

**PEMBINAAN OLAHRAGA BOLA BASKET DI SMA PEMABANGUNAN
LABORATORIUM UNP PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga sebagai Salah Satu
Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana pendidikan*



Oleh

FRIESTY RAHAYU

NIM. 16939

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2014

PERSETUJUAN SKRIPSI

PEMBINAAN OLAHRAGA BOLA BASKET DI SMA PEMABANGUNAN LABORATORIUM UNP PADANG

Nama : Friesty Rahayu
NIM : 16939
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2014

Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Drs. Ali Umar, M. Kes
NIP.195503091986031006

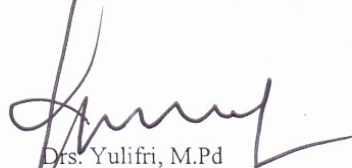
Pembimbing II



Dra. Rosmawati, M.Pd
NIP.196103111984032001

Menyetujui

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP.195907051985031002

PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

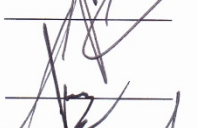
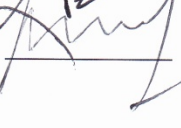
Judul : Pembinaan Olahraga Bola Basket di SMA
Pembangunan Laboratorium UNP Padang
Nama : Friesty Rahayu
NIM : 16939
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2014

Tim Penguji

	Nama
1. Ketua	: Drs. Ali Umar, M.Kes
2. Sekretaris	: Dra. Rosmawati, M.Pd
3. Anggota	: Drs. Qalbi Amra, M.Pd
4. Anggota	: Drs. Nirwandi, M.Pd
5. Anggota	: Drs. Yulifri, M.Pd

Tanda Tangan

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

KATA PERSEMBAHAN



"... Sesungguhnya dibalik kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu sudah selesai dari suatu urusan kerjakanlah sungguh-sungguh urusan yang lain. Dan hanya kepada Tuhanlah kamu berharap.." (Q.S. Al-Insyirah : 6-8)

Ya Allah

Aku bersujud di depan-Mu,

hanya karna Engkauulah hamba mampu menelusuri jalan hidup ini.

Atas izin-Mu jualah aku berhasil, Atas rahmat dan ridho-Mu aku mencapai semua ini.

Namun ini semua bukan akhir dari segalanya melainkan dari awal perjalanan hidupku.

Terima Kasih Ya Allah,....

Dan dihari ini, telah ku raih sekeping cita-cita, telah kuwujudkan harapan kedua orang tua yang mencintaiku. Semua yang telah ku lakukan ini tidak sia-sia kuharapkan ridho dan restumu selalu abadi. Amin

Untuk yang aku sayangi dan aku cintai

Ayahanda (H. Mahyuddin) dan Ibunda (Ramidan) yang mencintai ku tiada dua yang merindu tiada semu yang mendoakan tiada henti dan mengajarku untuk tetap kuat mencapai keberhasilan.

Untuk kakak-kakak ku tersayang

(Rahma Wati – Syafrizal), (Rahma Wita, A.Md – Harry Budiman, S. KM.M.Kes), (Yesi Mulyani – Delfianto), (Arafit, S.Pd), dan (Vira Valentina Quisa, S.Pd – Irwanto) berkat kasih sayang, perhatian, nasehat dan doa yang selalu mengiringi disetiap langkah ku walau banyak rintangan mampu ku hadapi.

(Terima kasih banyak "KELUARGA KU")

Terima kasih ku....

Terima kasih yang mendalam kepada Bapak Drs. Ali Umar, M. Kes dan Ibu Dra. Rosmawati, M.Pd selaku pembimbing I dan II, yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan masukan yang berharga dalam penulisan skripsi ini.

Juga buat Bapak Drs. Nirwandi, M.Pd, Bapak Drs. Qalbi Amra, M.Pd, dan Bapak Drs. Yulifri, M.Pd selaku tim penguji skripsi ini. Terima kasih atas masukan dan saran-sarannya.

