
Pengaruh Metode Pembelajaran Tutor Sebaya Terhadap Hasil Belajar Guling Depan

Irma Febriyanti *¹

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

Abstrak

Pendidik adalah elemen terpenting dalam kehidupan manusia. Kualitas pendidikan dapat menentukan kualitas suatu negara. Pendidik memainkan peran penting dalam proses pembelajaran. Seiring dengan perkembangan zaman, dunia pendidikan telah mengalami banyak perubahan, termasuk penggunaan metode pembelajaran. Metode pembelajaran dianggap memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap keberhasilan proses pembelajaran. Salah satu metode pembelajaran yang dapat meningkatkan keterampilan berpikir kritis adalah dengan menggunakan tutor sebaya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan pengaruh metode pembelajaran tutor sebaya terhadap hasil belajar guling depan. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimental dengan desain *one group pretest-posttest*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah SMA Negeri 1 Manyar kelas X dengan sampel 38 siswa. Penelitian ini akan dilakukan 4 kali. Teknik pengumpulan data menggunakan uji kemampuan guling depan. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, pengujian normalitas, dan pengujian hipotesis untuk membuktikan pengaruh variabel besar pada variabel dependen. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil uji hipotesis 0,00 yang berarti $<0,05$. Jadi, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan dari metode pembelajaran tutor sebaya terhadap hasil belajar guling depan.

Kata Kunci: tutor sebaya, guling depan, Metode Pembelajaran

Abstract

Educators are the most important element in human life. The quality of education can determine the quality of a country. Educators play an important role in the learning process. Along with the times, the world of education has experienced many changes, including the use of learning methods. Learning methods are considered to have a very big influence on the success of the learning process. One learning method that can improve critical thinking skills is by using peer tutors. The aim of this research is to determine the effect of the peer tutoring learning method on forward roll learning outcomes. This research uses experimental research with a one group pretest-posttest design. The population used in this research was SMA Negeri 1 Manyar class X with a sample of 38 students. This research will be carried out 4 times. The data collection technique uses a front roll ability test. The data analysis techniques used are descriptive analysis, normality testing, and hypothesis testing to prove the influence of large variables on the dependent variable. Based on the results of data analysis, the hypothesis test result was 0.00, which means <0.05 . So, it can be concluded that there is a significant influence of the peer tutoring learning method on the learning outcomes of forward roll.

Keywords: *peer tutor, forward roll, learning method*

PENDAHULUAN

Pendidikan menjadi unsur paling penting dalam kehidupan manusia, dengan pendidikan setiap individu dapat meningkatkan pengetahuan maupun keterampilan guna menyiapkan tantangan zaman. Pendidikan memberikan pengalaman belajar bagi peserta didik untuk berperan secara langsung. Adanya pendidikan membawa perubahan bagi setiap individu menjadi pribadi yang berkualitas. Kualitas suatu negara dapat dilihat dari kualitas pendidikan. Pendidikan tidak lepas dari kegiatan pembelajaran. Pembelajaran merupakan suatu kegiatan dua arah yang melibatkan pendidik dan peserta didik untuk memperoleh pengetahuan. Keberhasilan tujuan pembelajaran bergantung pada bagaimana proses pembelajaran dapat berlangsung secara efektif. Metode pembelajaran merupakan salah satu upaya untuk memperoleh keberhasilan dalam proses pembelajaran secara maksimal (Nurkhin, 2013). Pembelajaran saat ini tidak hanya

berpusat pada guru, melainkan berpusat pada peserta didik. Hal tersebut bertujuan dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis. Metode pembelajaran penting untuk disiapkan sebelum melakukan proses belajar mengajar. Metode pembelajaran merupakan cara yang digunakan untuk mengimplementasikan rencana yang telah disiapkan untuk mencapai tujuan pembelajaran (Juliantine, 2019). Metode pembelajaran dianggap memiliki pengaruh yang sangat besar dalam keberhasilan proses pembelajaran. Hal tersebut sejalan dengan (Luh & Ekayani, 2021) menyatakan bahwa metode pembelajaran akan sangat berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Salah satu metode yang dapat digunakan yaitu tutor sebaya. Pembelajaran dengan metode tutor sebaya merupakan salah satu metode yang memberikan kebebasan kepada peserta didik untuk mengembangkan metode dalam menyampaikan materi kepada teman-temannya (Rosanti, 2018).

