

## DAFTAR PUSTAKA

- Kristianto, A. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga*. Cetakan 1. Surakarta. *UNS Pres*.
- Ahmadi, N. 2007. *Permainan Bolabasket*. Surakarta: *Era Intermedia*.
- Arvalho, H. U. M. C., Ilva, M. A. J. C. O. E. S. and Nto, A. 2011. 14–16 y', 25(4), pp. 1113– 1119.
- Bompa, T.O. and Haff, G.G. 1999. Periodization: theory and methodology of training. *Human Kinetics*.
- Budi, B. A. S. 2014. Penggunaan Media Audiovisual Dengan Media Gambar Terhadap Hasil Belajar Shooting Bola Basket (Studi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Jatiroto Kabupaten Lumajang). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(3).
- Budiwanto, S. 2012. *Metodologi Kepeleatihan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Budiwanto, S. 2014. Metodologi Penelitian Penerapannya Dalam Keolahragaan Malang: Departemen Pendidikan Nasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.
- Candra, B. S. 2014. Penerapan Model Pembelajaran Drill And Practice Terhadap Hasil Belajar Chest Pass Pada Permainan Bola Basket (Studi Pada Siswa Kelas X Sma

Negeri 1 Kota Mojokerto). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(1).

Chittibabu, B. 2014. Effect of basketball specific endurance circuit training on aerobic capacity and heart rate of high school male basketball players. *International Journal for Life Sciences an Educational Research*. doi: 10.26524/13 45.

Čoh, M. and Podmenik, N. 2017. The effect of shooting range on the dynamics of limbs angular velocities of the basketball shot. *Kinesiology*. doi: 10.26582/k.49.1.4.

Conte, D. *et al.* 2017. Effect of Number of Players and Maturity on Ball-Drills Training Load in Youth Basketball. *Sports*. doi: 10.3390/sports5010003.

Dasamardana, K. 2013. Pengaruh Latihan Drill Shoot Terhadap Peningkatan Kemampuan Menembak Jarak Dekat (Two Point Shoot) Tim Yuniior Putra Bola Basket Klub Yuso Bantul. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta Elsevier limited.

Febrianta, Y. and Sukoco, P. 2013. Upaya Peningkatan Pembelajaran Permainan Bola Basket Melalui Metode Pendekatan Taktik Siswa SMPN 2 Pandak Bantul. *Jurnal Keolahragaan*. doi:10.21831/JK.V11I2.2574.

Harsono. 1993. Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching. CV Tambak Kusuma.

Harsono. 2004. Panduan Pengajar Buku Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Olahraga. Jakarta: Dek dikbud

Dirjen Dikti Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan dan Tenaga Pendidikan.

- Ibrahim, I., Asmawi, M. and Sulaiman, I .2019. Effectiveness Of Shooting Basketball Model Based Of Drill At Faculty Of Sport Science Of State University Of Medan. *JIPES- JournalOf Indonesian physical Education And Sport*. doi: 10.21009/jipes.041.07.
- Kosasih, D. 2008. Fundamental Basketball: First Step To Win. Semarang: Karangturi Media.
- Kusnanto, S. A., Sutardji and Junaidi, S. 2012. Kemampuan Memasukkan Bola Ke Ring Berdasarkan Nilai Konsentrasi. *Journal of Sport Sciences and Fitness*.
- Lieberman Nancy. 1997. Bola basket untuk wanita. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Lutan, R. 1991. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB dan FPOK/IKIP Bandung.
- Ma'mun, A., Saputra, Y. M. 2000. Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak. PT Remaja Rosdakarya.
- Maglott, J. C., Xu, J. and Shull, P. B. 2017. Differences in arm motion timing characteristics for basketball free throw and jump shooting via a body-worn sensorized sleeve', in *2017 IEEE 14th International Conference on Wearable and Implantable Body Sensor Networks, BSN 2017*. doi: 10.1109/BSN.2017.7936000.

- Majid, W. 2018. Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Shooting Bolabasket Menggunakan Metode Drill. *Indonesia Performance Jurnal*. 2 (2)
- Malone, L.A., Gervais, P.L. and Steadward, R.D. 2002. Shooting mechanics related to player classification and free throw success in wheelchair basketball. *Journal of rehabilitation research and development*. 39(6) pp. 701–9. Available at: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17943672>.
- Montgomery, P.G.*et al.* 2008. Seasonal progression and variability of repeat-effort line- drill performance in elite junior basketball players. *Journal of Sports Sciences*.doi: 10.1080/02640410701654298.
- Mulyasa. 2010. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Nala, N. 1998. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga* . Denpasar. Universitas Udaya.
- P, Satheeshkumar. & Murugavel, K. 2014. Effect Of Specific Basketball Drills On Selected Shooting Performance Parameters Of High School Male Basketball Players. *International Journal of Current Research*. (Online), (<http://www.journalcra.com>), diakses 11 juni 2017.
- PB. PERBASI. 2004. *Peraturan Permainan Bola Basket*. Jakarta: Perbasi. Skripsi. FPOK UPI.

