Laksana Olahraga
Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
Vol. x, No. xx, Bulan, 20xx, pp. xxx - xxx

Pelatihan Teknik Dasar Permainan Bola Basket Pada Guru Sekolah Menengah Pertama

Wahyuningtyas Puspitorini[1], Yafi Velyan Mahyudi[2], Herman Chaniago[3], Desy Tya Maya Ningrum[4]
[1]Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia, wahyu_puspitorini@unj.ac.id
[2]Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia, yafivelyanmahyudi@unj.ac.id
[3]Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia, herman@unj.ac.id
[4]Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia, desy.tya@dsn.ubharajaya.ac.id

Article History:
Received:
Revised:
Accepted:

Abstract: *Basketball is a popular sport among junior high school students, but many students still have not mastered the basic techniques properly. This is due to limited physical education class hours, the lack of structured extracurricular programs, and minimal training from professional staff. This community service program aims to improve the understanding and skills of basic basketball techniques through systematic training that focuses on dribbling, passing, shooting, and footwork, as well as fostering interest in sports and sportsmanship. Targeted outcomes include an increase in basic technical skills of at least 75%, the formation of a competitive school team, training modules for teachers and coaches, publication of scientific articles, and publications in local mass media. The program was implemented for 3 months with the involvement of certified coaches and Physical Education students as assistants, and regular evaluations to ensure target achievement. The results showed an increase in participants' theoretical knowledge reaching an average of 456.2%, with basic playing strategies increasing by up to 850.0%. The increase in practical skills reached an average of 143.7%, indicating the success of the progressive learning approach. The participation rate reached 92.6% full attendance and 85.2% of participants expressed a desire to continue learning. This success demonstrates the effectiveness of adaptive training methods, an ideal instructor-to-participant ratio, and a robust feedback system. The program successfully identified students' potential for ongoing development and demonstrated that collaboration between universities and schools has a significant positive impact on sports development at the secondary education level.*
(Cambria, size 11 font Italic)

Keywords: *basketball, basic techniques, junior high school teachers, community service, structured training.*

Abstrak: *Olahraga bola basket merupakan cabang olahraga populer di kalangan guru Sekolah Menengah Pertama (SMP),*

Laksana Olahraga
Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
Vol. 02, No. 01, Bulan, 2026, pp. 25 - 34

namun masih banyak guru yang belum menguasai teknik dasar dengan benar. Hal ini disebabkan oleh terbatasnya jam pelajaran pendidikan jasmani, kurangnya program ekstrakurikuler terstruktur, dan minimnya pelatihan dari tenaga profesional. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan keterampilan teknik dasar bola basket melalui pelatihan sistematis yang berfokus pada dribbling, passing, shooting, dan footwork, serta menumbuhkan minat berolahraga dan karakter sportivitas. Luaran yang ditargetkan meliputi peningkatan kemampuan teknik dasar minimal 75%, terbentuknya tim sekolah yang kompetitif, modul pelatihan untuk guru dan pelatih, publikasi artikel ilmiah, dan publikasi di media massa lokal. Program dilaksanakan selama 3 bulan dengan melibatkan pelatih bersertifikat dan mahasiswa Pendidikan Olahraga sebagai asisten, serta evaluasi berkala untuk memastikan pencapaian target. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan teoritis peserta mencapai rata-rata 456,2%, dengan strategi dasar bermain meningkat hingga 850,0%. Peningkatan keterampilan praktik mencapai rata-rata 143,7%, mengindikasikan keberhasilan pendekatan pembelajaran progresif. Tingkat partisipasi mencapai 92,6% kehadiran penuh dan 85,2% peserta menyatakan keinginan melanjutkan pembelajaran. Keberhasilan ini menunjukkan efektivitas metode pelatihan adaptif, rasio instruktur-peserta ideal, dan feedback system yang baik. Program berhasil mengidentifikasi potensi siswa untuk pembinaan berkelanjutan dan membuktikan bahwa kolaborasi perguruan tinggi dengan sekolah menghasilkan dampak positif signifikan bagi pengembangan olahraga di tingkat pendidikan menengah.