(Terima kasih banyak ya Pak!...)

Spesial to the best friend's ku...

Reki Afrianto, S.Pd, Annisa Rusda, S.Pd dan Yudi Aprama, S.Pd. semua telah kita lewati bersama berkat canda tawa semuanya menghilangkan rasa penat, letih, capek dan membosankan itu semua kita lalui dengan senyuman dan akhirnya keberhasilan itulah kita raih selama ini.

(FARYOKE !....)

Untuk adik-adik basketku SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang

Muhammad Adnan Irsal, Irmanto Rahman, Ramzi Hardian, Rangga Jovansco, Anggun Julianda, Nuri Susakila, Weni Setiawan, Sefrilina, Febrina Utari, Sucita Melati, Dwiza Sabrina, Nadya Cs, Zikra Hidayati, Putri Chania, Khairani, Rja Surya Ninggsih, Khamatul Fikri, Iqbal Saputra dll. Yang tak bisa ku sebut satu persatu, terima kasih atas semangat dan doa kalian adik-adikku yang tersayang...

(semoga kalian esok bisa lebih dari kakak ya.. !! hehe)

Tak lupa buat teman-teman yang membantuku selama ini. Dina Aulia, S.Pd. Titin Sumarni, Hamdani Agus, Andika Masda, S.Pd, Difa Eka Putra, Weny Sasmita, S.Pd dan teman-teman seperjuangan bp. 10 pendidikan olahraga fik atas kebersamaannya.

Terima kasih ku sampaikan kepada semua.. Terima kasih banyak ya cuy. hehehehehe!!!

Terima kasih untuk semua yang telah banyak berperan dalam meraih kesuksesan ku ini. Thank's all !!!!!

By : friesty rahayu

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Agustus 2014
Yang menyatakan



Friesty Rahayu

ABSTRAK

Friesty Rahayu : Pembinaan Olahraga Bola Basket di SM Pembangunan

Laboratorium UNP Padang

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi yang dilakukan oleh penulis di lapangan, bahwa prestasi olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang menurun seperti tahun-tahun sebelumnya, dilihat dari motivasi atlet, kualitas pelatih dan sarana prasarana yang kurang memadai. Tujuan penelitian ini adalah : 1). Untuk mengetahui seberapa baik motivasi atlet dalam olahraga bola basket. 2) Untuk mengetahui seberapa baik kualitas pelatih dalam olahraga bola basket. 3). Untuk mengetahui bagaimanakah sarana dan prasarana dalam olahraga bola basket.

Penelitian ini bersifat deskriptif. Populasi penelitian ini adalah semua atlet olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh yaitu teknik penarikan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah melalui angket dengan skala likert terdiri 5 (lima) kategori : (SS) sangat setuju, (S) setuju, (RR) ragu-ragu, (TS) tidak setuju dan (STS) sangat tidak setuju. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi atau teknik persentase.

Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa : 1). Motivasi atlet dalam olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang berada pada klasifikasi Baik. 2) Kualitas pelatih dalam olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang berada pada klasifikasi Baik. 3) Sarana dan Prasarana olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang berada pada klasifikasi Cukup.

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **PEMBINAAN OLAHRAGA BOLA BASKET DI SMA PEMBANGUNAN LABORATORIUM UNP PADANG** ”. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini mulai dari perencanaan, pelaksanaan dan sampai pada tahap penyelesaian melibatkan banyak pihak, tidak sedikit bantuan baik secara moril maupun materil yang penulis terima. Untuk itu pada kesempatan ini izinkanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Phil. Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Drs. H. Ali Umar, M.kes selaku Penasehat Akademik sekaligus Pembimbing I.
5. Ibuk Dra. Rosmawati, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan arahan dan bimbingan kepada penulis.

