel yang baik harus sejauh mungkin menggambarkan populasi (*sample representative*). Penentuan sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *cluster random sampling* dimana peneliti bukan memilih individu, melainkan kelompok atau area yang disebut *cluster*. Dari 10 kelas yang ada peneliti memilih 1 kelas secara acak. Pemilihan kelas didasarkan pada undian yang dilakukan oleh penulis. Undian dilakukan dengan cara, penulis mengisi kaleng dengan potongan kertas yang berjumlah 10, yang dituliskan kelas VII-A sampai VII-J. potongan kertas yang keluar dari kaleng itulah yang dijadikan sampel dalam penelitian ini. Pada saat undian yang keluar adalah kertas bertuliskan kelas VII-G.

Pelaksanaan

1. *Teste* menggiring bola secepat-cepatnya diawali dari garis *start* melintasi rintangan hingga kembali ke finish pada satu kali jarak tempuh.
2. Jarak tempuh giringan bola *testee* dibatasi oleh garis pembatas berjarak 1 meter dari berdirinya rintangan.
3. Apabila *testee* pada kesempatan menggiring bola

melakukan kesalahan dengan keluarnya bola dari atas ruang giringan bola, maka kesempatan tersebut dianggap gagal.

4. *Testee* mengawali giringan bola dari garis *start* melalui kanan.
5. *Testee* mencatat waktu tempuh yang dicapai dari 3 kali kesempatan untuk mendapatkan waktu terbaik sebagai skor *testee*.
6. Petugas terdiri dari 1 orang *timer* dan orang 1 orang pencatat skor / pengawas lintas.



Keterangan :

Testee : siswa yang melakukan tes
dribble

Testee : penguji

1 ft : 30,48 cm = 0,3048 m

5 ft : 1,524 m

8 ft : 2,4384 m

→ : arah berangkat

← : arah kembali

Tabel 1 Norma penilaian tes *dribble*

No	Jenis Kelamin		Nilai
	Laki-laki	Perempuan	
1	≤ 8" 99	≤ 10"99	90 - 100
2	9"99 - 9"00	11"99 - 11"00	80 - 89
3	10"99 - 10"00	12"99 - 12"00	70 - 79
4	11"99 - 11"00	13"99 - 13"00	60 - 69
5	12"99 - 12"00	14"99 - 14"00	50 - 59
6	13"99 - 13"00	15"99 - 15"00	40 - 49
7	14"99 - 14"00	16"99 - 16"00	30 - 39
8	15"99 - 15"00	17"99 - 17"00	20 - 29
9	16"99 - 16"00	18"99 - 18"00	10 - 09
10	17"99 - 17"00	19"99 - 19"00	0 - 9

(Rahantoknam, 2006: 66)

Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian (Maksum, 2012: 29). Variabel dapat digolongkan menjadi variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi, sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi.

Dalam penelitian ini terdapat 2 variabel yang terdiri dari :

Variabel terikat : Hasil belajar *dribble* bola basket.

Variabel bebas : Pembelajaran modifikasi

Hasil Penelitian**Tabel 2 Daftar Hasil *Post-test Dribble* bola basket siswa kelas VII SMP Negeri 1 Pamekasan**
Tabel 3 Daftar Hasil *Pre-test Dribble* bola basket siswa kelas VII SMP Negeri 1 Pamekasan
Tabel 4 Deskripsi Data

Deskripsi	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Nilai Beda
Rata-rata	13.65	11.18	2.47
Standart Deviasi	2.11	1.18	0.93
Varian	4.44	1.4	3.04
Nilai Minimum	9.89	9.3	0.59
Nilai Maksimum	17.06	13.87	3.19
Besar Pengaruh	18.16%		

Dapat dilihat bahwa nilai sebelum dan sesudah pelaksanaan materi modifikasi pembelajaran *dribble* bolabasket dilihat *pre-test* memiliki rata-rata sebesar 13.65, standart deviasi 2.11, varian 4.44, nilai minimum 9.89 dan nilai maksimum 17.06. Sedangkan untuk nilai *posttest* didapat nilai rata-rata sebesar 11.18, standart deviasi 1.18, varian 1.4, nilai minimum 9.30 dan nilai maksimum 13.87.