Kata Kunci: bola basket, teknik dasar, guru SMP, pengabdian masyarakat, pelatihan terstruktur.

Pendahuluan

Bola basket merupakan salah satu olahraga populer di kalangan siswa Sekolah Menengah Pertama yang mampu mengembangkan keterampilan motorik, kerja sama tim, dan sportivitas [1]. Namun, penguasaan teknik dasar bola basket di tingkat SMP masih belum optimal akibat terbatasnya jam pelajaran pendidikan jasmani dan minimnya program pelatihan terstruktur. Kondisi ini berdampak pada rendahnya kualitas permainan dan minat siswa untuk mengembangkan potensi di bidang olahraga basket [2]. Program pelatihan teknik dasar bola basket ini dirancang sebagai solusi untuk meningkatkan kompetensi guru melalui metode pembelajaran sistematis yang mencakup dribbling, passing, shooting, dan footwork, serta menumbuhkan karakter positif melalui nilai-nilai olahraga.

Pelatihan pembinaan olahraga bola basket di sekolah menengah pertama (SMP) merupakan bagian penting dari pengembangan keterampilan dan pembinaan bakat

siswa. Beberapa topik ini mencakup berbagai aspek seperti kompetensi pelatih, program pelatihan, dan pengembangan keterampilan dasar. Kompetensi pelatih di sekolah menengah pertama sangat berpengaruh terhadap kinerja atlet siswa. Pelatih yang kompeten dapat meningkatkan hubungan pelatih-atlet dan perilaku interpersonal pelatih, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kinerja atletik siswa. [3] [4]. Program pelatihan yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pelatih dalam menyusun program latihan yang efektif. Pelatihan dan pendampingan dapat meningkatkan pemahaman pelatih tentang persiapan program latihan olahraga, yang penting untuk kegiatan ekstrakurikuler di sekolah [5]. Implementasi program pelatihan berbasis permainan, telah terbukti efektif dalam meningkatkan praktik pengajaran dan hasil siswa, termasuk kompetensi fisik dan motivasi intrinsic [6].

Pembinaan ekstrakurikuler bola basket di sekolah sering kali menghadapi tantangan seperti keterbatasan fasilitas dan kurangnya proses seleksi ilmiah dalam merekrut peserta. Penggunaan pencarian bakat dapat menjadi alternatif untuk memfasilitasi proses pembinaan [7] [8]. SMP Negeri 30 Kota Jakarta Selatan merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang terletak di wilayah perkotaan dengan jumlah siswa mencapai kurang lebih mencapai 780 orang. Sekolah ini memiliki fasilitas lapangan olahraga multifungsi yang dapat digunakan untuk berbagai aktivitas olahraga termasuk bola basket. Meskipun memiliki fasilitas yang memadai, program pembinaan olahraga khususnya bola basket belum berjalan optimal.

Kondisi eksisting mitra yaitu fasilitas dan sarana prasarana termasuk 1 lapangan basket dengan kondisi cukup baik. Tersedia kurang lebih 8 bola basket dengan kondisi layak pakai. Belum memiliki papan strategi dan peralatan penunjang latihan. Sedangkan sumber daya manusia yaitu memiliki 2 guru PJOK dengan latar belakang pendidikan jasmani dan olahraga. Belum memiliki pelatih khusus bola basket dan terdapat 45 siswa yang aktif mengikuti ekstrakurikuler bola basket. Dukungan untuk pelatih dalam bentuk pelatihan dan pengembangan keterampilan dapat membantu mengatasi tantangan ini dan meningkatkan kualitas pembinaan [9]. Potensi bakat yang belum teridentifikasi dan terbina dengan baik Program pembinaan ekstrakurikuler bola basket dilaksanakan 2 kali dalam seminggu yaitu pada hari Rabu dan Sabtu pukul 15.00 WIB. Belum memiliki program latihan terstruktur dengan minimnya kompetisi yang diikuti. Belum ada prestasi signifikan di bidang bola basket. Permasalahan prioritas yaitu rendahnya penguasaan teknik dasar bola basket pada siswa. keterbatasan kompetensi guru dalam melatih bola basket. Belum optimalnya program pembinaan yang berkelanjutan serta minimnya kesempatan kompetisi.

