

PERAN TINGGI BADAN PADA HASIL SHOOTING DAN LAY UP PADA SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMP INFORMATIKA JENGGAR TANAH MERAH

Fauzi¹, Haryo Mukti Widodo², Agus Himawan³

Abstrak: Peran tinggi badan dalam permainan bola basket memiliki peran yang signifikan, jangkannya lebih luas dan lebih efektif dalam situasi pertahanan dan serangan di dekat ring. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui peran tinggi badan pada hasil shooting dan lay up pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMP Informatika Jengkar Tanah Merah. Jenis penelitian merupakan korelasional yang bertujuan untuk menemukan ada atau tidaknya hubungan antara kedua variabel. Metode yang di gunakan adalah survey dan pengambilan datanya menggunakan tes dan pengukuran. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bola basket SMP Informatika Jengkar Tanah Merah. Sampel dalam penelitian ini adalah 15 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan metode survey, tes dan pengukuran. Teknik analisis data menggunakan koefisien korelasi. hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan Ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan kemampuan Lay Up pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMP Informatika Jengkar Tanah Merah, dengan nilai r hitung sebesar 0,863 dan $p(0,000) < 0,05$. Ada hubungan yang signifikan antara kemampuan shooting dengan kemampuan Lay Up, dengan nilai r hitung sebesar 0,814 dan $p(0,000) < 0,05$. Ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan kemampuan shooting secara simultan terhadap kemampuan Lay Up, dengan nilai r hitung sebesar 0,932 dan F hitung $(39,413) > F$ tabel $(4,7472)$, serta nilai $p(0,000) < 0,05$.

Kata Kunci: *Tinggi Badan, Bola Basket, Shooting Dan Lay Up*

Abstract: *The role of height in basketball is significant, as it provides a wider reach and is more effective in defensive and offensive situations near the basket. The purpose of this research is to determine the role of height in shooting and lay-up results among students in the basketball extracurricular program at SMP Informatika Jengkar Tanah Merah. This study is correlational, aiming to find out whether there is a relationship between the two variables. The method used is a survey, and data collection is conducted through tests and measurements. The population for this research consists of all participants in the basketball extracurricular program at SMP Informatika Jengkar Tanah Merah. The sample in this study includes 15 students. Data collection techniques employ survey methods, tests, and measurements. Data analysis techniques utilize correlation coefficients. The results of the data analysis, descriptions, testing of research results, and discussions indicate that there is a significant relationship between height and lay-up ability among students in the basketball extracurricular program at SMP Informatika*

¹ Program Studi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan, Indonesia

² Program Studi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan, Indonesia

³ Program Studi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan, Indonesia

Jengkar Tanah Merah, with a calculated r value of 0.863 and p (0.000) < 0.05. There is also a significant relationship between shooting ability and lay-up ability, with a calculated r value of 0.814 and p (0.000) < 0.05. Furthermore, there is a significant simultaneous relationship between height and shooting ability concerning lay-up ability, with a calculated r value of 0.932 and F calculated (39.413) > F table (4.7472), as well as a p value of (0.000) < 0.05.

Keywords: Height, Basketball, Shooting And Lay Up

PENDAHULUAN

Bola basket merupakan salah satu olahraga yang digemari banyak orang, baik di Indonesia maupun di luar negeri. Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat dan banyak menarik perhatian masyarakat di Indonesia maupun mancanegara. Di Indonesia, permainan bola basket semakin berkembang dan menunjukkan kemampuannya yang semakin pesat setiap harinya (Munir, 2021). Bola basket dimainkan di lapangan persegi panjang dalam atau luar ruangan. Permainan bola basket merupakan suatu permainan bola besar yang dimainkan oleh dua tim dimana masing-masing tim terdiri dari lima orang yang saling bersaing untuk mencetak poin dengan cara memasukkan bola ke dalam ring (SUPRIADI, 2018). Melalui kegiatan olah raga, bola basket memberikan banyak manfaat bagi remaja terutama dalam hal pertumbuhan fisik, mental dan sosial. Olahraga ini mengalami perkembangan pesat yang ditandai dengan bermunculannya atlet-atlet pelajar dengan kegiatan ekstrakurikuler di tingkat sekolah dan perguruan tinggi. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan di luar jam pelajaran yang melibatkan bimbingan guru, pelatih, atau kreativitas siswa.