Nilai beda antara *pre-test* dan *post-test* untuk rata-rata adalah sebesar 2.47, standart deviasi 0.93, varian 3.04, beda nilai minimum *pre-test* dan *post-test* sebesar 0.59 sedangkan beda nilai maksimum *pre-test* dan *post-test* sebesar 3.19. Sehingga dari hasil tersebut besar pengaruh antara *pre-test* dan *post-test* sebesar 18.16% yang berarti bahwa pemberian pembelajaran modifikasi berpengaruh dalam pembelajaran PJOK.

Tabel 5 Hasil Uji Normalitas Distribusi Data

Uji Normalitas	X ² hitung	X ² tabel	Keterangan
<i>Pretest</i>	6.94	5.991	Distribusi Normal
<i>Posttest</i>	39.87	5.991	Distribusi Normal

Hasil uji normalitas data pada saat *pretest* dan *posttest* dikategorikan distribusi normal karena X^2_{hitung} lebih besar dari pada X^2_{tabel} .

Hasil Uji-T

Terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test* karena $t_{hitung} > t_{tabel}$.

Data	t_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan
<i>Pre-test</i>	6.97	1.697	Signifikan
<i>Post-test</i>			

Pembahasan

Pembahasan ini akan membahas penguraian tentang penelitian pengaruh modifikasi pembelajaran terhadap hasil belajar *dribble* bolabasket pada siswa kelas VII-G SMPN 1 Pamekasan. Oleh karena itu dalam meningkatkan hasil belajar serta teknik dasar *dribble* bolabasket. Siswa diperlukan modifikasi pembelajaran yang bervariasi dan

menarik bagi siswa. Sehingga siswa dapat menguasai teknik dasar *dribble* bolabasket.

Dari hasil penelitian yang dilakukan 4 kali pertemuan yang dilakukan di SMPN 1 Pamekasan. Pada pertemuan awal atau pertemuan pertama siswa dalam melakukan *pretest dribble* dengan cara memantulkan bola menggunakan satu tangan secara bergantian menggunakan bola basket ada yang mengalami kesulitan, seperti menggunakan kedua tangan dengan bersamaan, menggunakan telapak tangan, melihat bola, bahkan ada juga yang berjalan dan memantulkan satu kali dan bolanya dipegang kembali. Pada pertemuan pertama ini jumlah siswa yang mengikuti *pretest dribble* berjumlah 31 siswa.

Pada pertemuan kedua, pertemuan materi dan *treatment* siswa melaksanakan yang telah dijelaskan oleh guru pertemuan sebelumnya. Salah satu siswa melakukan *dribble* dengan menggunakan bola voli. Pada pertemuan kedua ini hampir semua siswa tidak dapat mengetahui nama macam-macam teknik dasar permainan bola basket maupun *dribble* bola basket. Siswa hanya mengetahui gerakan macam-macam *dribble*. Saat *treatment* melakukan *dribble* di tempat dengan cara memantulkan bola menggunakan satu tangan dengan bola voli, siswa mengalami kesulitan karena bola yang digunakan bukan bola yang sebenarnya (bola voli). Banyak yang menggunakan telapak tangannya, dipukul-pukul bolanya, *dribble* dengan bolanya disamping dan memantulkan bola sampai melebihi kepalanya. Pada pertemuan pertama ini jumlah siswa yang mengikuti *pretest dribble* berjumlah 32 siswa.

Pada pertemuan ketiga materi *treatment* kedua *dribble* menggunakan bola voli dengan berlari lurus sampai batas yang di tentukan, dan *dribble* ditempat. *Dribble* di tempat dilakukan dua kali agar peneliti dapat mengetahui seberapa besar siswa bisa melakukan *dribble* dengan benar. Pada pertemuan ini mengalami perubahan yang berbeda dari pertemuan sebelumnya (pertemuan pertama dan kedua), perbedaan tersebut siswa dapat melakukan *dribble* dengan cara memantulkan bola dengan menggunakan satu tangan dengan bola voli dan benar. Perbedaan ini dapat diketahui beberapa siswa yang awalnya tidak bisa melakukan *dribble* dengan satu tangan secara bergantian maupun *dribble* sambil berlari dengan bola disamping sekarang dapat melakukan dengan baik dan benar. Pada pertemuan ketiga ini jumlah siswa yang mengikuti *pretest dribble* berjumlah 32 siswa.