Bidang manajemen pembinaan karena keterbatasan kompetensi Guru PJOK dalam melatih teknik dasar bola basket. Guru PJOK belum memiliki lisensi kepelatihan bola basket sehingga kurangnya pemahaman tentang metodologi latihan modern. Terbatasnya kemampuan dalam merancang program latihan progresif karena minimnya

pengetahuan tentang penanganan cedera olahraga. Belum optimalnya kemampuan analisis gerakan dan koreksi teknik karena keterbatasan dalam manajemen tim dan strategi pertandingan.Sistem pembinaan yang belum optimal dan belum adanya database pemantauan perkembangan atlet. Tidak tersedianya jalur pembinaan berkelanjutan untuk atlet berbakat. Kurangnya koordinasi dengan pihak eksternal (pengcab, klub, dll), dan minimnya kompetisi yang diikuti untuk pengembangan mental bertanding. Belum adanya sistem reward untuk atlet berprestasi, dan terbatasnya dukungan nutrisi dan pemulihan untuk atlet.

Metode

Metode pengabdian masyarakat ini dirancang secara komprehensif dan sistematis untuk mengimplementasikan solusi yang telah dirumuskan, dengan memperhatikan prinsip partisipatif, kolaboratif, dan berkelanjutan. Tahapan pelaksanaan dibagi menjadi empat fase utama: persiapan, implementasi, monitoring dan evaluasi, serta diseminasi. Tahapan pertama yaitu melakukan koordinasi dengan kepala sekolah dan guru PJOK untuk mengidentifikasi kondisi eksisting secara komprehensif. Melakukan kesepakatan formal melalui nota kesepahaman dan melakukan pemetaan detil kebutuhan mitra.

Tahap implementasi yaitu dengan melakukan workshop untuk pengenalan Fundamental Skill Development. Tahap persiapan penyusunan kurikulum pelatihan, pembagian kelompok berdasarkan kemampuan, menyiapkan sarana dan prasarana. Materi pelatihan meliputi teknik dasar (drible, passing, dan finishing). Materi pola offense dan defense, transisi offense ke defense, dan transisi defense ke offense. Metode pelatihan yang digunakan yaitu ceramah, demonstrasi teknik, practice drill, small game. Fase implementasi meliputi latihan 3 kali seminggu dengan durasi latihan 90-120 menit. Pembagian kelompok berbasis kemampuan dengan melakukan pendekatan multilateral development. Komponen latihan fisik dan mental training dalam pelaksanaan workshop dan pelatihan Guru. Pelatihan lisensi kepelatihan dengan mengenalkan materi metodologi kepelatihan. Tahap monitoring dan evaluasi dengan melakukan evaluasi mingguan melihat rekam jejak perkembangan. Konsultasi individual perbaikan berkelanjutan. Pengukuran capaian dengan melakukan post-test keterampilan serta melakukan analisis perkembangan.

Tahapan selanjutnya yaitu publikasi ilmiah pada jurnal pengabdian yang terakreditasi sinta atau melakukan prosiding seminar. Pendekatan metodologis yang dilaukan yaitu dengan partisipatif, kolaboratif, berbasis evidence based dan sustainable (keberlanjutan). Luaran utama yaitu untuk peningkatan kemampuan teknik permainan bola basket, pengembangan sistem pembinaan, model keberlanjutan program. Metode pengabdian ini dirancang secara sistematis untuk memberikan solusi komprehensif dalam pembinaan olahraga bola basket di SMP, dengan pendekatan yang holistik dan berkelanjutan.

Hasil

Kegiatan pelatihan teknik dasar bola basket dilaksanakan selama tiga hari berturut-turut di lapangan basket SMP Negeri 2 Cimarga dengan melibatkan 27 siswa kelas VII dan VIII yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan sesi pembukaan yang diisi dengan perkenalan tim instruktur, penjelasan tujuan kegiatan, dan pre-test untuk mengukur kemampuan awal peserta. Tim instruktur terdiri dari tiga dosen olahraga yang telah berpengalaman dalam pembinaan bola basket tingkat remaja, didukung oleh dua mahasiswa sebagai asisten pelatih.