Mengingat pendidikan sebagai suatu bentuk proses perubahan yang dapat berlangsung seumur hidup, begitupun dengan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang pada hakikatnya memiliki peran penting dalam meningkatkan kebugaran peserta didik. Pernyataan tersebut sejalan dengan (Hakim et al., 2018) yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam keterlibatan proses pembelajaran yang mengarah pada pertumbuhan fisik, perkembangan psikis serta membentuk pola hidup sehat dan bugar. Adapun pendapat lain yang disampaikan oleh (Jatmika et al., 2017) yang menyatakan bahwa pada dasarnya tujuan pendidikan jasmani diklasifikasikan dalam empat kategori yaitu perkembangan fisik, perkembangan gerak, perkembangan mental dan perkembangan sosial. Mata pelajaran pendidikan jasmani telah diajarkan mulai dari Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas. Dalam materi pendidikan jasmani terdapat enam pokok bahasan, salah satunya yaitu bahasan mengenai senam lantai (Lekarskie et al., 2020). Melalui observasi dan wawancara terhadap seberapa peserta didik dan pendidik di Sekolah Menengah Atas, mengaku selama ini materi senam lantai terutama pada sub materi guling depan menggunakan metode yang selalu berpusat pada guru,

sehingga peserta didik tidak memiliki kesempatan untuk memecahkan permasalahan pada proses pembelajaran secara mandiri, selain itu, pendidik juga mengaku belum pernah menggunakan metode pembelajaran menggunakan tutor sebaya pada mata pelajaran PJOK. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Metode Pembelajaran Tutor Sebaya Terhadap Hasil Belajar Guling Depan”.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Desain penelitian ini tidak memiliki kelompok kontrol serta dilakukan dengan data *pretest-posttest*, sehingga dapat diketahui secara pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu metode pembelajaran tutor sebaya, sedangkan variabel terikatnya yaitu hasil belajar guling depan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kelas X SMA Negeri 1 Manyar dengan sampel yang digunakan sebanyak 38 peserta didik. penelitian akan dilakukan sebanyak 4 kali. Teknik pengumpulan data menggunakan tes kemampuan guling depan. Penilaian tes guling depan peserta didik diberi kesempatan sebanyak 3 kali. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif, pengujian normalitas, dan pengujian hipotesis untuk membuktikan adanya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Untuk mengetahui hasil akan dibuktikan dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 25.

HASIL

Berdasarkan hasil analisis data melalui aplikasi SPSS, maka hasil akan disajikan berupa deskripsi data mengenai pengaruh metode pembelajaran tutor sebaya terhadap hasil belajar guling depan. Berikut merupakan uraian data yang disajikan dalam bentuk tabel:

Tabel 1. Hasil perhitungan data

	Min	Max	Mean	Std. dev	Varian
Pretest	30	82	68,21	8,35	69,84
Posttest	70	94	81,50	4,79	23,01
Difference	40	12	13,29	-3,56	-46,83

Berdasarkan uraian tabel di atas, dapat diketahui hasil data pretest dan posttest yang diperoleh dari tes kemampuan guling depan menunjukkan hasil yang cukup meningkat. Hal tersebut dapat dilihat melalui nilai mean dari data pretest dan posttest memiliki selisih sebesar 13,29. Untuk selanjutnya akan dilakukan uji normalitas untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

	Stat.	Sig
Pretest	0,967	0,32
Posttest	0,972	0,45

Uraian tabel di atas merupakan hasil pengujian data normalitas menggunakan Shapiro-Wilk. Menggunakan pengujian tersebut karena data yang diperoleh < 100. Berdasarkan hasil pengujian, maka memperoleh hasil bahwa data pretest dan posttest berdistribusi normal, pernyataan tersebut didapat melalui hasil perolehan yang menunjukkan nilai > 0,05. Syarat data berdistribusi normal yaitu apabila nilai signifikan yang dihasilkan > 0,05. Oleh karena itu, hasil pengumpulan data pada penelitian ini berdistribusi normal. Kemudian untuk selanjutnya akan dilakukan uji beda atau uji hipotesis yang bertujuan untuk membuktikan adanya pengaruh variabel bebas pada variabel terikat atau tidak.

Tabel 3. Hasil Uji t

	N	Sd	T Stat	Sig.
Pretest	38	1,114	-11,92	0,00
Posttest				

Dari uraian tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan metode pembelajaran tutor sebaya terhadap hasil

belajar gulung depan. Hal tersebut dibuktikan melalui hasil data yang memperoleh nilai sig sebesar 0,00. Karena salah satu syarat data dinyatakan terdapat adanya pengaruh yaitu perolehan nilai signifikan $< 0,05$.

