

**PENGARUH INTEGRASI *IMAGERY MENTAL* DAN FUNGSI KOGNISI
TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN DASAR BERMAIN
DALAM PERMAINAN BOLA BASKET**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Disusun Oleh:
Raden Rafi Putra Addin
1909898

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

iii

LEMBAR HAK CIPTA

**PENGARUH INTEGRASI *IMAGERY MENTAL* DAN FUNGSI KOGNISI
TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN DASAR BERMAIN
DALAM PERMAINAN BOLA BASKET**

Oleh

Raden Rafi Putra Addin

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Raden Rafi Putra Addin 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan cetak ulang, di fotokopi atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN
RADEN RAFI PUTRA ADDIN

1909898

**PENGARUH INTEGRASI *IMAGERY MENTAL* DAN FUNGSI KOGNISI
TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN DASAR BERMAIN DALAM
PERMAINAN BOLA BASKET**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing 1



Dr. H. Sucipto, M.Kes.AIFO
NIP. 196106121987031002

Pembimbing 2



Dr. Jajat Darajat Kusumah Negara, M.Kes., AIFO
NIP. 197608022005011002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

FPOK UPI



Dr. H. Carsiwan, M.Pd.
NIP. 197101052002121001

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan Judul “Pengaruh Integrasi *Imagery Mental* Dan Fungsi Kognisi Terhadap Peningkatan Keterampilan Dasar Bermain Dalam Permainan Bola Basket” ini beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan plagiat, penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika serta ilmu yang berlaku dalam kalangan keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko ataupun sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keabsahan serta keaslian karya yang saya buat ini.

Bandung, Mei 2024

Raden Rafi Putra Addin
NIM. 1909898

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Alhamdulillah, puji serta syukur saya panjatkan kehadirat ALLAH SWT yang karena Rahmat dan karunia-nya saya diberikan Kesehatan jasmani dan Rohani. Atas seizinnya pun saya dapat melakukan penelitian ini serta dapat menyelesaikan laporan karya tulis ilmiah dalam bentuk proposak skripsi, dengan judul “Pengaruh Integrasi *Imagery Mental* Dan Fungsi Kognisi Terhadap Peningkatan Keterampilan Dasar Bermain Dalam Permainan Bola Basket” dapat saya kerjakan dengan lancar.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan karya tulis ini masih banyak kekurangan, sehingga membutuhkan perbaikan serta koreksi dari pembaca. Oleh karena itu saran dan gagasan masihlah sangat dibutuhkan oleh penulis sebagai salah satu bentuk bantuan yang dapat membangun serta menyempurnakan karya tulis ini. Penulis amat-sangat berterima kasih kepada setiap pihak yang ikut membantu serta berkontribusi besar dalam penelitian yang penulis lakukan, semoga karya tulis ini dapat menjadi salah satu ilmu yang bermanfaat bagi pembaca.

Bandung, Mei 2024

Raden Rafi Putra Addin
NIM. 1909898

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur penulis panjatkan kepada kehadirat Allah SWT, karena atas kehendak-Nya, berkah-Nya, dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Integrasi Imagery Mental Dan Fungsi Kognisi Terhadap Peningkatan Keterampilan Dasar Bermain Dalam Permainan Bola Basket”. Tidak lupa penulis ucapan terima kasih kepada pihak yang telah membantu, membimbing, memberikan dukungan dalam pembuatan skripsi ini, khususnya kepada:

1. Dr. H. Sucipto, M.Kes.AIFO selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan, motivasi, dan kemudahan dari awal masa bimbingan hingga terselesaikannya proses pengerjaan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Dr. Jajat Darajat Kusumah Negara, M.Kes.,AIFO selaku Dosen Pembimbing II dan selaku Dosen Panutan yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan, motivasi, dan kemudahan ketika bimbingan hingga terselesaikannya proses pengerjaan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
3. Dr. H. Carsiwan, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memfasilitasi dan mendukung proses menyelesaikan skripsi.
4. Seluruh Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi atas ilmu dan didikan yang telah diberikan selama penulis menyelesaikan masa studi di Universitas Pendidikan Indonesia.
5. Agus Deni Syaeful, M.M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMPN 12 Bandung yang telah memberi izin penelitian, serta memberikan kelancaran kepada penulis selama penelitian.
6. Aditya AlAsyari S.Pd., selaku kakak dan guru SMPN 12 Bandung yang selalu membantu saya dalam segala urusan mengenai pelaksanaan penelitian.
7. Bapak, Ibu guru beserta staf SMPN 12 Bandung yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian
8. Keluarga besar ekstrakurikuler Basket SMPN 12 Bandung yang telah terlibat dalam penelitian, terutama partisipan pada kelompok eksperimen dan

kelompok kontrol, sehingga penulis dapat mengumpulkan data yang dibutuhkan untuk mendukung penelitian ini dengan lancar.