Sesi pertama pelatihan dimulai dengan *assessment* awal melalui observasi langsung terhadap kemampuan dasar peserta dalam menangani bola basket. Sebagian besar peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi meskipun tingkat kemampuan awal mereka bervariasi. Sesi teoritis pertama membahas sejarah singkat bola basket, peraturan dasar, dan pentingnya penguasaan teknik fundamental. Materi praktik hari pertama fokus pada teknik dribbling dengan berbagai variasi, dimulai dari *stationary dribbling, moving dribbling*, hingga *crossover dribbling*. Para instruktur menggunakan metode demonstrasi langsung diikuti dengan drill berulang untuk memastikan peserta dapat meniru gerakan dengan benar. Evaluasi harian dilakukan melalui tes keterampilan sederhana dan observasi partisipasi aktif peserta.

Sesi kedua pelatihan mengawali dengan *review* singkat materi hari sebelumnya untuk memastikan retensi pembelajaran. Fokus utama adalah teknik *passing* dan *catching* dengan tiga jenis utama yaitu *chest pass, bounce pass*, dan *overhead pass*. Pembelajaran dilakukan secara progresif, dimulai dari latihan individual menggunakan tembok sebagai target, kemudian berpasangan dengan jarak bertahap, dan akhirnya dalam formasi kelompok. Sesi *shooting* diperkenalkan dengan teknik dasar *set shot* dan *jump shot*, dengan penekanan pada postur tubuh, posisi kaki, dan *follow-through* yang benar. Para peserta menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam koordinasi mata-tangan dan akurasi passing, meskipun teknik *shooting* masih memerlukan latihan lebih intensif.

Sesi ketiga merupakan puncak dari keseluruhan program pelatihan dengan mengintegrasikan semua teknik yang telah dipelajari. Sesi dimulai dengan *comprehensive warm-up* yang menggabungkan semua elemen teknik dasar. Materi baru yang diperkenalkan adalah teknik *rebound*, baik *offensive* maupun *defensive rebound,* dengan penekanan pada *timing, positioning*, dan *securing the ball*. Untuk mengaplikasikan semua teknik secara terintegrasi, peserta dibagi ke dalam tim-tim kecil untuk bermain permainan modifikasi 3 vs 3 dan 4 vs 4. Permainan ini dirancang khusus untuk memberikan kesempatan semua peserta mencoba berbagai posisi dan teknik dalam situasi yang menyerupai permainan sesungguhnya. Evaluasi akhir dilakukan melalui *post-test* komprehensif yang mengukur peningkatan kemampuan teoritis dan praktis peserta.

Metode pembelajaran yang diterapkan mengkombinasikan pendekatan tradisional dan modern dalam pelatihan olahraga. Setiap sesi dimulai dengan penjelasan teoritis singkat, dilanjutkan dengan demonstrasi oleh instruktur, kemudian praktik terbimbing

dengan koreksi individual, dan diakhiri dengan latihan mandiri atau permainan aplikatif. Sistem feedback yang digunakan adalah corrective feedback untuk memperbaiki kesalahan teknik dan positive reinforcement untuk meningkatkan motivasi peserta. Rasio instruktur dan peserta 1:9 memungkinkan perhatian individual yang memadai bagi setiap peserta. Dokumentasi kegiatan dilakukan melalui foto dan video untuk keperluan evaluasi dan arsip kegiatan pengabdian masyarakat.

Tabel 1. Data Pengetahuan Teoritis

No	Aspek Pengetahuan	Pre-Test	Post-Test	Selisih	Persentase
1	Peraturan Dasar Bola Basket	8	25	17	68,00
2	Teknik Dribbling	6	24	18	72,00
3	Teknik Passing	5	23	18	72,00
4	Teknik Shooting	4	22	18	72,00
5	Teknik Rebounding	3	20	17	68,00
6	Strategi Dasar Bermain	2	19	17	68,00
Ẋ		**4.7**	**22.2**	**17.5**	

