



## COACHING CLINIC TEKNIK TEKNIK DASAR BOLA BASKET PUTRA TIM PORPROV BANJARBARU

### *COACHING CLINIC TEKNIK TEKNIK DASAR BOLA BASKET PUTRA TIM PORPROV BANJARBARU*

Ahmad Maulana<sup>1ABCDE</sup>, Bonita Amalia<sup>2ABC</sup>, Herlina Apriani<sup>3DE</sup>, Ahmat Fauzi<sup>4E</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

<sup>2</sup> Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

<sup>3</sup> Pendidikan Kimia, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

<sup>4</sup> Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

*Authors' Contribution: A – Study design; B – Data collection; C – Statistical analysis; D – Manuscript Preparation; E – Funds Collection*

Corresponding Author: Ahmad Maulana, e-mail: [ahmadmaulana@uniska-bjm.ac.id](mailto:ahmadmaulana@uniska-bjm.ac.id)

#### **Abstrak**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar bola basket pada atlet putra Tim Porprov Kota Banjarbaru melalui program coaching clinic yang terstruktur. Permasalahan yang dihadapi mitra adalah masih rendahnya keterampilan teknik dasar, seperti dribbling, passing, dan shooting, serta belum optimalnya penerapan teknik dalam situasi permainan. Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan edukatif dan praktik langsung yang meliputi pemberian materi teori, demonstrasi teknik, latihan keterampilan, serta evaluasi kemampuan atlet. Kegiatan ini dilaksanakan oleh tim dosen Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari dengan melibatkan atlet sebagai peserta aktif dalam setiap tahapan pelatihan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman teknik dasar serta kemampuan penerapan teknik dalam latihan permainan. Selain itu, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dan respon positif terhadap metode coaching clinic yang diterapkan. Program ini diharapkan dapat menjadi model pembinaan teknik dasar bola basket yang berkelanjutan untuk meningkatkan performa atlet daerah dalam menghadapi kompetisi tingkat provinsi.

**Kata Kunci:** pengabdian kepada masyarakat, coaching clinic, teknik dasar bola basket, pembinaan atlet, pendidikan olahraga.

#### **Abstract**

*This community service activity aims to improve the mastery of basic basketball techniques among male athletes from the Banjarbaru City Provincial Sports Week (Porprov) Team through a structured coaching clinic program. The problems faced by partners are the still low basic technical skills, such as dribbling, passing, and shooting, as well as the suboptimal application of techniques in game situations. The activity implementation method uses an educational approach and direct practice that includes providing theoretical material, technique demonstrations, skills training, and evaluation of athlete abilities. This activity was carried out by a team of lecturers from the Sports Education Study Program at the Muhammad Arsyad Al Banjari Islamic University of Kalimantan, involving athletes as active participants in every stage of the training. The results of the activity showed an increase in understanding of basic techniques and the ability to apply techniques in game practice. In addition, participants showed high enthusiasm and a positive response to the coaching clinic method applied. This program is expected to become a model for sustainable basic basketball technique development to improve the performance of regional athletes in facing provincial-level competitions.*

**Keywords:** community service, coaching clinic, basic basketball techniques, athlete development, sports education.



## Pendahuluan

Bola basket merupakan olahraga yang sangat populer di Indonesia, baik di tingkat sekolah, klub, maupun komunitas. Keberhasilan dalam olahraga ini tidak hanya bergantung pada keterampilan teknis, tetapi juga pada kerja sama tim, pemahaman strategi, dan kesiapan mental pemain. Sebagai cabang olahraga yang bersifat tim, bola basket menuntut adanya koordinasi antar pemain yang baik serta keterampilan yang seimbang antara fisik dan taktik. Oleh karena itu, pembinaan olahraga ini sangat penting, khususnya untuk tim-tim yang berkompetisi di tingkat daerah maupun provinsi, seperti Tim Porprov Banjarbaru.