Ada beberapa teknik dasar yang harus diperhatikan untuk membantu pemain mencapai tujuan dalam permainan bola basket (An'Niza Lupita Rega Mawarni, 2021). Oleh karena itu, menembak adalah teknik dasar yang harus dikuasai untuk meraih poin sebanyak mungkin (Asmawan, 2019). Dua cara dalam melakukan shooting dalam permainan bola basket yaitu shooting dengan menggunakan satu dan dua lengan, dengan latihan yang rajin akan memperoleh shooting yang baik dan benar (Kurniawan, 2022). Selain shooting itu teknik dasar lay up tujuannya sama dengan shooting yaitu memasukkan bola ke dalam keranjang (Rahmatullah, 2023). Dalam pertandingan, pemain harus mencoba lay-up karena merupakan tembakan dengan peluang tinggi untuk menambah poin. Lay-up secara umum terdiri dari dua jenis: overhand layup shoot dan underhand layup shoot. Keduanya penting, terutama dari jarak dekat. Underhand lay-up shoot dilakukan dengan dua langkah melayang dan melempar bola dari bawah menggunakan telapak tangan. Sementara itu, overhand lay-up shoot dilakukan dengan dua langkah melayang dan melempar bola dari atas, mirip dengan shooting, tetapi menggunakan satu tangan. Lay up adalah tembakan dari jarak dekat yaitu dengan cara mendekati ring keranjang sambil melompat, lalu meletakkan bola ke dalam keranjang (yusmawati, 2014). Keterampilan shooting dan lay-up merupakan dua teknik yang sering dipakai oleh pemain untuk mencetak poin dalam bola basket, karena kedua teknik ini dianggap sebagai cara yang paling sederhana untuk mendapatkan angka dalam pertandingan (Harwanto, 2020).

Peningkatan skill lay-up tidak hanya bergantung pada perbaikan teknik, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh peningkatan kondisi fisik. Unsur-unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan disesuaikan dengan setiap cabang olahraga, sesuai kebutuhan dalam permainan. Seorang pemain basket sebaiknya memiliki badan tinggi yang ideal, keterampilan menembak yang baik, serta daya konsentrasi yang tinggi agar dapat melakukan lay-up dengan tepat sasaran pada ring basket, sehingga menghasilkan performa yang memuaskan (Nurafni, 2018). Pemain yang memiliki postur tubuh lebih tinggi cenderung mudah untuk melakukan

shooting dan lay up karena faktor tinggi badan dalam permainan bola basket memiliki peran yang signifikan, jangkannya lebih luas dan lebih efektif dalam situasi pertahanan dan serangan di dekat ring. Tinggi badan sering dianggap sebagai salah satu keuntungan dalam permainan bola basket. Pemain yang memiliki postur tubuh tinggi cenderung lebih mudah menjangkau ring dan melakukan gerakan vertikal yang dibutuhkan dalam shooting dan lay up. Oleh karena itu, banyak pelatih atau pencari bakat mempertimbangkan tinggi badan sebagai salah satu indikator penting dalam pemilihan atlet bola basket. Namun demikian, belum ada kejelasan yang signifikan tentang sejauh mana tinggi badan benar-benar memengaruhi keberhasilan dalam melakukan teknik shooting dan lay up, khususnya di tingkat pelajar.

Di tingkat sekolah menengah pertama (SMP), kegiatan ekstrakurikuler bola basket menjadi sarana awal bagi siswa untuk mengembangkan potensi dan keterampilan mereka dalam olahraga ini. Dalam proses pembinaan tersebut, pelatih memiliki tanggung jawab untuk menggali dan mengembangkan kemampuan setiap siswa, tanpa terkecuali. Namun, dalam praktiknya, pelatih terkadang lebih fokus pada siswa yang memiliki postur tubuh tinggi, tanpa mempertimbangkan faktor lain seperti keterampilan, kecepatan, dan koordinasi. Di SMP Informatika Jengkar Tanah Merah, kegiatan ekstrakurikuler cabang bola basket menjadi wadah bagi siswa untuk mengembangkan minat dan bakat mereka dalam olahraga ini. Namun, hasil shooting dan Lay Up di kalangan siswa ekstrakurikuler masih menjadi perhatian. Rata-rata tinggi badan siswa ekstrakurikuler memiliki tinggi 150 cm. Dari hasil pertandingan terakhir yang dilakukan oleh siswa SMP Informatika jengkar hasilnya kurang maksimal, dengan data shooting dan lay-up 70% , dari hasil skor dan persentase shooting dan lay-up sangat berbedanya, banyak bola yang tidak masuk, penguasaan teknik belum matang, sehingga di dalam pelaksanaannya kurang memperoleh hasil yang maksimal. Maka dari itu perlu di tes dan pengukuran terhadap kemampuan dan tinggi badan pada shooting dan lay-up pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMP Informatika Jengkar Tanah Merah.. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti maka penelitian ini bertujuan ingin mengetahui adakah hubungan tinggi badan pada shooting dan lay-up siswa ekstrakurikuler basket SMP Informatika Jengkar Tanah Merah.