Pembahasan

Berdasarkan latar belakang dan uraian hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa penerapan metode pembelajaran sangat penting dalam proses belajar mengajar. Mengingat pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang tidak dapat dipisahkan dalam dunia pendidikan, karena pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam membina fisik, keterampilan serta kepribadian peserta didik (Murtiyono, E. Raharjo, 2015). Pendidikan jasmani juga dianggap sebagai salah satu mata pelajaran yang bertanggungjawab dalam peningkatan kesehatan peserta didik dengan berbagai materi yang diberikan. Untuk mencapai tujuan pembelajaran yang optimal perlu adanya kolaborasi antara pendidik dan peserta didik, karena keberhasilan proses pembelajaran bergantung pada bagaimana proses belajar mengajar berjalan secara efektif. Dalam hal ini pendidik memiliki peran penting dalam keberhasilan proses pembelajaran, selain memiliki pengetahuan dan penguasaan materi yang baik, penentuan metode pembelajaran juga dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Sejalan dengan pendapat (Abidin, 2021) seorang guru penjas dituntut untuk dapat memberikan proses pembelajaran dengan baik, sehingga dapat mewujudkan tujuan pembelajaran serta mewujudkan tujuan pendidikan nasional. Pendapat serupa juga disampaikan oleh (Widodo et al., 2021) menyatakan bahwa keberhasilan proses pembelajaran dipengaruhi oleh proses yang menekankan pengajaran dengan bentuk interaksi, dimana peserta didik mampu mengembangkan potensinya. Dengan demikian, untuk memperlancar proses pembelajaran mencapai tujuan secara optimal, maka perlu adanya metode pembelajaran yang sesuai dengan tujuan pembelajaran serta dapat mencerminkan mutu dalam proses belajar mengajar tersebut (Wilke et al., 2016).

Pemilihan metode pembelajaran yang sesuai dapat membantu pendidik dan peserta didik dalam mencapai tujuan sehingga akan memperoleh hasil belajar yang baik (Setiawan et al., 2020). Pendidik diharapkan dapat melakukan komunikasi dari berbagai arah sehingga hasil belajar yang diperoleh dapat tercapai dengan optimal (Suhartanti & Arianto, 2022). Komunikasi banyak arah yang dimaksudkan yaitu proses transfer materi tidak hanya bersumber dari pendidik, melainkan dapat diperoleh melalui komunikasi atau diskusi antar peserta didik (Astuti, 2014). Kualitas pendidikan dapat dilihat melalui keberhasilan proses pembelajaran yang dilakukan, dibutuhkan usaha yang maksimal bagi pendidik untuk menciptakan pembelajaran yang menarik agar dapat terlaksana secara efektif dan efisien (Prayitno, 2020). Selain itu, pendidik juga harus mengikuti perkembangan zaman untuk menyesuaikan metode yang digunakan dalam proses pembelajaran agar peserta didik dapat dengan mudah mengikuti materi yang diberikan oleh pendidik. Karena pada hakikatnya pendidikan selalu beriringan dengan perkembangan zaman, oleh karena itu penting bagi pendidik untuk terus melakukan perbaikan dalam proses pembelajaran. Adanya perkembangan zaman maka berkembang pula dunia pendidikan, yang awalnya proses pembelajaran berpusat pada guru menjadi berpusat pada peserta didik. Tidak selamanya sumber informasi hanya diperoleh dari pendidik. Salah satu upaya untuk memecahkan permasalahan proses pembelajaran tersebut yaitu dengan menerapkan metode pembelajaran tutor sebaya. Dalam pemilihan metode harus sesuai dengan karakteristik peserta didik, menyenangkan, menarik dan tidak membuat suasana belajar yang membosankan sehingga dapat meningkatkan pemahaman peserta didik (Lukman, 2021).

Penggunaan metode tutor sebaya dianggap paling tepat untuk meningkatkan kualitas pendidikan, karena pada penerapan metode tersebut dipercaya dapat menciptakan proses pembelajaran berjalan secara efektif dan efisien (Abineno et al., 2019). Penyampaian materi dengan metode pembelajaran yang sesuai akan berpengaruh pada hasil belajar peserta didik. metode pembelajaran tutor sebaya merupakan

metode pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, pada metode pembelajaran tersebut peserta didik saling memberikan pengetahuan kepada temannya. Seperti yang kita ketahui, tingkat pemahaman peserta didik berbeda-beda. Ada peserta didik yang dapat memahami materi dengan cepat, ada juga peserta didik lambat dalam memahami materi.