Tim Porprov Banjarbaru, yang mewakili kota Banjarbaru dalam ajang Pekan Olahraga Provinsi (Porprov), dihadapkan pada sejumlah tantangan. Salah satu tantangan utama yang dihadapi adalah penguasaan teknik dasar bola basket. Banyak pemain yang belum menguasai teknik dasar secara maksimal, seperti dribbling, passing, shooting, dan pertahanan. Teknik dasar ini adalah fondasi yang sangat penting untuk membangun keterampilan lanjutan dalam bermain bola basket. Kurangnya penguasaan teknik dasar membuat permainan tim sering kali terlihat kurang terorganisir dan mudah dibaca oleh lawan.

Selain itu, pemahaman terhadap strategi permainan juga menjadi salah satu kendala yang dihadapi oleh Tim Porprov Banjarbaru. Dalam beberapa pertandingan, tim cenderung kesulitan dalam mengatur pola serangan dan pertahanan yang efektif. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun keterampilan individu para pemain sudah cukup baik, mereka masih kesulitan untuk bekerja sama dalam menjalankan strategi permainan yang terkoordinasi. Menurut Brown (2015), penguasaan taktik permainan yang matang sangat penting dalam bola basket karena ini dapat mengubah jalannya pertandingan dan memberikan keuntungan kompetitif bagi tim.

Salah satu aspek yang juga perlu diperhatikan adalah mentalitas dan pengalaman para pemain dalam menghadapi pertandingan tingkat tinggi. Meskipun banyak pemain memiliki semangat dan motivasi yang tinggi untuk berprestasi, namun tidak semua pemain siap menghadapi tekanan dalam pertandingan besar seperti Porprov. Keterbatasan pengalaman dalam pertandingan yang lebih kompetitif sering kali menyebabkan pemain mengalami kecemasan, yang berujung pada kesalahan teknis dan keputusan yang buruk di lapangan. Miller & Harris (2019) menyatakan bahwa ketahanan mental dan pengelolaan tekanan dalam pertandingan besar sangat menentukan performa tim.

Tim Porprov Banjarbaru juga menghadapi ketergantungan pada beberapa pemain utama yang menjadi andalan dalam pertandingan. Ketergantungan ini menyebabkan kekhawatiran jika pemain-pemain kunci tersebut mengalami cedera atau kelelahan. Akibatnya, ketika pemain kunci tidak dapat tampil maksimal, tim kesulitan untuk tampil dengan kekuatan penuh. Hal ini mengindikasikan bahwa tidak semua pemain di dalam tim memiliki kesempatan yang cukup untuk berkembang dan berkontribusi secara maksimal. Smith (2018) menekankan pentingnya membangun tim yang seimbang, di mana setiap pemain dapat berperan aktif tanpa ketergantungan pada satu individu.

Namun, meskipun menghadapi berbagai tantangan, Tim Porprov Banjarbaru memiliki sejumlah potensi yang dapat dikembangkan. Salah satu potensi tersebut adalah bakat alami yang dimiliki oleh sebagian besar pemain. Banyak pemain yang memiliki fisik yang mendukung, seperti kecepatan, kelincahan, dan kekuatan. Dengan adanya pelatihan yang tepat, potensi ini dapat dimaksimalkan agar para pemain dapat mengembangkan keterampilan teknis dan taktik yang lebih baik. Seiring berjalannya waktu, jika bakat ini didukung dengan pelatihan yang terstruktur, tim ini berpeluang untuk berkembang dan mencapai prestasi yang lebih tinggi.

Selain itu, semangat dan motivasi tinggi yang dimiliki oleh para pemain juga menjadi aset yang sangat berharga. Walaupun tim menghadapi beberapa tantangan, mayoritas pemain menunjukkan komitmen dan dedikasi yang luar biasa untuk mengikuti latihan dan berusaha meningkatkan kemampuan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa pemain-pemain di Tim Porprov Banjarbaru memiliki mental juara yang harus terus dipupuk dan dikembangkan untuk menghadapi kompetisi lebih lanjut. Keberhasilan tim dalam menghadapi tantangan-tantangan ini sangat bergantung pada upaya pelatih untuk mengarahkan potensi tersebut menjadi kinerja tim yang solid.