Kondisi ini menimbulkan pertanyaan penting: apakah tinggi badan benar-benar memainkan peran besar dalam menentukan hasil shooting dan lay up pada siswa SMP yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket? Untuk menjawab pertanyaan ini, diperlukan penelitian yang dapat memberikan data objektif mengenai hubungan antara tinggi badan dan kemampuan teknik dasar bola basket tersebut. Temuan dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih utuh dan adil terhadap proses pembinaan atlet muda di sekolah. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis peran tinggi badan terhadap hasil shooting dan lay up pada siswa ekstrakurikuler bola basket di SMP Informatika. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi penting bagi pelatih, guru olahraga, maupun praktisi pendidikan jasmani dalam melakukan pembinaan yang tepat, adil, dan berbasis data terhadap potensi siswa.

METODE

Jenis penelitian merupakan korelasional yang bertujuan untuk menemukan ada atau tidaknya hubungan antara kedua variabel. Metode yang di gunakan adalah survey dan pengambilan datanya menggunakan tes dan pengukuran. Dari hasil tes yang di dapatkan kemudian data di analisis. Sampel penelitian merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik populasi. Jika penelitian tidak dapat mencakup seluruh populasi karena jumlah yang besar, serta keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka penelitian akan mengambil sampel dari populasi tersebut (Sugiyono, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Informatika Jengkar Tanah Merah yang berjumlah 15 peserta laki-laki. Sampel yang di gunakan menggunakan total sampling dari populasi. Total

sampling adalah teknik pengambilan sampel yang melibatkan semua anggota populasi, yang berarti seluruh populasi dijadikan sampel (Sugiyono, 2020).

HASIL

Tabel 1. Data Hasil Penelitian

No	Tinggi Badan (X ₁)	Shooting (X ₂)	Lay Up (Y)
1	135 cm	3	3
2	147 cm	5	5
3	130 cm	4	3
4	130 cm	2	3
5	143 cm	4	4
6	143 cm	10	6
7	145 cm	7	5
8	145 cm	8	4
9	141 cm	9	5
10	150 cm	9	6
11	154 cm	5	4
12	157 cm	8	6
14	163 cm	9	7
14	163 cm	7	7
15	167 cm	10	7
<i>mean</i>	147.5333	6.6667	5.0000
<i>SD</i>	11.53793	2.63674	1.46385
<i>min</i>	130.00	2.00	3.00
<i>max</i>	167.00	10.00	7.00

Berdasarkan tabel 4.1 diatas yang menyajikan data tinggi badan (X₁), kemampuan shooting (X₂), dan kemampuan Lay Up (Y) dari 15 responden, dapat dilakukan interpretasi sebagai berikut:

Rata-rata tinggi badan responden adalah 147,53 cm dengan standar deviasi sebesar 11,54 cm, menunjukkan bahwa tinggi badan responden cukup bervariasi, berkisar antara 130 cm hingga 167 cm. Sementara itu, kemampuan shooting memiliki rata-rata skor 6,67 dengan standar deviasi 2,64, menunjukkan bahwa kemampuan shooting responden juga cukup bervariasi, dengan nilai terendah 2 dan tertinggi 10. Untuk kemampuan Lay Up, rata-ratanya adalah 5,00 dengan standar deviasi 1,46, artinya kemampuan ini lebih homogen dibanding shooting, dengan skor terendah 3 dan tertinggi 7.