9. Ketiga orang tua saya yang sangat saya cintai dan saya banggakan, Ayah Alm. Deni Irman Triatman, Bunda Nani Murniati dan Abi Fauzi Miharja selaku orang tua yang selama ini telah memberikan perhatian, kasih sayang, semangat, serta do'a yang tidak henti-hentinya mengalir demi kelancaran dan kesuksesan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Kemudian terima kasih banyak untuk kakak saya, Danang Putra Ramadhan, dan Raditia Putra Satya, serta adik saya, Raden Nurul Mufid Putra Priansyah yang telah memberikan dukungan serta perhatian kepada penulis.
10. Sahabat-sahabat perkuliahan; Nevy Sasqia, S.Pd., Raihan Ramadhan, S.Pd., Woro Akprilianingsih, S.Pd., Erin Septiani, S.Pd., Dimas Maulana, Isma Amalia, S.Pd., Annisa Febrianti, S.Pd., Senjagita Eka P, M. Algi Farras Fauzi, S.Pd., dan teman-teman lainnya yang penulis tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan, membantu penulis, dan memberi semangat dari awal perkuliahan hingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Bantuan, kebaikan dan dukungan yang telah diberikan sangat berarti bagi penulis. Penulis berharap semua jasa baik tersebut mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT. Semoga penulisan skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pada bidang pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi

Pengaruh Integrasi *Imagery Mental* Dan Fungsi Kognisi Terhadap Peningkatan Keterampilan Dasar Bermain Dalam Permainan Bola Basket

Raden Rafi Putra Addin, Sucipto & Jajat Darajat Kusmah Negara
Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Jawa Barat, Indonesia
rafiputra2902@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengoptimalkan pembelajaran bola basket melalui pemanfaatan teknik *Imagery mental* dan hubungannya dengan tingkat fungsi kognisi individu. Sampel terdiri dari dua kelompok: kelompok eksperimen yang menerima program mental *Imagery* terintegrasi dan kelompok kontrol yang mengikuti program konvensional, dengan pembagian lebih lanjut berdasarkan tingkat fungsi kognitif tinggi dan rendah di antara siswa. Penelitian ini dilakukan pada 32 siswa ekstrakurikuler bola basket di SMPN 12 Bandung. Data yang digunakan meliputi pretest dan posttest untuk mengukur kemampuan awal dan akhir dari kedua kelompok, sementara skor selisih dihitung untuk menilai peningkatan. Hasil menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan signifikan sebesar 4,69 dalam keterampilan dasar dan 13,44 dalam keterampilan bermain. Sebaliknya, kelompok kontrol menunjukkan perbedaan sebesar 3,31 dalam keterampilan dasar dan 8,38 dalam keterampilan bermain. Kelompok dengan fungsi kognitif tinggi memiliki skor yang secara signifikan lebih tinggi daripada kelompok kontrol dalam peningkatan keterampilan dasar, sementara peningkatan keterampilan bermain yang signifikan ditemukan dalam kelompok kontrol. Demikian pula, kelompok dengan fungsi kognitif rendah menunjukkan hasil yang sebanding. Oleh karena itu, disimpulkan bahwa temuan ini menunjukkan bahwa integrasi *Imagery mental* dalam program pembelajaran bola basket dan fungsi kognitif siswa dapat secara efektif mempengaruhi hasil dan meningkatkan keterampilan teknis siswa. Implikasi dari penelitian ini menyarankan penggunaan teknik mental *Imagery* sebagai strategi pengajaran yang bermanfaat dalam pendidikan olahraga.

Kata Kunci: *Imagery mental*, Fungsi Kognisi, Keterampilan Dasar, Keterampilan Bermain, Permainan Bola Basket

The Effect of Mental Imagery Integration and Cognitive Function on Improving Basic Basketball Skills

Raden Rafi Putra Addin, Sucipto & Jajat Darajat Kusmah Negara
Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Jawa Barat, Indonesia
rafiputra2902@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to optimize basketball learning through the utilization of mental Imagery techniques and their relation to the cognitive function levels of individuals. The sample consists of two groups: the experimental group, which received an integrated mental Imagery program, and the control group, which followed a conventional program, with further division based on high and low cognitive function levels among students. The research was conducted on 32 extracurricular basketball students at SMPN 12 Bandung. Data used included pretests and posttest to measure the initial and final abilities of both groups, while the difference scores were calculated to assess improvement. The results showed that the experimental group experienced a significant increase of 4.69 in basic skills and 13.44 in playing skills. In contrast, the control group showed a difference of 3.31 in basic skills and 8.38 in playing skills. The group with high cognitive function had significantly higher scores than the control group in improving basic skills, while significant playing skills improvement was found in the control group. Similarly, the low cognitive function group showed comparable results. Therefore, it is concluded that these findings indicate that the integration of mental Imagery in basketball learning programs and the cognitive function of students can effectively influence outcomes and improve students' technical skills. The implications of this study suggest the use of mental Imagery techniques as a beneficial teaching strategy in sports education.