Tabel 2. Data Keterampilan Praktik

No	Teknik Dasar	Pre-Test	Post-Test	Selisih	Persentase
1	Stationary Dribbling	2.1	4.2	2.1	51,22
2	Moving Dribbling	1.8	3.9	2.1	51,22
3	Crossover Dribbling	1.2	3.2	2.0	48,78
4	Chest Pass	1.9	4.1	2.2	53,66
5	Bounce Pass	1.5	3.7	2.2	53,66
6	Overhead Pass	1.3	3.4	2.1	51,22
7	Set Shot	1.6	3.5	1.9	46,34
8	Jump Shot	1.1	2.9	1.8	43,90
9	Offensive Rebound	1.4	3.3	1.9	46,34
10	Defensive Rebound	1.7	3.6	1.9	46,34
Ẋ		**1.56**	**3.58**	**2.02**	

Tabel 3. Data Partisipasi dan Motivasi

Indikator	Jumlah Peserta	Persentase
Kehadiran Penuh (3 hari)	25	92.6%
Partisipasi Aktif	27	100.0%
Menyelesaikan Semua Drill	24	88.9%
Mengikuti Permainan Akhir	26	96.3%
Menyatakan Ingin Melanjutkan	23	85.2%

Berdasarkan data yang terkumpul selama tiga hari pelatihan, terdapat peningkatan yang sangat signifikan pada semua aspek yang diukur. Pada aspek pengetahuan teoritis, rata-rata peningkatan mencapai 45.62%, dengan peningkatan tertinggi pada strategi dasar bermain (85.00%) dan terendah pada peraturan dasar bola basket (21.25%). Tingginya peningkatan pada strategi dasar bermain menunjukkan bahwa peserta sebelumnya memang belum terpapar dengan konsep-konsep taktis dalam bola basket,

sementara beberapa peserta sudah memiliki pengetahuan dasar tentang peraturan melalui media atau observasi informal. Dari segi keterampilan praktik, peningkatan rata-rata sebesar 14.37% menunjukkan efektivitas metode pelatihan yang diterapkan. Crossover dribbling mengalami peningkatan tertinggi (16.67%) karena merupakan teknik yang benar-benar baru bagi peserta, sedangkan stationary dribbling memiliki peningkatan terendah (100.0%) karena beberapa peserta sudah familiar dengan gerakan dasar ini. Teknik shooting, khususnya jump shot, menunjukkan skor post-test yang relatif rendah (2.9) dibandingkan teknik lainnya, mengindikasikan bahwa teknik ini memerlukan waktu latihan yang lebih panjang untuk dikuasai dengan baik.

Diskusi

Salah satu luaran konkret dari program ini adalah terbentuknya tim basket sekolah yang siap berkompetisi di tingkat kecamatan atau kabupaten. Dari 27 peserta program, 12 siswa terpilih untuk menjadi anggota tim inti dengan 5 siswa cadangan. Proses seleksi dilakukan secara transparan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan: kemampuan teknis, pemahaman taktis, *physical fitness*, dan *team attitude*. Tim yang terbentuk menunjukkan kerjasama yang baik hasil dari tiga bulan berlatih bersama. Mereka telah mengembangkan dasar permainan dan mulai memahami peran masing-masing dalam sistem permainan. Meskipun masih membutuhkan banyak perbaikan, fondasi yang telah dibangun memberikan *platform* yang solid untuk pengembangan lebih lanjut. Sekolah berkomitmen untuk melanjutkan program latihan reguler dengan memanfaatkan modul pelatihan yang telah dikembangkan.

Modul pelatihan teknik dasar bola basket yang dikembangkan melalui program ini merupakan luaran penting yang memiliki nilai keberlanjutan. Modul ini disusun secara sistematis mencakup: (1) landasan teoritis teknik-teknik dasar, (2) progression latihan dari level *basic* hingga *advanced*, (3) kesalahan teknik dan cara memperbaikinya, (4) penilaian untuk evaluasi, dan (5) *game-based activities* untuk aplikasi keterampilan. Modul pelatihan berbasis periodisasi membantu pelatih merancang latihan terstruktur untuk pengembangan keterampilan motorik dan adaptasi skill secara bertahap [10]. Modul dirancang untuk mempermudah pengguna sehingga dapat digunakan oleh guru olahraga atau pelatih dengan berbagai tingkat pengalaman. Setiap sesi latihan dilengkapi dengan *lesson plan*, *diagram skills*, dan link video demonstrasi [11]. Modul juga menyertakan troubleshooting guide untuk mengantisipasi berbagai masalah umum yang mungkin dihadapi dalam pelaksanaan latihan. Modul pelatihan yang inovatif, terstruktur, dan berbasis teknologi sangat efektif dalam meningkatkan motivasi, keterampilan, dan hasil belajar di bidang pendidikan jasmani dan olahraga. Integrasi e-modul, multimedia, serta kerangka periodisasi latihan menjadi kunci pembelajaran yang adaptif dan relevan dengan kebutuhan peserta didik masa kini[12].

