

# ANALISIS TINGKAT PERCAYA DIRI PEMAIN BOLA BASKET MAN 2 KOTA PADANG

Nuzran Fantino<sup>1\*</sup>, Argantos<sup>2</sup>, Yanuar Kiram<sup>3</sup>, Sari Mariati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Padang, Indonesia.  
jalankotokaciak@gmail.com

## ABSTRAK

Penelitian ini membahas tentang kurangnya rasa percaya diri pemain bola basket sebelum pertandingan dan saat bermain melawan lawan berlevel tinggi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat kepercayaan diri pemain bola basket MAN 2 Kota Padang. Untuk mendapatkan hasil yang terbaik sebelum bertanding maupun ketika bertanding perlu dilakukan uji tes tersebut pada pemain bola basket MAN 2 Kota Padang. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dan menggunakan metode deskriptif. Subjek penelitian ini adalah pemain bola basket MAN 2 Kota Padang. Sebanyak 37 pemain digunakan dalam sampel. Instrumen tes penelitian ini menggunakan angket kepercayaan diri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut (5%) pada kategori baik sekali, (19%) pada kategori baik, (59%) pada kategori sedang, (4%) pada kategori kurang, (5%) pada kategori sangat kurang. Dari hasil kesimpulan tersebut, tingkat percaya diri pemain bola basket 59% berada pada kategori sedang.

**Kata Kunci:** Percaya Diri

## ANALYSIS OF THE CONFIDENCE LEVEL OF MAN 2 BASKETBALL PLAYERS PADANG CITY

### ABSTRACT

*This research discusses the lack of self-confidence of basketball players before matches and when playing against high-level opponents. The aim of this research was to measure the level of self-confidence of MAN 2 Padang City basketball players. To get the best results before competing or during competition, it is necessary to carry out these tests on MAN 2 Padang City basketball players. This type of research is quantitative and uses descriptive methods. The subjects of this research were MAN 2 basketball players in Padang City. A total of 37 players were used in the sample. This research test instrument uses a self-confidence questionnaire. Based on the results of the research conducted, it can be concluded that several things are as follows (5%) in the very good category, (19%) in the good category, (59%) in the moderate category, (4%) in the poor category, (5%) in the very less. From these conclusions, the confidence level of basketball players is 59% in the medium category.*

*Keywords: Confidence*

---

## PENDAHULUAN

Di dalam dunia olahraga, para atlet sering kali berhadapan dengan rasa percaya diri yang tidak stabil (Kuswoyo et al., 2017). Berbeda dengan olahraga individu di mana hasil hanya bergantung pada kinerja pribadi. Dalam permainan seperti bola basket, di mana kemenangan bergantung pada upaya kolektif, performa luar biasa seorang pemain tidak selalu menghasilkan kemenangan tim, dan sebaliknya, penampilan di bawah standar bisa saja menghasilkan kemenangan (Firmansyah & Pramono, 2021). Banyak faktor yang mempengaruhi kualitas performa atlet di dalam sebuah tim olahraga. yang mencakup

dinamika situasional dan atribut pribadi seperti suasana hati, kepercayaan diri, motivasi, serta tingkat stres dan kecemasan. Dengan demikian, interaksi faktor-faktor individu ini secara signifikan mempengaruhi kinerja olahraga tim. (Sin & Hudayani, 2020).

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2022 tentang keolahragaan “Olahraga Prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi Olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat bangsa”. Upaya meningkatkan potensi tersebut dibutuhkan percaya diri yang baik bagi atlet. Dalam olahraga bola basket, tidak jarang menyaksikan atlet, apa pun jenis kelaminnya, berjuang untuk tampil maksimal selama pertandingan. Idealnya, pemain bola basket memerlukan waktu yang cukup untuk menumbuhkan kepercayaan diri di lapangan, karena sifat ini sangat penting untuk kompetisi yang efektif. Tanpa rasa percaya diri yang kuat, atlet menghadapi banyak tantangan, baik internal maupun eksternal, yang menghambat kemampuan mereka untuk unggul dalam pertandingan (Munir et al., 2021), (Dohme et al., 2019). Kesulitan ini tidak hanya berdampak pada kinerja individu tetapi juga berdampak buruk pada dinamika tim. Bola basket adalah olahraga yang menganut inklusivitas, menawarkan peluang bagi semua. Penguasaan teknik dasar seperti gerakan kaki (*footwork*), menembak (*shooting*), operan (*passing*) dan menangkap, *dribble*, *rebound*, pergerakan bola dan off-ball, serta pertahanan sangat mempengaruhi kehebatan pemain di lapangan (Mariati & Rasyid, 2018).

