

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, I. (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan: Unimed Press.
- Anggara, D., Usra, M., & Solahuddin, S. (2018). *Latihan Melempar Bola Basket Ke Dinding Dengan Sasaran Lingkaran Terhadap Shooting Free Throw Bola Basket Pada Siswa SMP*. *ALTIUS : Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan*, 7(2), 192-200.
- Bompa T.(1983). *Teory And Methodology Of Training Second Edition*.
- Dewi, AS, & Mulyono, A (2023). *Pengaruh Latihan Jarak Bertahap dan Tetap Terhadap Free Throw Pemain Bola Basket Putri SMP Negeri 1 Ambarawa*. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Indonesia*.
- Emral. (2017). *Pengantar Teori dan Metodologi Latihan Fisik*. Depok: KENCANA.
- Fajriyanto, 2021. *Pengaruh Variasi Latihan Shooting Terhadap Hasil Free Throw*. *Jurnal Untan*.
- Filippi, A. (2011). *Shoot Like The Pros : The Road to a Successful Shooting Technique*. Chicago: Triumph Books.
- Gurning, B. dan Lubis, E. A. (2018). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: K-Media.
- Hudain, M. A., Adil, A., & Rachmat, M. (2024). *Pelatihan Terstruktur di SDN Paccinangan tentang Dribbling Bola Basket* . *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 80–87.
- Ilham I., Ali, M., & Iqrani, D. (2020). *Latihan Pliometrik Terhadap Kemampuan dan Keterampilan Menembak Lemparan Bebas Dalam Bola Basket*. *Jurnal Tinjauan Kritis*, 7 (14) 808-814
- Khoeron, N. (2017). *Buku Pintar Basket*. Jakarta: Anugrah.
- Lukyani, L., & Agustina, R. S. (2020). *Buku Jago Bola Basket Untuk Pemula Nasional & Internasional*. Tangerang: Cemerlang.

- Meica Br Ginting, dkk., (2024) : ***Penelitian Eksperimental Tentang Efek Latihan “Chair Shoot” dan “OnYour Back Shooting”***. Jurnal STOK Bina Guna Medan.
- Priyanto. (2012). ***Pengaruh Metode Latihan Wall Shooting dan Mata Tertutup terhadap Hasil Shooting Free Throw***. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, 2(2), 102-106.
- Rusdi, al Sunarso, A., & Valianto, B. (2019). ***Perbedaan Pengaruh Latihan Imajiner dan Latihan nyata terhadap Peningkatan Hasil Free***
- Simangunsong, (2020). ***Analisis Free Throw Tim Bola Basket Putra dalam Kompetisi Liga Mahasiswa Jawa Barat 2019***.
- Siregar, S. (2017). ***Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif***. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sitepu, Indra Darma.”***Dampak Kecemasan pada Atlet Bola Basket Sebelum Memulai Pertandingan***”. Psikologi Konseling 8.1.
- Sitepu, Indra Darma.”***Manfaat Permainan Bola Basket Untuk Anak Usia Dini***”.JURNAL PRESTASI 2, no. 3 (2018): 27-33.
- Sitepu. (2025). ***THE EFFECT OF DRIBBLE RACE TRAINING WITH THE TUNNEL DRILL DRIBBLING ON IMPROVING BASKETBALL DRIBBLE RESULT***.
<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JSBG>
- Wiguna, I. B. (2017). ***Teori dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik***. Depok: Raja Grafindo.
- Wikipedia,. (2025). ***Tembakan Lompat Bola Basket***.
- Wissel, H. (2021). ***Bola Basket : Dilengkapi dengan Program Pemahiran Teknik dan Taktik***. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Wissel, H. (2024). ***Bola Basket : Langkah Menuju Sukses (Edisi ke-2nd)***. Champaign
- Yulianto, P. F. (2018). ***Biomekanika Gerakan Lemparan Bebas (Free Throw) dalam Permainan Bola Basket***. Proceeding Seminar Nasional Biomekanika Olahraga, 38(1), 1-12