- Pekik, D. 2002. Dasar Kepeatihan. Yogyakarta: FIK UNY. Fakultas Ilmu Keolahraagaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Pekik, D. 2004. *Pedoman Praktis Berolahraga Untuk Kebugaran Dan Kesehatan*. Yogyakarta.
- Prayogo, D.S. 2016. Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Perkembangan Afektif Kognitif Dan Psikomotor Siswa Dalam Pembelajaran Permainan Futsal Di Smpn 1 Lembang. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.
- Sagala, S. 2014. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Stone, N. M. and Kilding, A. E. 2009. Aerobic Conditioning for Team Sport Athletes. *Sports Medicine*. doi: 10.2165/00007256-200939080-00002.
- Sudjana, Nana. 1989. *Permainan dan Melatih Teknik Dasar Bola basket*.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepeatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Taylor, J. 2004. A tactical metabolic training model for collegiate basketball. *Strength and Conditioning Journal*. doi: 10.1519/00126548-200410000-00006.
- Usman, Moh. Uzer. 2010. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: Penerbit PT Remaja Rosdakarya.
- Utama, T.S. 2017. Perbedaan Pengaruh Pendekatan TGT (Teams Game Tournament) Dan Drill Terhadap Kemampuan

Lay Up Kanan Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Bolabasket SMPN 16 Surakarta Tahun Ajaran 2016/2017. *Doctoral dissertation, Universitas Sebelas Maret.* (<https://eprints.uns.ac.id/38270/>) diakses 15 januari 2019.

Wahyuni. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.

Wissel, H. 2000. *Bola Basket: Dilengkapi dengan Program Pemahiran Teknik dan Taktik.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Wooten, T.G. 2003. It Is Impossible To Know The Number Of Poor-Quality Audits That Simply Go Undetected And Unpublicized. *The CPA Journal.* Januari. p. 48-51

Zhen, L., Wang, L. and Hao, Z. 2015. A Biomechanical Analysis Of Basketball Shooting. *International Journal Of Simulation Systems Science and Technology.*doi: 10.5013/IJSSST.a.16.3B.01.



**FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Kampus I Jl. Ngagel Dadi III-B-3/7 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245  
Kampus II Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234

**BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama : Dafa Wardana Asmono  
Nim : 185900184  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Judul Skripsi : PENGARUH VARIASI LATIHAN SHOOTING

TERHADAP KEMAMPUAN MEDIUM SHOOT

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	21-11-2021	Bimbingan Bab I	
2	23-11-2021	Bimbingan Bab I Revisi	
3	26-11-2021	Bimbingan Bab II	
4	28-11-2021	Bimbingan Bab II Revisi	
5	30-11-2021	Bimbingan Bab III	
6	1-12-2021	Bimbingan Bab III Revisi	
7	5-12-2021	Acc Bab II	
8	9-12-2021	Acc Bab III	
9	14-12-2021	Bimbingan Bab IV	
10	18-12-2021	Bimbingan Bab IV Revisi	
11	22-12-2021	Bimbingan Bab V Revisi	
12	3-01-2022	Acc Bab I, II, III, IV, V	

Selesai bimbingan skripsi tanggal 6 Januari 2021

Mengetahui

Ketua Program Studi

Achmad Nuryadi, S Pd., M Pd  
NIDN. 0724097301

Pembimbing

Dr. H. Harwanto, M. Pd.  
NIDN. 0722106102





**FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Kampus I Jl. Ngigel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245  
Kampus II Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

**BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama : Dafa Wardana Asmono  
Nim : 185900184  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Judul Skripsi : PENGARUH VARIASI LATIHAN SHOOTING


**TERHADAP KEMAMPUAN MEDIUM SHOOT**

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	21-11-2021	Bimbingan Bab I	2
2	23-11-2021	Bimbingan Bab I Revisi	2 2
3	26-11-2021	Bimbingan Bab II	2 2
4	28-11-2021	Bimbingan Bab II Revisi	2 2
5	30-11-2021	Bimbingan Bab III	2 2
6	1-12-2021	Bimbingan Bab III Revisi	2 2
7	5-12-2021	Acc Bab II	2 2
8	9-12-2021	Acc Bab III	2 2
9	14-12-2021	Bimbingan Bab IV	2 2
10	18-12-2021	Bimbingan Bab IV Revisi	2 2
11	22-12-2021	Bimbingan Bab V Revisi	2 2
12	3-01-2022	Acc Bab I, II, III, IV, V	2