6. Bapak Drs. Nirwandi, M.Pd, Bapak Drs. Qalbi Amra, M.Pd, dan Bapak Drs. Yulifri, M.Pd selaku tim penguji.
7. Bapak dan Ibu Dosen, karyawan dan karyawan Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Teristimewa kepada Ayah dan Bunda yang telah memberikan dorongan, semangat, cinta kasih dan do'a sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
9. Rekan-rekan mahasiswa khususnya angkatan 2010 yang telah memberikan masukan dan dorongan kepada penulis.
10. Bapak Drs. Almasri, M.Pd sebagai kepala sekolah SMA Pembangunan Laboratorium UNP, Basa beserta jajarannya dan siswa putra dan putri yang telah meluangkan waktunya untuk dijadikan sampel dalam penelitian.

Atas semua bantuan yang diberikan kepada penulis, semoga Allah S.W.T senantiasa membalasnya dengan kebaikan dan pahala yang berlipat ganda Amin..

Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sampai pada tahap yang sempurna, oleh sebab itu dengan kerendahan hati penulis menerima saran, kritikan dan masukan yang bermanfaat demi kesempurnaan skripsi ini dimasa mendatang.

Padang, Juli 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. KajianTeori	7
1. Pembinaan	7
2. Bermain Bola Basket.....	8
3. Motivasi Berprestasi.....	11
4. Pelatih.....	16
5. Sarana dan Prasarana.....	17

B. Kerangka Konseptual	19
C. Pertanyaan Penelitian	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	21
B. Waktu dan Tempat Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	21
1. Populasi	21
2. Sampel	22
D. Jenis dan Sumber Data	22
1. Jenis Data	22
2. Sumber Data	23
E. Teknik Pengumpulan Data	23
F. Analisis Data	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data penelitian	25
B. Analisis Data	27
C. Jawaban Pertanyaan Penelitian	31
D. Pembahasan	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	41
B. Saran	41
DAFTAR PUSTAKA	43

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1. Jumlah populasi penelitian di SMA Pembangunan Laboratorium	22
2. Klasifikasi Penilaian Angket Penelitian	24
3. Penyebaran Jawaban Berdasarkan Tingkat Klasifikasi dan Distribusi	
Data penelitian	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1. Histogram Distribusi Frekuensi Variabel Motivasi Atlit.....	29
2. Histrogram Distribusi Frekuensi Variabel Kulaitas Pelatih.....	30
3. Histogram Distribusi Frekuensi Variabel Sarana dan Prasarana	31

DAFTAR LAMPIRAN

LampiranHalaman

1. Kisi-kisi Angket	45
2. Angket Pengisian	46
3. Angket	47
4. Uji Valilitas	49
5. Uji Realibilitas	52
6. Analisis Deskriptif Variabel Motivasi Atlit	55
7. Analisis Deskriptif Variabel Kualitas Pelatih	57
8. Analisis Deskriptif Variabel Sarana dan Prasarana	59
9. Dokumentasi Penelitian	61
10. Surat Izin Penelitian FIK	63
11. Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan	64
12. Surat Izin Penelitian Sekolah	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Membentuk manusia Indonesia yang berkualitas dan seutuhnya dapat diwujudkan melalui pembinaan generasi muda dengan kegiatan olahraga. Undang-undang RI No. 03 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional menyatakan :

Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat pertahanan nasional, serta meningkatkan hakekat martabat dan kehormatan bangsa.

Kontribusi olahraga sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, maka kegiatan olahraga yang dilaksanakan tidak hanya sekedar memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, tetapi agar masyarakat Indonesia dapat memiliki jiwa dan raga yang sehat dan segar jasmani untuk mencapai prestasi yang optimal salah satunya dengan pembinaan.