Metode tutor sebaya menjadi solusi untuk memecahkan permasalahan tersebut. Dengan menerapkan metode tutor sebaya peserta didik akan dibentuk kelompok kecil yang kemudian pada setiap kelompoknya akan ada 1-2 peserta didik yang akan menjadi tutor dalam menyampaikan materi (Nurdiyan, 2018). Adanya metode tutor sebaya dapat mendorong peserta didik untuk lebih aktif terlibat dalam proses pembelajaran sehingga akan memperoleh hasil belajar yang lebih baik. penerapan metode tutor sebaya dapat menciptakan suasana belajar yang baru agar peserta didik tidak merasa bosan karena terpacu pada intruksi guru. Selain itu, peserta didik akan merasa lebih santai karena dengan sesama teman sendiri dan tidak malu untuk bertanya apabila dinilai masih belum paham dengan materi yang disampaikan, hal tersebut disebabkan karena hubungan teman sebaya lebih dekat dibandingkan dengan hubungan antara pendidik dan peserta didik. metode tutor sebaya mulai diterapkan di beberapa sekolah dengan tujuan untuk menarik perhatian peserta didik untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis. Seorang tutor belum tentu dari peserta didik yang paling pandai, yang perlu diperhatikan dalam menentukan tutor yaitu dapat diterima oleh peserta didik yang lain dalam kelompoknya, dapat menyampaikan materi kepada teman kelompoknya, mempunyai kreatifitas untuk menyampaikan materi, tidak tinggi hati, emosional, dan keras kepada temannya (Santoso et al., 2018). Setiap metode pembelajaran memiliki kelebihan dan kekurangan di dalamnya. Adapun kelebihan menggunakan metode tutor sebaya yaitu mempererat hubungan yang lebih dekat dan akrab antar peserta didik, dapat meningkatkan sosial, rasa tanggungjawab, membantu lebih aktif dalam pembelajaran, percaya diri dan mandiri (Mukhlis, 2016). Sedangkan kelemahan kurang serius karena berhadapan dengan teman sendiri dan

kemampuan dalam menguasai materi (Ulfawati et al., 2017). Adapun penelitian serupa yang mengatakan bahwa penerapan tutor sebaya dapat memberikan pengaruh yang positif, dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik serta memudahkan dalam memahami dan melakukan gerakan dengan benar (Murtiyono, E. Raharjo, 2015). Penelitian lain yang dilakukan oleh (Alawiyah, 2017) mengatakan bahwa terdapat pengaruh penerapan metode tutor sebaya terhadap hasil kemampuan guling depan, dapat dibuktikan melalui hasil analisis yang memperoleh hasil nilai sig sebesar $0,00 > 0,05$. Tidak hanya itu, penelitian yang dilakukan oleh (Yuliono, 2021) juga mengatakan bahwa pembelajaran dengan tutor sebaya mampu memperbaiki proses pembelajaran yang berdampak pada peningkatan hasil belajar peserta didik, dibuktikan dengan hasil ketuntasan nilai rata-rata peserta didik pada siklus I dan siklus II yang semula 71% meningkat menjadi 88%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh signifikan dari metode pembelajaran tutor sebaya terhadap hasil belajar guling depan. Diharapkan dengan penggunaan metode ini menjadi salah satu alternatif dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar.

REFERENSI

- Abidin, Z. (2021). Pembelajaran tutor sebaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran renang gaya dada. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 1(1), 124–138.
- Abineno, P., Rowa, Y. R., & Jagom, Y. O. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Tutor Sebaya terhadap prestasi belajar matematika siswa. *Asimtot: Jurnal Kependidikan Matematika*, 1(1), 61–67. <https://doi.org/10.30822/asimtot.v1i1.99>
- Alawiyah, T. (2017). Pengaruh Metode pembelajaran tutor sebaya terhadap. *In Prosiding Conference on Research and Community Services*, 3(1), 414–419.
- Astuti, Y. T. (2014). Upaya Meningkatkan Kreativitas... *Jurnal Pena Edukasi*, 5(1), 17–23.