Selesai bimbingan skripsi tanggal 6 Januari 2021

Mengetahui

Ketua Program Studi

  
Achmad Nuryadi, S Pd., M Pd  
NIDN. 0724097301

Pembimbing

  
Shandy Pieter P. S.Pd.M.Pd.  
NIDN : 0729058804





FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245  
Kampus II : Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.  
<http://www.upgrisab.ac.id>

LEMBAR REVISI UJIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dafa Wardana Asmono  
NIM : 185900184  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Tanggal Ujian : 20/01/2022  
Judul Skripsi : Pengaruh Variasi Latihan Shooting Terhadap Kemampuan Medium Shoot  
Nama Penguji II : Dr.H, HARWANTO, M.Pd

No	Materi Revisi
1.	Judul
2.	Latar belakang Masalah :
3.	Rumusan Masalah
4.	Tujuan Penelitian
5.	Manfaat
6.	Hipotesis
7.	Simpulan
8.	Sistematika penulisan

Dosen Penguji II,

Dr.H, HARWANTO, M.Pd

Revisi Maksimal 2 minggu dari tanggal pelaksanaan ujian



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245  
Kampus II Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234  
<http://www.upgrisabuy.ac.id>

LEMBAR REVISI UJIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dafa Wardana Asmono  
NIM : 185900184  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Tanggal Ujian : 20/01/2022  
Judul Skripsi : Pengaruh Variasi Latihan Shooting Terhadap Kemampuan Medium Shoot

Nama Penguji III : .....

No	Materi Revisi
1.	Kt Pengantar - Revisi - Deke - Kaprad - DP <sub>1,2</sub> , dll.
2.	Font dan spasi harus sama
3.	tst ... ttabd ?
4.	t list of manual & t tabd ?

Dosen Penguji III,

  
20/1/22  
Sumard

Revisi Maksimal 2 minggu dari tanggal pelaksanaan ujian





LEMBAR REVISI UJIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dafa Wardana Asmono  
NIM : 185900184  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Tanggal Ujian : 20/01/2022  
Judul Skripsi : Pengaruh Variasi Latihan Shooting Terhadap Kemampuan Medium Shoot  
Nama Penguji I : SANDY PIETER P, S.Pd., M.Pd

No	Materi Revisi
1.	Norma Hasil tes speed spot dicantumkan
2.	Program diganti, Release yg banyak

Dosen Penguji I,

SANDY PIETER P, S.Pd., M.Pd

SANDY

Revisi Maksimal 2 minggu dari tanggal pelaksanaan ujian

1cc





**FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245  
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

Nomor : 559/Ak.2/FPP/I/2022  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala/Ketua  
Club Castle Warriors  
Jl. Jayanegara No.2, Gatul, Banjaragung, Kec. Puri, Kabupaten Mojokerto, Jawa Timur  
61363 di Kabupaten Mojokerto

Dengan hormat,  
Sesuai dengan kurikulum Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, untuk penyelesaian akhir masa studi, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi. Berkaitan dengan ini, mohon dengan hormat Bapak/Ibu Kepala/Ketua Club Castle Warriors berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Dafa Wardana A  
NIM : 185900184  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Fakultas : Pedagogi dan  
Psikologi  
Judul Penelitian : Pengaruh Variasi Latihan Shooting Terhadap Kemampuan  
Medium Shoot

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasama diucapkan terima kasih.

Surabaya, 18 Januari 2022



Dekan,  
  
Dr. Sentika Rentika Hadi., M.Kes.  
NIP. 196702091992031002

Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi



# CASTLE WARRIOR

CLUB BOLA BASKET KABUPATEN MOJOKERTO  
Sekretariat: Ds.wringinrejo-sooko-Mojokerto telp. 082234636669

---

## SURAT BALASAN

Nomor : 002/CW/II/2012

Nama : Mukhammad Al Amin  
Jabatan : Manager Club Bola Basket Castle Warrior Kabupaten Mojokerto

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Dafa Wardana Asmono  
Nim : 185900184  
Jurusan : Pendidikan Jasmani  
Judul Penelitian : Pengaruh Variasi Latihan Shooting Terhadap Kemampuan Medium Shoot

Menerangkan bahwa yang bersangkutan benar-benar telah melakukan penelitian skripsi di tempat Club Castle Warriors Kabupaten Mojokerto pada tanggal 08 September – 15 Oktober 2021 Karena ini merupakan bentuk kerjasama kami guna untuk meningkatkan pembinaan di klub kami. Semoga bentuk kerjasama ini bisa menghasilkan manfaat bagi kami.

Atas perhatian dan kerja samanya kami sampaikan ucapan terimakasih, dimohon surat ini dipergunakan seperlunya.

Mojokerto, 18 Januari 2022

Mengetahui,

  
  
MUKHAMMAD AL AMIN