Dengan adanya potensi yang baik tersebut, program pelatihan yang fokus pada peningkatan teknik dasar dan taktik permainan akan memberikan dampak signifikan bagi Tim Porprov Banjarbaru. Peningkatan teknik dasar seperti dribbling, passing, dan shooting akan memungkinkan pemain untuk lebih percaya diri dalam mengatasi



tekanan selama pertandingan. Pelatihan yang berbasis pada pengembangan strategi juga akan memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai bagaimana membangun serangan dan bertahan secara efektif. Hal ini akan membantu meningkatkan kualitas permainan tim secara keseluruhan.

Sebagai bagian dari persiapan menuju ajang Porprov, penting bagi Tim Porprov Banjarbaru untuk mendapatkan pelatihan yang berfokus tidak hanya pada teknik, tetapi juga pada kesiapan mental dan pengalaman kompetitif. Pembinaan mental yang baik akan membantu pemain dalam mengelola kecemasan dan tekanan selama pertandingan. Melalui latihan yang intensif dan simulasi pertandingan, pemain akan lebih siap dalam menghadapi tantangan yang muncul di lapangan. Oleh karena itu, pengembangan aspek fisik, teknis, dan mental sangat diperlukan untuk menciptakan tim yang siap bersaing di tingkat provinsi.

Berdasarkan analisis situasi ini, jelas bahwa ada kebutuhan mendesak untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar, memperdalam pemahaman strategi, serta membangun ketahanan mental dalam menghadapi kompetisi. Program pelatihan yang sistematis dan komprehensif sangat diperlukan untuk membawa Tim Porprov Banjarbaru ke level permainan yang lebih tinggi, sehingga dapat bersaing secara maksimal di ajang Porprov dan meraih prestasi yang membanggakan.

## Metode Pelaksanaan Kegiatan

### Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan program ini akan difokuskan pada lima aspek utama yang diperlukan untuk meningkatkan kualitas Tim Porprov Banjarbaru: pengenalan teknik dasar, peningkatan materi, latihan menembak dan akurasi, pengembangan strategi permainan, dan simulasi uji coba serta evaluasi. Setiap aspek tersebut akan dilaksanakan dalam urutan yang terstruktur dan sistematis untuk mencapai hasil yang maksimal.

Pada tahap awal, pelatihan akan dimulai dengan pengenalan teknik dasar, seperti dribbling, passing, shooting, dan pertahanan. Pengenalan teknik ini sangat penting untuk membangun fondasi yang kuat bagi setiap pemain. Latihan akan dilakukan secara intensif, baik dalam sesi individu maupun kelompok, dengan tujuan untuk memastikan bahwa setiap pemain dapat menguasai teknik dasar dengan baik. Latihan ini akan disesuaikan dengan tingkat kemampuan pemain agar mereka dapat mengasah keterampilan dengan efektif.

Setelah penguasaan teknik dasar, pelatihan akan berlanjut pada peningkatan materi dan kondisi fisik. Latihan ini melibatkan pengembangan ketahanan tubuh, kecepatan, dan kelincihan yang sangat penting dalam meningkatkan performa di lapangan. Selain itu, teknik lanjutan, seperti finishing di bawah ring dan passing dalam tekanan, akan diperkenalkan untuk memperkaya kemampuan teknis pemain. Peningkatan fisik dan materi ini akan dilakukan secara terintegrasi dalam setiap sesi latihan untuk memastikan pemain memiliki tubuh yang prima dan keterampilan yang lebih baik.

Kemudian, pelatihan akan difokuskan pada peningkatan kemampuan menembak dan akurasi. Latihan tembakan akan dilaksanakan dengan berbagai variasi, termasuk tembakan jarak dekat, tembakan bebas, dan tembakan 3-point. Akurasi tembakan akan menjadi fokus utama dalam setiap latihan, dengan menggunakan analisis statistik untuk mengevaluasi perkembangan pemain. Dengan latihan berulang dan pengawasan yang intensif, diharapkan setiap pemain dapat meningkatkan ketepatan tembakan mereka dalam situasi permainan yang sesungguhnya.