Pada pertemuan keempat siswa melakukan *posttest dribble* bola basket dengan memberikan penilaian kecepatan *dribble* bola basket. Penilaian ini dilakukan untuk mengetahui kemampuan siswa sesudah mendapatkan materi yang telah diajarkan sebelumnya. Baik macam-macam teknik *dribble* maupun praktiknya.

Pada pertemuan keempat ini jumlah siswa yang mengikuti *pretest dribble* berjumlah 30 siswa.

Peran guru tidak hanya menjelaskan tugas gerak yang diberikan, tetapi peran guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan harus mampu menginstruksikan pada siswanya baik secara teori maupun praktik. Sehingga siswa tidak hanya mampu di bidang praktik tetapi juga mampu dalam materi yang diajarkan. Kurang adanya ketegasan guru dalam memberikan materi serta gerak dengan sarana maupun prasarana yang ada, dalam peran guru harus memberikan permainan yang tidak lepas dari materi yang diajarkan, agar siswa lebih aktif dalam pembelajaran tersebut. Adanya permainan dan modifikasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar siswa, terutama dalam materi *dribble* bola basket.

Pada penelitian ini bola basket dimodifikasi menggunakan bola voli karena berat bola voli lebih ringan dari bola basket, selain itu struktur kulit bola voli lebih lunak dari bola basket. Hal tersebut membuat anak leluasa melakukan *dribble* bola basket dan dalam waktu relatif cepat. Sehingga ada pengaruh pembelajaran modifikasi alat terhadap hasil belajar *dribble* bola basket.

PENUTUP

Simpulan

Hasil penelitian tetang pengaruh modifikasi pembelajaran terhadap hasil belajar *dribble* bola basket pada siswa kelas VII-G SMP Negeri 1 Pamekasan dapat disimpulkan bahwa:

1. Adanya pengaruh pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar *dribble* bolabasket pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Pamekasan tahun ajaran 2014-2015.
2. Besarnya pengaruh pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar *dribble* bolabasket pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Pamekasan tahun ajaran 2014-2015 sebesar 18,16 %.

Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan, maka diberikan saran yang diharapkan dapat memperbaiki hasil penelitian ini, saran tersebut antara lain:

1. Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, sebaiknya pemberian model-model permainan pembelajaran yang dimodifikasi perlu ditingkatkan dan bisa diacukan bagi para guru pengajar dalam meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah.
2. Agar hasil belajar khususnya pada *dribble* bola basket bisa tercapai, maka dibutuhkan model-model permainan yang lebih banyak dan dilakukan sesuai kemampuan siswa sehingga apa yang telah disampaikan kepada siswa akan diterima baik.

3. Bagi peneliti selanjutnya perlu diadakan penelitian yang sejenis dengan menggunakan modifikasi pembelajaran yang lebih banyak lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Pemuda dan Olahraga. (2006). *Parameter Test SMP/SMA Negeri Ragunan 2005*. Jakarta: Kantor Menegpora.
- Dimiyati, dan Mudjiono. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamiyah dan Muhamad. 2014. *Strategi Belajar Mengajar Di Kelas*. Jakarta: Prestasi Pustakarya.
- Husdarta dan Saputra. 2013. *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : Alfabeta.
- Irsyada, Machfud. 2000. *Bola Basket*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III
- Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). 2006. *Kelas I - VI Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional 2006.
- Kristiyandaru, Advendi. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Lutan, Rusli. 2000. *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2007. *Statistik: dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Masri'an, Dkk. 2015. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Jakarta: Erlangga.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Bandung: Yudhistira
- Nuh, Muhammad. 2013. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Nurhasan, dkk. 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa University Press.
- Oliver, Jon. 2007. *Basket Ball Fundamentals dan Dasar Dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar raya.
- Suherman, Adang. 2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III
- Suherman, Adang. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III
- Sunarsih, dkk. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SD Kelas VI*. Jakarta: Erlangga
- Supandi. 1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.