Kepercayaan diri merupakan landasan bagi para atlet, khususnya dalam dunia bola basket dimana tantangan dalam pertandingan sangat banyak. Oleh karena itu, rasa percaya diri muncul sebagai syarat utama bagi atlet untuk mengatasi segala rintangan yang berhubungan dengan kepercayaan diri. Kompetisi berfungsi sebagai platform bagi para atlet untuk menunjukkan puncak keterampilan yang diasah selama latihan ketat, yang mencakup kemahiran dalam teknik, fisik, taktik, dan mental (Mariati et al., 2021), (Kiram, 2017). Aspek mental terutama rasa percaya diri, memegang peranan penting baik dalam latihan maupun kompetisi. Tanpa atribut penting ini, bahkan dengan infrastruktur yang optimal dan pembinaan ahli, pencapaian hasil yang luar biasa masih sulit dicapai (Argantos, 2022).

Ketidaksesuaian hasil turnamen suatu tim dari apa yang diharapkan sering kali mencerminkan kurangnya kepercayaan di antara para anggotanya. Kepercayaan diri terkait erat dengan keyakinan diri (*self-efficacy*) yang dirasakan. Atlet dengan kepercayaan diri yang kuat mempunyai keyakinan bahwa mereka dapat memberikan performa permainan seperti yang diharapkan (Oktariani et al., 2017), (Zis et al., 2021a). Keyakinan ini sangat dipengaruhi oleh adanya ekspektasi positif atau negatif mengenai hasil tertentu. Ekspektasi positif menghasilkan dampak positif, sedangkan ekspektasi negatif menghasilkan dampak buruk. Selain itu, ekspektasi individu sangat dipengaruhi oleh keyakinan mereka terhadap kemampuan mereka untuk melaksanakan tugas secara efektif..

Kepercayaan diri yang berlebihan dalam dunia olahraga seringkali dikenal dengan istilah *overconfidence*, namun ada pula yang berpendapat bahwa istilah yang lebih tepat adalah *falseconfidence*. Terlalu percaya diri menunjukkan persepsi yang salah terhadap

kemampuan seseorang, yang menyebabkan ketidakakuratan dalam rasa percaya diri. Ketidakseimbangan antara keyakinan dan kenyataan ini tetap ada meskipun sifatnya salah, baik berupa keyakinan yang tidak mencukupi atau berlebihan. Oleh karena itu, istilah "kepercayaan diri yang salah" lebih tepat menggambarkan perbedaan persepsi diri dalam konteks olahraga.

Bola basket memiliki berbagai tujuan, termasuk pendidikan, prestasi, dan rekreasi, yang berkontribusi terhadap daya tariknya yang luas di seluruh komunitas. Sifat inklusifnya memungkinkan individu dari segala usia, mulai dari anak-anak hingga lansia di atas lima puluh tahun, untuk terlibat dalam olahraga ini, selaras dengan prinsip-prinsip intinya (Hamidi, 2019) , (Metaxas et al., 2009). Hasilnya, bola basket mengalami pertumbuhan pesat dan menjadi salah satu olahraga dengan pertumbuhan tercepat di seluruh negeri, terutama di Amerika (McClay et al., 1994), , (Pliauga et al., 2015).

Berdasarkan observasi peneliti dan mewawancarai pelatih bola basket MAN 2 Kota Padang, pemain sering mengalami mental *down* sebelum bertanding. Salah satunya karena pemain sudah merasa tidak percaya diri dan takut apabila bertemu lawan yang sudah juara. Dari hasil pertandingan, pada Pekan Olahraga Pelajar tahun 2022 tim bola basket MAN 2 Kota Padang tidak lolos, dan hanya sampai penyisihan.

Tujuan dalam penelitian ini adalah bagaimana percaya diri pemain bola basket MAN 2 Kota Padang?

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif-kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah metode yang bertujuan untuk memberikan pemahaman komprehensif tentang suatu konteks atau fenomena sosial. Ini melibatkan eksplorasi dan penjelasan berbagai aspek masalah atau subjek yang diselidiki, biasanya dengan mendeskripsikan variabel yang relevan dalam fenomena yang diuji (Ismayani, 2019). Variabel pada penelitian ini adalah percaya diri pada pemain bola basket di MAN 2 Kota Padang.