Secara umum, dapat disimpulkan bahwa terdapat keragaman dalam tinggi badan maupun kemampuan bermain (shooting dan Lay Up) pada responden. Variasi tinggi badan yang cukup besar kemungkinan dapat mempengaruhi variasi dalam kemampuan shooting dan Lay Up. Untuk mengetahui hubungan lebih lanjut antar variabel ini, diperlukan analisis korelasi atau regresi untuk menguji apakah tinggi badan berkorelasi signifikan dengan performa shooting dan Lay Up. Namun secara deskriptif, dapat diasumsikan bahwa responden dengan tinggi badan yang lebih tinggi cenderung memiliki skor shooting dan Lay Up yang lebih tinggi, seperti terlihat pada responden ke-15 dengan tinggi 167 cm dan skor shooting serta Lay Up yang tinggi (10 dan 7).

1. Hasil Uji Prasyarat

Analisis data untuk menguji hipotesis memerlukan beberapa uji persyaratan yang harus dipenuhi agar hasilnya dapat dipertanggungjawabkan. Uji persyaratan analisis meliputi:

a. Uji Normalitas Data

Tujuan uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari tiap-tiap variabel yang dianalisis sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Uji normalitas variabel dilakukan dengan menggunakan rumus KolmogorovSmirnov. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah $p > 0.05$ sebaran dinyatakan normal, dan jika $p < 0.05$ sebaran dikatakan tidak normal. Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut ini:

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variabel	P value	Sig.	Kesimpulan
Tinggi badan	0.200		Berdistribusi normal
Shooting	0.200	0.05	Berdistribusi normal
Lay Up	0.200		Berdistribusi normal

Dapat terlihat pada tabel di atas bahwa nilai signifikansi (p balue) adalah lebih besar dari *alfa* (0,05), sehingga, data adalah Tinggi badan, Shooting, serta Lay Up berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Kaidah homogenitas jika $p > 0,05$, maka tes dinyatakan homogen, jika $p < 0.05$, maka tes dikatakan tidak homogen. Hasil uji homogenitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.3 sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas

Variabel	P value	Sig.	Kesimpulan
Tinggi badan	0.386	0.05	Homogen
Shooting	0.583		Homogen

Dari tabel di atas dapat dilihat nilai signifikansi setiap variabel > 0.05 sehingga data bersifat homogen. Oleh karena data bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik.

c. Uji Korelasi

Analisis data penelitian yang digunakan untuk menguji hipotesis terdiri atas analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda. Untuk memperjelas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat maka dilakukan analisis regresi berganda, hasilnya sebagai berikut:

1. Hubungan antara Tinggi badan dengan Lay Up

Tabel 4. Koefisien Korelasi Tinggi Badan (x1) dengan Kemampuan Lay Up (y)

Korelasi	P value	Sig.	Ket.	r _{hitung}	r _{tabel}	Kesimpulan
X ₁ Y	0.000	0.05	Signifikan	0.863	0.5140	Terdapat korelasi

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi tinggi badan dengan kemampuan Lay Up sebesar 0,863 bernilai positif, artinya ada pengaruh antara tinggi badan dengan Lay Up yang positif. Uji signifikansi koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara mengonsultasi harga r_{hitung} dengan r_{tabel}, pada $\alpha = 5\%$ dengan N = 15 diperoleh r_{tabel} sebesar 0,5140. Oleh karena r_{hitung} (0.863) $>$ r_{tabel} (0.5140) maka terdapat korelasi. Hasil Signifikansi korelasi dapat diketahui dengan melihat nilai p. Jika $p > 0.05$ maka H₀ diterima artinya tidak ada hubungan antara dua variable. Jika $p < 0.05$ maka H₁ diterima artinya ada hubungan antara dua variable. Berdasarkan Tabel di atas, hasil p (0.000) $<$ 0.05 maka H₁

diterima. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan kemampuan Lay Up” diterima.