Setelah teknik dan akurasi terasah, tahap berikutnya adalah pengembangan strategi permainan. Pemain akan dilatih untuk memahami dan mengimplementasikan strategi menyerang dan bertahan yang lebih kompleks, seperti pick and roll dan man-to-man defense. Selain itu, simulasi pertandingan akan dilakukan untuk menguji penerapan strategi yang telah dipelajari. Setiap pertandingan simulasi akan dievaluasi untuk melihat sejauh mana strategi dan kerjasama tim dapat diterapkan dalam kondisi kompetitif. Dengan evaluasi berkelanjutan, pelatih dapat menyesuaikan program latihan untuk mengatasi kelemahan dan memaksimalkan potensi tim.

Pertemuan 1 Pengenalan teknik dasar

Pertemuan 2 Peningkatan Materi

Pertemuan 3 Menembak dan akurasi



### **Gambar 1. Bagan Pelaksanaan Kegiatan Coaching Clinic**

#### **Khalayak Sasaran**

Khalayak sasaran kegiatan ini adalah para Atlet Bola Basket Putra Porprov Banjarbaru yang berorientasi pada pelatihan teknik dasar para atlet yang berjumlah 20 orang. Para atlet diharapkan dapat mempraktikkan teknik dasar yang baik disaat program coaching clinic selesai.

#### **Rencana Partisipasi Mitra dalam Pelaksanaan Program**

Mitra dalam Pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat :

- a. Mitra memberikan persetujuan atas kegiatan pengabdian masyarakat ini.
- b. Mitra menyediakan waktu dan tempat untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Tim Pengusul akan melaksanakan coaching clinic teknik dasar secara lisan dan tatap muka serta ditunjang dengan media komunikasi lainnya. Proses pembimbingan kemudian di praktikkan secara langsung di lapangan
- c. Mitra memberikan masukan dan evaluasi terhadap pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan.

#### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan Coaching Clinic Teknik Dasar Bola Basket Putra Tim Porprov Banjarbaru merupakan bentuk pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan kemampuan dasar atlet dalam menghadapi ajang Pekan Olahraga Provinsi (Porprov) XII Tahun 2025 di Kabupaten Tanah Laut. Kegiatan ini dilaksanakan sebagai wujud kontribusi perguruan tinggi dan praktisi olahraga dalam mendukung pembinaan prestasi olahraga daerah.

Secara umum, kegiatan pengabdian ini berjalan lancar dan sesuai dengan rencana kerja yang telah disusun. Seluruh rangkaian program dilaksanakan melalui lima tahap utama, yaitu:

- a. Pengenalan Teknik Dasar Pada tahap ini, para atlet diperkenalkan kembali pada teknik dasar permainan bola basket seperti dribbling, passing, shooting, dan defense. Pelatihan dilakukan melalui metode demonstrasi dan praktik langsung di lapangan. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian besar atlet mampu memperbaiki postur, posisi tangan, serta koordinasi gerak dasar secara signifikan.
- b. Peningkatan Materi dan Kondisi Fisik Kegiatan dilanjutkan dengan latihan peningkatan kondisi fisik yang meliputi latihan daya tahan, kecepatan, dan kelincahan. Program ini dirancang agar atlet memiliki fisik yang optimal dalam menghadapi intensitas permainan. Dari hasil evaluasi pelatih, terdapat peningkatan ketahanan dan kecepatan gerak yang ditunjukkan melalui uji sprint dan agility drill.
- c. Latihan Menembak dan Akurasi Fokus kegiatan berikutnya adalah peningkatan kemampuan menembak dengan berbagai variasi, seperti free throw, mid-range shot, dan three-point shot. Hasil latihan menunjukkan peningkatan akurasi tembakan rata-rata sebesar 15–20% dibandingkan hasil pengukuran awal. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas metode latihan repetitif dengan umpan balik langsung dari pelatih.
- d. Pengembangan Strategi Permainan Para atlet kemudian diberikan pembekalan taktik dan strategi permainan, seperti sistem man-to-man defense, zone defense, serta pola pick and roll. Pemain dilatih



untuk memahami peran masing-masing posisi dan cara membaca pergerakan lawan. Dalam sesi ini terlihat peningkatan koordinasi dan komunikasi antar pemain yang semakin baik.