Sampel dalam penelitian adalah pemain bola basket yang aktif di MAN 2 Kota Padang dengan total 37 pemain bola basket. Penelitian ini dilakukan di lapangan basket MAN 2 Kota Padang. Instrument tes yang dipakai adalah angket percaya diri yang sudah di uji coba dan *judge* oleh validator ahli. Teknik analisis data menggunakan uji F.

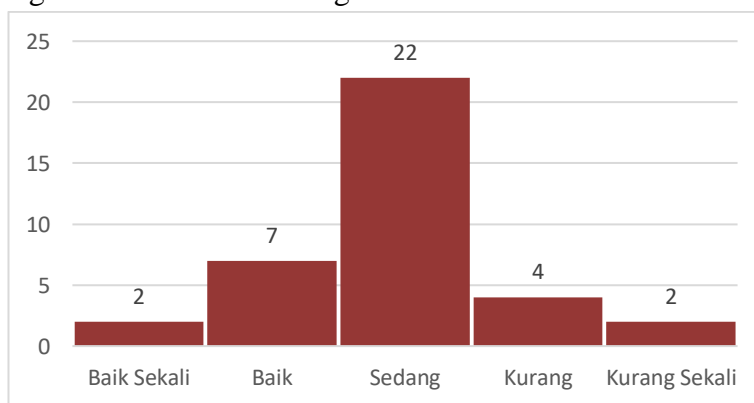
## **HASIL**

Berdasarkan angket respon pemain bola basket MAN 2 Kota Padang, skor yang diperoleh berkisar antara minimal 99 hingga maksimal 209. Rata-rata skor (mean) mendapatkan nilai 171 dengan standar deviasi 18. Untuk gambaran kondisi fisik lebih detail data, dapat dilihat Tabel 1 di bawah ini :

Tabel 1. Hasil Persentase Tingkat Percaya Diri

No.	Interval	Frekuensi Absolute	Frekuensi Kumulatif	Kategori
1	$\geq 199$	2	5 %	Baik Sekali
2	180 - 198	7	19 %	Baik
3	162 - 179	22	59 %	Sedang
4	144 - 161	4	11 %	Kurang
5	$\leq 144$	2	5 %	Kurang Sekali
<b>Jumlah</b>		<b>37</b>	<b>100</b>	

Dari hasil tabel 4, dapat dilihat 2 pemain bola basket (5%) dengan interval  $\geq 199$  pada kategori baik sekali, 7 pemain bola basket (19%) dengan interval 180 – 198 pada kategori baik, 22 pemain bola basket (59%) dengan interval 162 – 179 pada kategori sedang, 4 pemain bola basket (4%) dengan interval 144 – 161 pada kategori kurang, 2 pemain bola basket (5%) dengan interval  $\leq 144$  pada kategori sangat kurang. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan melalui histogram di bawah ini:



Gambar 1. Histogram Hasil Persentase Tingkat Percaya Diri

## PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian diatas, dapat dijelaskan analisis tingkat percaya diri pemain bola basket MAN 2 Kota Padang berada pada persentase 59% dengan kategori sedang. Hal ini dapat dijelaskan, tingkat percaya diri pemain bola basket MAN 2 Kota Padang masih harus diperhatikan Kembali. Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat percaya diri yaitu (1) *self concept*, (2) *self esteem*, (3) *self efficacy*, (4) *self confidence*.

Percaya diri (*Self Confidence*) diwujudkan sebagai keyakinan pada kemampuan dan penilaian (*judgment*) seseorang, yang mencakup keyakinan untuk mengatasi tantangan dan membuat keputusan yang efektif. Ini mencakup keyakinan dalam menavigasi lingkungan yang menantang dan berpegang teguh pada keputusan dan sudut pandang seseorang. Selain itu, hal ini menumbuhkan pandangan konstruktif terhadap diri sendiri dan keadaan sekitar. Namun, penting untuk menyadari bahwa rasa percaya diri tidak menjamin kemahiran dalam semua upaya yang dilakukan. Sebaliknya, hal ini menunjukkan jaminan dalam bidang-bidang tertentu dalam kehidupan seseorang di mana kompetensi, kepercayaan diri, dan kemampuan dijunjung tinggi, didasarkan pada

pengalaman, potensi sejati, prestasi, dan harapan yang realistsit (Kiram, 2017).