2. Hubungan antara *Shooting* dengan *Lay Up*

Tabel 5. Koefisien *Shooting* (x2) dengan Kemampuan *Lay Up* (y)

Korelasi	<i>P value</i>	<i>Sig.</i>	Ket.	r_{hitung}	r_{tabel}	Kesimpulan
X ₂ Y	0.000	0.05	Signifikan	0.814	0.5140	Terdapat korelasi

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi *Shooting* dengan kemampuan *Lay Up* sebesar 0,814 bernilai positif, artinya ada pengaruh antara *Shooting* dengan *Lay Up* yang positif. Uji signifikansi koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara mengonsultasi harga r hitung dengan r tabel, pada $\alpha = 5\%$ dengan $N = 15$ diperoleh r tabel sebesar 0,5140. Oleh karena r hitung (0.814) > r tabel (0.514) maka terdapat korelasi. Hasil Signifikansi korelasi dapat diketahui dengan melihat nilai p . Jika $p > 0.05$ maka H_0 diterima artinya tidak ada hubungan antara dua variable. Jika $p < 0.05$ maka H_1 diterima artinya ada hubungan antara dua variable. Berdasarkan Tabel di atas, hasil p (0.000) < 0.05 maka H_1 diterima. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang signifikan antara *Shooting* dengan kemampuan *Lay Up*” diterima

3. Hubungan antara Tinggi badan dan *Shooting* dengan *Lay Up*

Tabel 6. Koefisien Korelasi antara Tinggi Badan (x1) dan *Shooting* (x2) dengan Kemampuan *Lay Up* (y)

Korelasi	<i>P value</i>	<i>Sig.</i>	Ket.	r_{hitung}	F_{hitung}	F_{tabel}	Kesimpulan
X ₁ X ₂ Y	0.000	0.05	Signifikan	0.932	39.413	4.7472	Terdapat korelasi

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi antara tinggi badan, dan *Shooting* dengan kemampuan *Lay Up* sebesar 0.932. Uji signifikansi koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara mengonsultasi harga F hitung (39.413) > F tabel_(1;12;0.05) (4.7472) pada taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan 1 (df_1) : 1 serta derajat kebebasan 2 (df_2) : 12 dan r hitung (0.932) > r tabel_(12;0.05) (0.5324), sehingga koefisien korelasi tersebut signifikan. Hasil Signifikansi korelasi dapat diketahui dengan melihat nilai p . Jika $p > 0.05$ maka H_0 diterima artinya tidak ada hubungan antara dua variabel. Jika $p < 0.05$ maka H_1 diterima artinya ada hubungan antara dua variabel. Berdasarkan Tabel di atas, hasil p (0.000) < 0.05 maka H_a diterima. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan *Shooting* dengan kemampuan *Lay Up*”, diterima.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut ternyata tinggi badan memberikan kontribusi yang signifikan dan cukup besar dalam memberikan sumbangan yang berarti pada kemampuan shooting dan lay up. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan kemampuan melakukan tembakan dalam bola basket (Suryadi, 2022). Tinggi badan memiliki hubungan yang signifikan dengan kontribusi sebesar 36,1% terhadap keterampilan menembak (Prabowo, Sudarsono, &

Yulianto, 2019). Hasil tersebut memberikan bukti bahwa tinggi badan merupakan salah satu faktor pendukung dalam melakukan shooting dan lay up.

Berdasarkan Penelitian ini juga menunjukkan bahwa tinggi badan dapat mempengaruhi kemampuan seorang atlet bola basket dalam melakukan shooting dan lay-up. Mengingat karakteristik permainan bola basket yang bertujuan utama untuk memasukkan bola ke dalam ring yang cukup tinggi, postur tubuh yang tinggi menjadi salah satu syarat untuk menjadi seorang atlet. Tinggi badan dalam permainan bola basket salah satunya berguna pada saat menembak bola ke arah ring dan berbanding lurus dengan masuknya bola. Saat menembak bola ke arah ring, terdapat hubungan langsung antara badan tinggi dan peluang bola masuk. Dengan memiliki badan tinggi yang mumpuni, kemungkinan bola masuk ke dalam ring akan semakin besar, karena semakin dekat dengan ring, semakin mudah untuk melakukan tembakan (Nurafni, R., 2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini memberikan informasi peran tinggi badan dalam permainan bola basket. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan pada tinggi terhadap shooting dan lay up dalam permainan bola basket. Hal ini perlu menjadi perhatian bagi praktisi dan pelatih dalam memilih calon atlet, khususnya dalam olahraga bola basket. Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tinggi badan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan lay up dalam permainan bola basket. Temuan penelitian ini tentunya memberikan referensi baru dalam dunia bola basket. Namun, kelemahan dalam penelitian ini adalah jumlah sampel yang digunakan masih tergolong sedikit. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya adalah membandingkan pengaruh tinggi badan dan keterampilan terhadap kemampuan shooting dan lay up. Diharapkan pelatih mempertimbangkan tinggi badan dalam seleksi atlet bola basket, siswa terus meningkatkan keterampilan meskipun memiliki tinggi badan kurang ideal, dan peneliti selanjutnya menggunakan sampel lebih besar serta membandingkan pengaruh tinggi badan dengan keterampilan teknis terhadap kemampuan shooting dan lay up