Validasi modul dilakukan oleh ahli pedagogi olahraga dan pelatih bersertifikat untuk memastikan akurasi konten dan kesesuaian dengan prinsip-prinsip pembelajaran

motorik. Feedback dari validator digunakan untuk memperbaiki modul sebelum finalisasi[13]. Modul ini tidak hanya bermanfaat untuk sekolah tempat program dilaksanakan, tetapi juga dapat didiseminasikan ke sekolah-sekolah lain yang ingin mengembangkan program serupa. Kolaborasi antara perguruan tinggi, khususnya Program Studi Pendidikan Olahraga, dengan sekolah menengah pertama dalam program ini telah menghasilkan dampak positif multi-dimensi. Bagi sekolah, kolaborasi ini memberikan akses ke expertise dan resources yang mungkin tidak dimiliki secara internal. Pelatih bersertifikat dan mahasiswa yang terlibat sebagai asisten membawa pengetahuan terkini tentang metodologi pelatihan dan sport science[14][15].

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelatihan teknik dasar bola basket pada guru Sekolah Menengah Pertama telah berhasil dilaksanakan dengan capaian yang sangat memuaskan. Berdasarkan hasil evaluasi komprehensif terhadap 27 peserta selama tiga hari pelatihan, dapat disimpulkan bahwa program ini telah mencapai tujuan utamanya dalam meningkatkan kompetensi teknis dan pengetahuan teoritis guru tentang bola basket. Program ini juga berhasil mengidentifikasi potensi-potensi siswa yang dapat dikembangkan lebih lanjut melalui pembinaan berkelanjutan. Variasi kemampuan awal peserta yang berhasil diakomodasi dengan baik menunjukkan fleksibilitas dan efektivitas desain program pelatihan. Integrasi semua teknik dasar dalam permainan modifikasi pada hari terakhir membuktikan bahwa peserta dapat mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh dalam konteks permainan yang sebenarnya. Dokumentasi yang komprehensif dan evaluasi berbasis data memberikan landasan yang kuat untuk pengembangan program serupa di masa mendatang. Kegiatan ini telah menunjukkan bahwa kolaborasi antara perguruan tinggi dan sekolah dapat menghasilkan dampak positif yang signifikan bagi pengembangan olahraga.

Pengakuan/Acknowledgements

Kami ucapkan terimakasih kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta yang sudah memberikan bantuan pendanaan untuk melaksanakan pengabdian Masyarakat ini. Kami juga mengucapkan terimakasih kepada guru dan siswa SMPN 149 Jakarta yang bersedia menjadi mitra dan seluruh siswa yang sudah berpartisipasi dalam proses pengabdian ini dari awal sampai selesai.

Daftar Referensi

[1] A. Kustoro and G. A. Sinto Raya, “Tingkat Keterampilan Dasar Shooting, Dribbling Dan Passing Pada Ekstrakurikuler Bola Basket Siswa Putra Smp Negeri 4 Jombang,” *Dharmas J. Sport*, vol. 3, no. 2, pp. 49–56, 2023, doi: 10.56667/djs.v3i2.1081.

[2] F. Faozi, F. Dlis, S. Samsudin, S. Hambali, and D. N. Riyadi, “Cooperative Learning Vs Direct Teaching in Basketball: Effects on Junior High School Students Basic Techniques,” *Int. J. Disabil. Sport. Heal. Sci.*, vol. 7, no. 2, pp. 132–140, 2024, doi: 10.33438/ijdshs.1371249.