Rasa percaya diri mencerminkan pola pikir atau keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, menumbuhkan rasa nyaman dan bebas dalam bertindak, serta akuntabilitas dan sopan santun dalam berinteraksi. Hal ini memerlukan motivasi untuk berprestasi, dibersamai dengan kesadaran akan kekuatan dan kelemahan. Individu dengan kepercayaan diri sering kali menunjukkan ciri-ciri kemandirian, ketahanan, optimisme, dan kepuasan, menunjukkan toleransi, kemandirian, dan watak yang ceria (Mariati et al., 2021).

Kepercayaan diri merupakan atribut penting yang harus dikembangkan setiap orang. Ini berfungsi sebagai kekuatan pendorong yang memberdayakan individu untuk mengejar aspirasi mereka dengan tekad. Kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri sangat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mencapai tujuan hidup. Kepercayaan diri mencakup keyakinan menyeluruh terhadap kekuatan diri, menanamkan rasa kemampuan untuk mencapai berbagai tujuan. Hasilnya, individu yang memiliki rasa percaya diri mendekati usaha mereka dengan optimisme, menetapkan target hidup yang realistis dan dapat dicapai. Pola pikir ini menumbuhkan sikap proaktif, memastikan bahwa tindakan yang direncanakan dilakukan dengan keyakinan akan keberhasilan dan pencapaian tujuan.

Bola basket adalah olahraga tim populer yang dimainkan oleh dua tim yang bersaing, masing-masing terdiri dari lima pemain (Abandy, 2021). Permainan ini berlangsung di permukaan datar yang dirawat dengan cermat tanpa hambatan apa pun, dengan dimensi panjang 28 meter dan lebar 15 meter, dibatasi oleh garis batas (Yenes et al., 2018). Inti dari permainan ini adalah bola basket itu sendiri, bola basket biasanya dibuat dari kulit atau karet, yang dimanipulasi oleh pemain dengan keterampilan dan ketepatan. Tujuan utama setiap tim adalah mengumpulkan poin dengan berhasil mendorong bola melewati keranjang lawan sekaligus mempertahankan keranjangnya sendiri. Interaksi dinamis antara menyerang dan bertahan, strategi, dan atletis, mendefinisikan esensi bola basket (Febriyanto, 2019).

Permainan bola basket dimulai dengan *jump ball* di tengah lapangan yang dipimpin oleh wasit. Biasanya, dua atau tiga wasit mengawasi jalannya pertandingan (Setiawan et al., 2023). Setiap permainan terdiri dari dua babak, masing-masing berlangsung 10 menit, dengan jeda dua menit antara babak pertama dan kedua babak pertama, serta antara babak ketiga dan keempat babak kedua. Selain itu, ada istirahat paruh waktu yang berlangsung selama lima belas menit (Mariati & Rasyid, 2018). Selama bermain game, bola boleh dioper, dilempar, didorong, digiring atau dipantulkan (*dribble*) ke segala arah, asalkan mematuhi peraturan (Hidayatullah et al., 2023). Tim dengan skor tertinggi pada akhir waktu yang ditentukan dinyatakan sebagai pemenang. Jika terjadi seri, permainan tambahan diberikan lima menit. Jika skor tetap sama setelah periode ini, perpanjangan waktu diberikan sampai selisih poin tercapai.

Bola basket memiliki berbagai tujuan, termasuk pendidikan, prestasi kompetitif, dan kesenangan rekreasional, sebagaimana dibuktikan dengan popularitasnya yang luas di berbagai demografi (Hamidi, 2019). Sifat inklusifnya sejalan dengan prinsip-prinsip

inti permainan, memungkinkan individu dari segala usia, dari anak-anak hingga orang dewasa dan bahkan lansia di atas usia lima puluh tahun, untuk berpartisipasi (Metaxas et al., 2009) (McClay et al., 1994). Pertumbuhan olahraga yang eksponensial terlihat jelas, menjadikannya salah satu olahraga dengan pertumbuhan tercepat baik secara nasional dan khususnya di Amerika (McClay et al., 1994).