Ilmu yang dibutuhkan untuk pembinaan olahraga, agar prestasi dapat dicapai dengan baik adalah fisiologi, psikologi, anatomi, kinesiologi, dan ilmu pelatihan yang sifatnya spesifik seperti, diaktifkan dan metode pelatih yang

relevan, sehingga dari ilmu-ilmu ini semua potensi motivasi atlet dapat dikembangkan dengan baik (Suharno, 1993:1)

Dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi para pakar olahraga banyak menemukan penemuan-penemuan baru, baik dari segi teorinya mengenai teknik-teknik maupun dalam bentuk peralatan yang canggih yang sangat menunjang dan berguna untuk meningkatkan prestasi dalam olahraga.

Olahraga adalah salah satu bagian dari aktivitas sehari-hari bagi manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat dan dapat menompang kegiatan anak-anak untuk menunjang kegiatan Penjasorkes di sekolah. Disamping itu salah satu tujuan olahraga atau pendidikan jasmani adalah untuk mencapai prestasi yang optimal. Berprestasi berarti memiliki keunggulan dari orang lain, hal ini pada gilirannya akan mengangkat harkat dan martabat diri pelaku, sekaligus daerah dan bangsanya.

Menurut Soedikoen dalam Adnan (1999:23) "Bola basket merupakan olahraga yang mengandung gerakan yang kompleks dan beragam, artinya gabungan dari gerakan satu dengan gerakan lain saling menunjang, misalnya sebelum melempar bola, terlebih dahulu harus mengetahui cara memegang bola kemudian untuk koordinasi gerakan yang lain perlu dipelajari satu persatu".

Dari pendapat di atas, penulis menyimpulkan bahwa bola basket olahraga yang sangat berkaitan antara satu gerakan dengan gerakan lainnya yang dimana terjalin koordinasi yang perlu dipelajari satu persatu. Namun demikian dengan adanya program pembinaan olahraga atau pendidikan jasmani pada setiap

sekolah akan memacu para siswa untuk memacu dirinya mencapai prestasi yang lebih baik dari yang pernah dicapai sebelumnya.

Untuk mencapai prestasi yang maksimal, selain faktor lengkapnya fasilitas yang mendukung dalam pelaksanaan latihan, peranan guru, minat dan bakat siswa, dukungan masyarakat, serta motivasi siswa itu sendiri yang tak kalah pentingnya keprofesionalan guru pendidikan jasmani dalam memberikan latihan. Dengan begitu tujuan meningkatkan prestasi akan tercapai.

Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan, prestasi siswa SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang tidak seperti tahun sebelumnya, sehingga prestasi siswa menurun. Pada tahun 2007 sampai 2009 prestasi siswa SMA Pembangunan laboratorium sangatlah bagus, dilihat dari siswa yang ikut di ajang Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPDA), Pekan Olahraga Pelajar Wilayah (POPWIL), bahkan Pekan Olahraga Pelajar Nasional (POPNAS) dan menjadi juara bertahan antar SMA Se-Kota Padang. Setelah tahun 2009 prestasi siswa bola basket sangat menurun, saat mengikuti pertandingan antar SMA Se-Kota Padang saja tidak mampu masuk babak semi final. Dan berdasarkan wawancara dengan para siswa ada yang mengatakan ia tidak bisa hadir karena membantu orang tua dan ada yang mengatakan dukungan guru tidak ada, malahan guru memperolok-olokan kami yang ikut latihan.

Dugaan sementara yang ditemui dalam prestasi yang menurun disebabkan diantaranya motivasi anak dalam latihan, disiplin dalam latihan, program latihan, kemampuan motorik atlet, pelatih, sarana dan prasarana yang tidak memadai,

dankurang yang dukungan dari orang tua atau majelis guru terhadap motivasi untuk latihan.