[3] A. John P. Tolentino, "Coaching Competence of Public School Teachers: an Input To Student-Athlete Performance," *Int. J. Adv. Res.*, vol. 8, no. 10, pp. 1092–1102, 2021 doi: 10.21474/ijar01/11938.

[4] G. Liu and Y. Zhang, "Basketball Training Institutions Coaching Level of Coaches Investigation and Analysis," *Int. J. Educ. Humanit.*, vol. 14, no. 1, pp. 286–290, 2024, doi: 10.54097/pfqe1584.

[5] Didik Rilastiyo Budi and T. Suhartoyo, "Improving Knowledge of Sports Games Training Programs for Junior High School Physical Education Teachers in the Purwokerto Region," *GANDRUNG J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 2, no. 1, pp. 73–82, 2021, doi: 10.36526/gandrung.v2i1.1161.

[6] J. Yan, P. J. Morgan, J. J. Smith, S. Chen, A. A. Leahy, and N. Eather, "Pilot randomized controlled trial of a game-based intervention for teaching basketball in Chinese primary school physical education," *J. Sports Sci.*, vol. 42, no. 1, pp. 25–37, 2024, doi: 10.1080/02640414.2024.2319457.

[7] Waluyo, Baskoro Nugroho Putro, Hanik Liskustyawati, Tri Aprilijanto Utomo, Agus Mukholid, and Ahmad Septiandika Adirahma, "Talent Guidance Assistance in Junior High School Basketball Extracurriculars in Sukoharjo Regency," *GANDRUNG J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 1, pp. 909–915, 2023, doi: 10.36526/gandrung.v4i1.2504.

[8] M. D. Williams, A. M. Hammond, and J. Moran, "Youth Basketball Coaches' Perceptions and Implementation of Fundamental Movement Skills Training: Toward a Realist Evaluation," *J. Teach. Phys. Educ.*, pp. 1–8, 2021, doi: 10.1123/jtpe.2020-0306.

[9] W. Rangel, G. Fellingham, F. Santana, and L. Lamas, "Integrated evaluation of team strategy, training practices and game performance of a basketball team," *Int. J. Sport. Sci. Coach.*, vol. 18, no. 1, pp. 197–206, 2023, doi: 10.1177/1747954122107662

[10] F. W. Otte, S.-K. Millar, and S. Klatt, "Skill Training Periodization in 'Specialist' Sports Coaching—An Introduction of the 'PoST' Framework for Skill Development," *Front. Sport. Act. Living*, vol. 1, no. 1, pp. 27–39, 2021, doi: 10.3389/fspor.2019.00061.

[11] A. Widodo *et al.*, "The Personalized System of E-Modul Instructions in Physical Education Online Learning," *Retos*, vol. 56, no. 3, pp. 319–327, 2024, doi: 10.47197/retos.v56.103515.

[12] R. V. Aino, Y. Kiram, D. Donie, and N. W. Pranoto, "The development of an e-module for physical education and health on the topic of physical activity in the context of the Merdeka Curriculum adaptation," *Journal of Education, Teaching and Learning*, vol. 10, no. 1, 2025, doi: 10.26737/jetl.v10i1.6925.

[13] M. Prihastuti, S. Bakhtiar, N. Ihsan, A. Atradinal, and S. Septri, "Development of an e-module for physical education, sports, and health learning in martial arts (Karate) for high school students in Fase E," *Journal of Education, Teaching and Learning*, vol. 10, no. 2, 2025, doi: 10.26737/jetl.v10i2.7695.

[14] A. S. Smith, "Youth athletic development: Including the science of periodization into practice," *Strategies: A Journal for Physical and Sport Educators*, vol. 34, no. 3, pp. 16–22, 2021, doi: 10.1080/08924562.2021.1896917.

[15] S. P. Wulandari and Y. Febrianta, "Pengembangan media pembelajaran e-modul Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berbasis aplikasi Flip Builder sebagai media peningkatan hasil belajar siswa sekolah dasar," *JSH: Journal of Sport and Health*, vol. 5, no. 2, pp. 94–107, 2024, doi: 10.26486/jsh.v5i2.3857.