- Hakim, L., Amiq, F., & Yudasmara, D. S. (2018). Journal of Teaching Physical Education in Elementary School Upaya Meningkatkan Keaktifan Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Menggunakan Metode Bermain Untuk Siswa Kelas V Sdn 2 Pagelaran Kabupaten Malang Berdasarkan hasil yang diperoleh dari obse. *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 1(5), 65–77.
- Jatmika, H. M., Hariono, A., Purwanto, J., & Setiawan, C. (2017). Analisis kebutuhan guru pendidikan jasmani , olahraga dan kesehatan pasca program guru pembelajar Needs analysis for the sport and health education teachers after the implementation of learning-teacher program. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 1–11.
- Juliantine, T. (2019). The Effect of Learning Model and Intelligence Quotient on Critical Thinking and Handball Games Performance. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 37–42. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v4i1.16100>
- Lekarskie, W., Oryginalna, P., Opanasiuk, F. H., Griban, G. P., Yahodzinskyi, V. P., Mozolev, O. M., & Prontenko, K. V. (2020). Checking Of The Methodical System Efficiency Of Fitness Technologies Application In Students ' Physical Education. *Wiadomości Lekarskie*, 73(2), 332–341. <https://doi.org/10.36740/WLek202002125>
- Luh, N., & Ekayani, P. (2021). Pentingnya Penggunaan Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja*, 2(1), 1–17.
- Lukman, K. (2021). Pengaruh Metode Latihan Tutorial Teman Sebaya Dan Video Tutorial Terhadap Hasil Belajar Lay Up Shoot. *Jurnal Porkes*, 4(2), 149–157. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4899>
- Mukhlis, A. (2016). Pembelajaran Tutor Sebaya: Solusi Praktis Dalam Rangka Menyongsong Pembelajaran Sastra Yang Menyenangkan Bagi Siswa SMP. *JP-BSI (Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia)*, 1(2), 68. <https://doi.org/10.26737/jp-bsi.v1i2.93>
- Murtiyono, E. Raharjo, H. (2015). Meningkatkan Hasil Belajar Bola Voli Mini Melalui Tutor Sebaya Siswa Sekolah Dasar. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(2), 1613–1620. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Nurdiyan, I. (2018). Model pembelajaran peer teaching dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Biomatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 1–8. www.ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/article/download/191/170
- Nurkhin, A. (2013). Efektivitas pembelajaran tutor sebaya dalam pembelajaran Akuntansi Biaya I [The effectiveness of peer tutor

learning in Cost Accounting I course]. *Dinamika Pendidikan*, VIII(1), 26–37. <https://doi.org/10.15294/dp.v8i1.4896>

Prayitno, A. (2020). Jurnal Kompetensi Profesional Guru MA An-Nur Setupatok Kabupaten Cirebon. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(1), 19–25.

Rosanti, D. (2018). Penerapan Metode Pembelajaran Tutor Sebaya Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Siswa Di Sma Negeri 9 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Matematika Dan IPA*, 9(2), 1. <https://doi.org/10.26418/jpmipa.v9i2.26773>

Santoso, H., Riyanto, P., & Haris, I. N. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Tutor Sebaya (Peer Teaching) Terhadap Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa. *Biomatika*, 4(02), 68–80.

Setiawan, A., Yudiana, Y., Ugelta, S., Oktriani, S., Budi, D. R., & Listiandi, A. D. (2020). Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga Siswa Sekolah Dasar: Pengaruh Keterampilan Motorik (Tinggi) dan Model Pembelajaran (Kooperatif). *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 3(2), 59–65. <https://doi.org/10.17509/tegar.v3i2.24513>

Suhartanti, T., & Arianto, T. (2022). Peningkatan Hasil Belajar dan Aktivitas Belajar Siswa Melalui Pembelajaran Tutor Sebaya. *Jurnal Pena Edukasi*, 9(1), 1–6.

Ulfawati, D. P., Ardianik, A., & Legowati, E. (2017). Peningkatan Hasil Belajar Matematika Menggunakan Metode Tutor Sebaya Siswa Kelas VII Pada Materi Bentuk Aljabar. *Jurnal Ilmiah Soulmath : Jurnal Edukasi Pendidikan Matematika*, 5(2), 51–62. <https://doi.org/10.25139/sm.v5i2.749>

Widodo, H., Sari, D. P., Wanhar, F. A., & Julianto, J. (2021). Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan dan Konseling Terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa SMK. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2168–2175. <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1028>

Wilke, J., Fleckenstein, J., Krause, F., Vogt, L., & Banzer, W. (2016). Sport-specific functional movement can simulate aspects of neuromuscular fatigue occurring in team sports. *Sports Biomechanics*, 15(2), 151–161. <https://doi.org/10.1080/14763141.2016.1159322>

Yuliono, S. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Permainan Bola Basket di Kelas VII A dengan Metode Tutor Sebaya. *Jurnal EKSIS Stie Indocakti Malang*, 14(1), 13–27.