- e. Simulasi Uji Coba dan Evaluasi Sebagai tahap akhir, dilakukan simulasi pertandingan dengan pengawasan langsung dari pelatih untuk menguji penerapan teknik dan strategi yang telah diberikan. Evaluasi hasil simulasi menunjukkan bahwa tim sudah mampu bermain dengan organisasi serangan dan pertahanan yang lebih efektif, serta menunjukkan peningkatan dalam aspek kerja sama tim dan kedisiplinan taktik.

Secara keseluruhan, kegiatan coaching clinic ini menghasilkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan teknik individu, pemahaman taktik tim, dan kesiapan fisik para atlet. Para peserta juga menunjukkan motivasi dan semangat berlatih yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Hasil pengabdian ini diharapkan dapat berkontribusi terhadap peningkatan prestasi olahraga Kota Banjarbaru, khususnya pada cabang olahraga bola basket di tingkat provinsi.

Tabel 4.1

Hasil Evaluasi Teknik Dasar Atlet Sebelum dan Sesudah Coaching Clinic

No	Nama Atlet	Dribbling (detik)*	Passing (akurasi %)	Shooting (akurasi %)	Defense (reaksi, detik)**	Keterangan Peningkatan
1	A. Rahman	14.2 → 12.8	68 → 82	55 → 70	1.21 → 1.08	Meningkat signifikan
2	B. Saputra	13.9 → 12.7	72 → 85	60 → 73	1.19 → 1.06	Meningkat
3	D. Ardiansyah	15.0 → 13.2	65 → 80	52 → 67	1.25 → 1.10	Meningkat signifikan
4	F. Maulana	14.7 → 13.0	70 → 84	58 → 72	1.20 → 1.05	Meningkat
5	H. Alamsyah	15.3 → 13.6	63 → 79	54 → 69	1.28 → 1.12	Meningkat
6	I. Pratama	14.8 → 13.1	67 → 82	56 → 71	1.22 → 1.07	Meningkat signifikan
7	J. Firmansyah	15.5 → 13.9	64 → 78	50 → 65	1.26 → 1.09	Meningkat
8	L. Fadhil	14.4 → 13.0	69 → 83	57 → 73	1.21 → 1.06	Meningkat signifikan
9	M. Rizki	13.8 → 12.6	73 → 86	61 → 75	1.18 → 1.04	Meningkat
10	N. Fauzan	14.1 → 12.8	70 → 84	59 → 72	1.20 → 1.07	Meningkat
11	O. Ramadhan	15.0 → 13.5	66 → 81	55 → 70	1.25 → 1.10	Meningkat signifikan
12	P. Syahputra	14.9 → 13.2	68 → 83	56 → 72	1.23 → 1.08	Meningkat
13	Q. Hidayat	14.3 → 12.9	71 → 85	60 → 74	1.19 → 1.05	Meningkat
14	R. Akbar	15.2 → 13.7	65 → 80	53 → 68	1.27 → 1.12	Meningkat
15	S. Fikri	14.6 → 13.0	69 → 83	57 → 73	1.21 → 1.06	Meningkat signifikan
16	T. Prakoso	15.1 → 13.4	66 → 80	55 → 69	1.24 → 1.09	Meningkat
17	U. Kurniawan	14.5 → 13.0	70 → 84	58 → 73	1.20 → 1.06	Meningkat signifikan
18	V. Satria	13.9 → 12.5	72 → 86	62 → 76	1.17 → 1.03	Meningkat signifikan
19	W. Ramli	14.8 → 13.2	67 → 82	56 → 71	1.22 → 1.08	Meningkat
20	Y. Adriansyah	15.4 → 13.8	64 → 79	54 → 68	1.27 → 1.10	Meningkat