Sehubung dengan hal itu maka, penulis ingin mengetahui penyebab menurunnya pembinaan olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi pembinaan olahraga bola basket di SMA Pembangunan laboratorium UNP Padang antara lain:

1. Motivasi atlit
2. Kualitas Pelatih
3. Sarana dan Prasarana
4. Kemampuan motorik atlet
5. Dukungan kepala sekolah
6. Dukungan orang tua
7. Sedikitnya uji coba untuk melatih kemampuan siswa
8. Dukungan lingkungan tempat tinggal

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pembinaan olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang, maka pada kesempatan ini penulis membahas beberapa faktor saja yakni sebagai berikut:

1. Motivasi atlit dalam olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang.
2. Kualitas pelatih olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang.
3. Sarana dan prasarana olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang.

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah motivasi atlit olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang ?.
2. Bagaimanakah kualitas pelatih olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang ?.
3. Bagaimanakah sarana dan prasarana terhadap olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang ?.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan pembatasan masalah dan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Motivasi atlit olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang.
2. Kualitas pelatih olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNPpadang.

3. Sarana dan prasarana terhadap olahraga bola basket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian, maka manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi penulis, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan jurusan pendidikan olahraga FIK UNP
2. Bagi guru pendidikan jasmani, sebagai bahan masukan agar dapat memotivasi siswa untuk meningkatkan prestasi dalam olahraga bola basket untuk masa yang akan datang agar prestasi berjalan dengan lancar.
3. Sebagai bahan rujukan bagi mahasiswa di perpustakaan FIK UNP.
4. Sebagai bahan kajian bagi penelitian yang sehubungan, terutama mahasiswa FIK UNP.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Motivasi atlit siswa SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang berada pada klasifikasi baik.
2. Kualitas pelatih siswa SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang berada pada klasifikasi baik.
3. Sarana dan prasarana olahraga siswa di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang berada pada klasifikasi cukup.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan diatas maka dapat disampaikan saran-saran sebagai berikut :

1. Disarankan pada siswa di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang untuk meningkatkan lagi motivasi dalam olahraga bolabasket.
2. Disarankan kepada pelatih atau guru penjasorkes untuk meningkatkan lagi kualiatas dalam melatih atau mengajar olahraga bolabasket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang.
3. Disarankan kepada pihak sekolah agar meningkatkan saran dan prasaran dalam olahraga bolabasket di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang. Oleh

sebab itu, agar penelitian selanjutnya hal ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dalam pengembangan penelitian lebih lanjut dengan jumlah populasi yang lebih besar dan di daerah yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, Fardi. 1999. *Bola Basket Dasar*. Padang: UNP
- Azhar, Syamsir. 1993. *Prasarana dan Sarana Olahraga dalam Sistem Pembinaan Olahraga pada PELITA VI*. Makalah: Jakarta
- Djaali. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Danny, Kosasi. 2008. *Fundamental Basketball*. Semarang: Elwas Offset
- Hendri, Irawandi. 2012. *Cara Mudah Menguasai Tennis*. Malang: Wineka Media
- [Http://bukharistyle.blogspot.com/2012/01/apa-pengertian-dari-pembinaan.html](http://bukharistyle.blogspot.com/2012/01/apa-pengertian-dari-pembinaan.html).
- Didownload tanggal 23 juni 2014, jam 09.30 wib
- Kamal, Firdaus.2010. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Padang: FIK UNP
- Oemar, Hamalik. 2007. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sudjana. (1992). *Metode Statistika*. Bandung : Tarsito
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharno. 1993. *Metodologi Kepelatihan*. Jakarta : KONI pusat. Pusatpendidikan dan penataran
- Suharsimi, Arikunto. (1997). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara
- Suharto. Iryanto, Tata. 2004. *Kamus Bahasa Indonesia Terbaru*. Surabaya: Indah Surabaya.
- Suwirman. 2009. *Bahan Ajar Dasar-Dasar Penelitian*. Padang: FIK UNP
- Syahrastani. 1999. *Psikologi Pendidikan*. Padang: FIK UNP
- Tomoliyus. 2001. *Pendekatan Keterampilan Teknik dalam Pembelajaran*