DAFTAR PUSTAKA

- An'niza Lupita Rega Mawarni, H. W. (2021). The Basketball 3-Point Shooting : A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Vol. 09. No. 04, Hal 85 - 94.
- Asmawan, A. Y. (2019). Analisis Keberhasilan Free Throw Pada Atlet Bolabasket Putra Ikor Unesa Ditinjau Dari Segi Biomekanika. *Ossae : Journal Of Sport Science Andeducation*, 4(1),36.
- Harwanto, A. P. (2020). Pengaruh Akurasi Jump Shoot Dan Lay Up Shoot Terhadap Ketepatan Hasil Shooting Bola Pada Cabang Olahraga Bola Basket. *Literacy : Jurnal Ilmiah Sosial*, Volume 2, No. 1 Mei 2020.
- Kurniawan, Y. R. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Hasil Shooting Bola Basket Dalam Pembelajaran Pjok Siswa Man Kota Surabaya. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, .8(1), 231–236. <https://doi.org/10.5281/Zenodo.5912095>.
- Mahfud, I. G. (2020). Analisis Imt (Indeks Massa Tubuh) Atlet Ukm Sepakbola Universitas Teknokrat Indonesia. *Satria: Journal Of Sports Athleticism In Teaching And Recreation On Interdisciplinary Analysis*, 3(1), 9–13.
- Munir, A. A. (2021). Pendekatan Model Discovery Learning Dalam Keterampilan Teknik Shooting Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Modern*, <https://doi.org/10.37471/jpm.v6i2.190>.

Fauzi, Haryo Mukti Widodo, Agus Himawan: Peran Tinggi Badan Pada Hasil Shooting Dan Lay Up Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Informatika Jengkar Tanah Merah

- Nurafni, R. (2018). Hubungan Power Tungkai Dan Tinggi Badan Terhadap Hasil Lay Up Shoot Dalam Permainan Bola Basket Siswa Sma Negeri 1 Ciasem. *Biomatika*.
- Nurafni, R. (2018). Hubungan Power Tungkai Dan Tinggi Badan Terhadap Hasil Lay Up Shoot Dalam Permainan Bola Basket Siswa Sma Negeri 1 Ciasem. *Biomatika*.
- Prabowo, Sudarsono, & Yulianto. (2019). Hubungan Antara Tinggi Badan, Keseimbangan Dinamis Dan Power Otot Tungkai Dengan Kemampuan Lay Up Shoot Bola Basket Pada Team Ekstrakurikuler Bola Basket Putri Umur 12-14 Tahun Smp Negeri 2 Kebakkramat Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 9(2), 51–62., <https://doi.org/10.36728/Jis.V19i2.952>.
- Rahmatullah, M. H. (2023). Keterampilan Lay Up Shoot Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Di Smp Negeri 2 Batanghari. *Ndonesion Journal Of Sport Science And Coaching*, Volume 06, Nomor 01, Tahun 2024, Hal. 32-41 <https://online-journal.unja.ac.id/ijssc/index>.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&B*. Bandung. Alfabeta.
- Supriadi, D. H. (2018). Survei Minat Siswa Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Bola Basket Pada Siswa Smp Negeri 27 Makassar .
- Suryadi, D. S. (2022). Tinggi Badan Dan Keseimbangan Dinamis Dengan Kemampuan Lay Up Permainan Bola Basket : Apakah Saling Berhubungan? *Indonesian Journal Of Physical Education And Sport Science*, 2(2), 67–74., <https://doi.org/10.52188/Ijpress.V2i2.276>.
- Yusmawati. (2014). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lay Up Bola Basket. *Journal Of Physical Education, Health And Sport*,, 1(2).