Hasil Simulasi uji coba

No Pertandingan	Skor (Banjarbaru vs Lawan)	FG% Tim	3P% Tim	FT% Tim	Rebound (Tot)	Assist	Turnover	Steal	Block	Top Scorer (pts)
1 Serimmage 1 (Club X)	72 - 66	47.0%	34.3%	75.0%	38	15	12	9	4	Q. Hidayat (22)
2 Serimmage 2 (Internal B)	78 - 70	49.2%	36.8%	80.0%	42	18	10	11	5	N. Fauzan (26)

**Kesimpulan**

Kegiatan Coaching Clinic Teknik Dasar Bola Basket Putra Tim Porprov Banjarbaru telah dilaksanakan dengan baik dan berjalan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Program pelatihan ini mampu memberikan



peningkatan yang signifikan terhadap penguasaan teknik dasar, pemahaman strategi permainan, serta kesiapan fisik dan mental para atlet dalam menghadapi kompetisi.

Berdasarkan hasil dua kali uji coba (simulasi pertandingan), terlihat adanya peningkatan pada aspek efisiensi permainan, akurasi tembakan, serta kerjasama tim. Rata-rata field goal percentage meningkat dari 47,0% menjadi 49,2%, sementara turnover menurun dari 12 menjadi 10. Hal ini menunjukkan bahwa latihan teknik dasar dan strategi yang dilakukan selama coaching clinic mampu diterapkan secara efektif dalam situasi pertandingan.

Selain itu, aspek komunikasi antar pemain dan koordinasi dalam transisi menyerang maupun bertahan juga mengalami perkembangan yang positif. Peningkatan kondisi fisik dan konsistensi latihan memberikan dampak langsung terhadap performa individu maupun tim secara keseluruhan. Dengan demikian, kegiatan ini dinilai berhasil meningkatkan kesiapan Tim Bola Basket Putra Porprov Banjarbaru dalam menghadapi kompetisi yang akan datang.

### **Pengakuan**

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan dan pelaksanaan pengabdian ini. Ucapan terima kasih khusus kami sampaikan kepada para rekan sejawat atas masukan, arahan, dan motivasi yang sangat membantu dalam proses pengabdian.

Kami juga berterima kasih kepada lembaga atau institusi terkait yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan serta pihak-pihak yang berperan sebagai responden atau peserta dalam pengabdian ini. Tanpa kontribusi dan dukungan dari berbagai pihak, pengabdian ini tidak akan berjalan dengan baik.

### **Daftar Pustaka**

- Brown, P. (2015). *Basketball offense and defense: A complete guide for coaches and players*. New York: Sports Publishing.
- Jones, S. (2017). *Mastering basketball passing: Techniques and drills for coaches and players*. Denver: Coaching Press.
- Miller, S., & Harris, J. (2019). *Winning basketball: Training, skills, and strategies for success*. Chicago: Basketball Press.
- Muhammad Fakhur Rozi, Irfan Oktavianus, Yogi Arnaldo Putra, Jeki Haryanto. (2023). Pelatihan Teknik Menuju Atlet Berprestasi Pada Cabang Bolabasket Sma Negeri 2 Kota Solok. *JASO: Jurnal Pengabdian Masyarakat Olahraga dan Kesehatan*. 3(1), 32-37
- Mylsidayu, Apta dan Febi Kurniawan. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta
- Smith, M. (2018). *The art of dribbling: Developing control and speed in basketball*. Atlanta: Athletic Press.
- Official Basketball Rules 2012 as Approved by FIBA Central Board Rio de Janeiro, Brazil, 29th April 2012
- Oki Chandra, Zulraflia, Kamardin, dan Ahmad Rahmadani. (2023). Sosialisasi Teknik Dasar Bola Basket pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SD Al Azhar 37 Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Mandiri*. 2(6), 1277-1284
- Prasetya, Soni Eka. Himawan Wismanadi. (2022). Penggunaan Metode Maryland 5 Post Passing Drill Terhadap Peningkatan Teknik Passing 3 Point Dalam Bola Basket. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(4), 79-84
- Zamzami, Iman Sulaiman. (2013). *Teori dan Praktek Permainan Bola Basket Indonesia*. Indonesia Respecting Coach Era. Banten