Percaya diri atau *Self-confidence* mencakup keyakinan akan kemampuan seseorang untuk sukses, yang terdiri dari perpaduan antara harga diri dan efikasi diri. Mewujudkan sikap yang bercirikan keyakinan akan kemampuan diri, menumbuhkan kebebasan bertindak, kehangatan, dan kesopanan dalam berinteraksi. Selain itu, hal ini memerlukan penerimaan dan rasa hormat dari orang lain, dorongan untuk berprestasi, dan kesadaran yang tinggi akan kekuatan dan kelemahan. Kepercayaan diri mencerminkan pandangan positif, memberdayakan individu untuk berkembang (Gufron & Risnawita, 2019), (Zis et al., 2021b).

Esensi mendasar dari menembak dalam bola basket terletak pada kemampuan untuk memasukkan bola ke dalam keranjang dengan sukses, suatu keterampilan yang penting bagi setiap pemain mengingat beragam peluang menembak yang muncul sepanjang permainan. Mengingat sifat bola basket yang dinamis, atlet harus memiliki inovasi dan kreativitas dalam teknik menembaknya (Koryahin et al., 2019). Setiap permainan ofensif bertujuan untuk mencapai puncaknya dalam sebuah tembakan, menggarisbawahi pentingnya menguasai keterampilan dasar ini (Reina et al., 2020). Baik saat melakukan lay-up atau teknik menembak lainnya, atlet harus mendedikasikan dirinya untuk mempelajari dan menyempurnakan kemampuan menembaknya. Beberapa faktor yang mempengaruhi hasil suatu pukulan antara lain jarak, mobilitas, bentuk pukulan, repetisi, dan dinamika situasi seperti kondisi fisik dan psikis, kelelahan, serta suasana persaingan. Baik faktor eksternal seperti hambatan maupun faktor internal seperti kelelahan dan kondisi mental, serta kehadiran lawan atau rekan satu tim, dapat berdampak signifikan terhadap keberhasilan eksekusi pukulan (Tri Kinasih et al., 2021).

Kemahiran dalam menggiring bola (*dribbling*) memberdayakan pemain bola basket untuk mengungguli lawan, menghindari pertahanan yang ketat, dan berkontribusi dalam mencetak peluang, menjadikannya keterampilan yang penting untuk dikuasai. Menyadari hal ini, pelatih harus memiliki pemahaman komprehensif tentang dasar-dasar dan taktik bola basket untuk membimbing pemain secara efektif dalam mengasah keterampilan mereka. Melalui program pelatihan yang sistematis, pelatih memfasilitasi pengembangan teknik dan ketajaman taktis yang benar, mendorong gerakan otomatis di antara para pemain. Pendekatan ini memastikan bahwa tujuan pelatihan terpenuhi dan pemain diperlengkapi untuk unggul di lapangan.

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah: (5%) pada kategori baik sekali, (19%) pada kategori baik, (59%) pada kategori sedang, (4%) pada kategori kurang, (5%) pada kategori sangat kurang. Dari hasil kesimpulan tersebut, tingkat percaya diri pemain bola basket MAN 2 Kota Padang dengan hasil 59% berada pada kategori sedang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abandy, A. N. (2021). Permainan Bola Basket. *Bina Guna Press*, 1–56.
- Argantos, A. (2022). Evaluasi Program Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Materi Aktivitas Di Air Di Smp Negeri 14 Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 10(3), 114–121.
- Dohme, L.-C., Piggott, D., Backhouse, S., & Morgan, G. (2019). Psychological Skills And Characteristics Facilitative Of Youth Athletes' Development: A Systematic Review. *The Sport Psychologist*, 33(4), 261–275.
- Febriyanto, E. (2019). *Profil Kondisi Fisik Atlet Bola basket Putri Sma N 2 Bukittinggi*. Universitas Negeri Padang.
- Firmansyah, R., & Pramono, M. (2021). Analisis Hubungan Goal-Setting Terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Floorball Unesa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09(03), 291–300.
- Gufron, N., & Risnawita, R. (2019). Kepercayaan Diri. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 5(1), 1689–1699.
- Hamidi, A. (2019). The Influences Of Learning Model And Motor Educability In Technical Learning Results And Basketball Playing Skills For Junior High School Students Sport Science Study Program. *Upi: Bandung*.
- Hidayatullah, F., Anwar, K., & Handayani, H. Y. (2023). *Bola Basket Dasar Untuk Pemula*. Thalibul Ilmi Publishing & Education.
- Ismayani, A. (2019). *Metodologi Penelitian*. Syiah Kuala University Press.
- Kiram, Y. (2017). Industrialisasi Dan Komersialisasi Dalam Olahraga. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(02), 187–203.
- Koryahin, V., Iedynak, G., Blavt, O., Galamandjuk, L., Ludovyk, T., Stadnyk, V., Bezgrebelnaya, E., Korol, A., & Gavrilenko, M. (2019). The Main Aspects Of The Implementation Of Technical And Physical Training Of Basketball Players. *Journal Of Physical Education And Sport*, 19, 358–362.
- Kuswoyo, D. D., Pramono, H., & Rifai, A. R. C. (2017). Kontribusi Percaya Diri, Konsentrasi Dan Motivasi Terhadap Kinerja Wasit Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia Provinsi Sumatera Selatan. *Journal Of Physical Education And Sports*, 6(3), 241–247. [Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Jpes](http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Jpes)
- Mariati, S., Arwandi, J., & Ridwan, M. (2021). Ter, Pe Peningkatan Skill Short Passing Sepakbola Pemain Ssb Sarilamak United U12. *Jurnal Performa Olahraga*, 6(2), 88–101.
- Mariati, S., & Rasyid, W. (2018). Pengaruh Metode Latihan Sistem Sirkuit Terhadap Peningkatan Kemampuan Daya Ledak Otot Lengan Pada Atlet Bola basket Fik Unp. *Jurnal Menssana*, 3(2), 28–36.

- Mcclay, I. S., Robinson, J. R., Andriacchi, T. P., Frederick, E. C., Gross, T., Martin, P., Valiant, G., Williams, K. R., & Cavanagh, P. R. (1994). A Profile Of Ground Reaction Forces In Professional Basketball. *Journal Of Applied Biomechanics*, 10(3), 222–236.
- Metaxas, T. I., Koutlianos, N., Sendelides, T., & Mandroukas, A. (2009). Preseason Physiological Profile Of Soccer And Basketball Players In Different Divisions. *The Journal Of Strength & Conditioning Research*, 23(6), 1704–1713.
- Munir, A., Wahyudi, A. N., & Prayoga, A. S. (2021). Pendekatan Model Discovery Learning Dalam Keterampilan Teknik Shooting Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Modern*, 6(2), 68–73.
- Oktariani, M., Barlian, I., & Fatimah, S. (2017). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik Program Lintas Minat Pada Mata Pelajaran Ekonomi Di Sma Negeri 14 Palembang. *Jurnal Profit*, 1(1), 92–106.
- Pliauga, V., Kamandulis, S., Dargevičiūtė, G., Jaszczanin, J., Klizienė, I., Stanislovaitienė, J., & Stanislovaitis, A. (2015). The Effect Of A Simulated Basketball Game On Players' Sprint And Jump Performance, Temperature And Muscle Damage. *Journal Of Human Kinetics*, 46, 167.
- Reina, M., García-Rubio, J., & Ibáñez, S. J. (2020). Training And Competition Load In Female Basketball: A Systematic Review. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 17(8), 2639.
- Setiawan, M. R., Ihsan, N., Firdaus, K., & Argantos, A. (2023). Pengembangan Aplikasi Self Assessment Dalam Pembelajaran Bola Basket. *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 21(1), 183–199.
- Sin, T. H., & Hudayani, F. (2020). Studi Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Schouldid Indones. J. Sch. Couns.*
- Tri Kinasih, D., Ramli Buhari, M., & Jailani. (2021). Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Remaja Pada Cabang Olahraga Beladiri Kalimantan Timur. *Borneo Physical Education Journal*, 2(1), 9–20. <https://doi.org/10.30872/Bpej.V2i1.579>
- Yenes, R., Syahara, S., & Kiram, Y. (2018). Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Jump Shoot Atlet Bola basket Fik Unp.
- Zis, S. F., Effendi, N., & Roem, E. R. (2021a). Perubahan Perilaku Komunikasi Generasi Milenial Dan Generasi Z Di Era Digital. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(1), 69–87. <https://doi.org/10.22219/Satwika.V5i1.15550>
- Zis, S. F., Effendi, N., & Roem, E. R. (2021b). Perubahan Perilaku Komunikasi Generasi Milenial Dan Generasi Z Di Era Digital. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(1), 69–87. <https://doi.org/10.22219/Satwika.V5i1.15550>