Keywords: Mental Imagery, Cognitive Function, Basketball Game, Basic Skills, Playing Skills

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Struktur Organisasi	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 <i>Imagery mental</i>	8
2.1.1 Hakikat <i>Imagery</i>	8
2.1.2 <i>Imagery mental</i>	10
2.1.3 Komponen <i>Imagery mental</i>	10
2.1.4 <i>Imagery mental</i> dalam Olahraga.....	11
2.2 Kognisi.....	13
2.2.1 Hakikat Kognisi	13
2.2.2 Fungsi Kognisi	14
2.2.3 Komponen Fungsi Kognisi	14
2.2.4 Fungsi Kognisi dalam olahraga	17
2.3 Permainan Bola Basket	17
2.3.1 Hakikat Permainan Bola Basket	17
2.3.2 Peraturan Bola Basket.....	19
2.3.3 Keterampilan Bermain Bola Basket	21
2.3.4 Manfaat Permainan Basket	29
2.4 Penelitian Yang Relevan	30
2.5 Kerangka Berpikir	32
2.6 Hipotesis	35

BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	37
3.1 Desain Penelitian	37
3.2 Populasi dan Sampel.....	38
3.2.1 Populasi.....	38
3.2.2 Sampel	38
3.1 Definisi Operasional Variabel	39
3.3.1 <i>Imagery Mental</i>	39
3.3.2 Fungsi Kognisi	40
3.3.3 Keterampilan Bermain Basket.....	40
3.4 Instrumen Penelitian	40
3.4.1 Instrumen Pengukuran Fungsi Kognisi	41
3.4.2 Instrumen Penelitian GPAI	46
3.4.3 Instrumen Penelitian Keterampilan Dasar	52
3.5 Prosedur Penelitian	54
3.6 Analisis Data	55
3.6.1 Uji Normalitas	55
3.6.2 Uji Homogenitas	56
3.6.3 Uji Hipotesis	56
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	58
4.1 Hasil Penelitian	58
4.1.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian	59
4.1.2 Uji Prasyarat Analisis	60
4.1.3 Uji Hipotesis	63
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	68
4.3 Keunggulan Penelitian	70
4.4 Kelemahan Penelitian	70
BAB V KESIMPULAN	72
5.1 Kesimpulan	72
5.2 Implikasi dan Rekomendasi.....	72
DAFTAR PUSTAKA	xv
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

<i>Tabel 3.1 Pretest-Posttest Control Group Design</i>	34
Tabel 3.2 Kriteria Penilaian Dari Cgt	39
Tabel 3.6 Passing Grade TPA	42
Tabel 3.7 Komponen Gpai Olahraga Futsal	43
Tabel 3.8 Komponen Dan Kriteria Gpai Permainan Bola Basket	44
Tabel 3.9 Aspek Penilaian Permainan Bola Basket.....	44
Tabel 3.10 Penilaian Gpai	45
Tabel 3.11 Uji Validitas Keterampilan Dasar	48
Tabel 3.12 Tabel Uji Reliabilitas	49
Tabel 3.13 Kriteria Uji Homogenitas	51
Tabel 4.1 Demografi Sampel.....	53
Tabel 4.2 Deskripsi Hasil Penelitian	54
Tabel 4.3 Uji Normalitas	55
Tabel 4.4 Uji Homogenitas.....	57
Tabel 4.5 Paired Sample T-Test.....	58
Tabel 4.6 Paired Sample T-Test.....	59
Tabel 4.7 <i>Independent Sample T-Test</i> Keterampilan Dasar	60
Tabel 4.8 <i>Independent Sample T-Test</i> Keterampilan Dasar	61
Tabel 4.9 <i>Two Way Annova Test</i> FK Tinggi Dan Rendah.....	62
Tabel 4.10 Hasil Uji Anova FK Dan IM Dalam Keterampilan Dasar.....	63
Tabel 4.11 <i>Two Way Annova Test</i> FK Tinggi Dan Rendah	63
Tabel 4.12 Hasil Uji Anova FK dan IM Dalam Keterampilan Bermain	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan Basket	20
Gambar 2.2 Dribble Bola Basket	22
Gambar 2.3 Pivot.....	23
Gambar 2.4 Shooting.....	25
Gambar 2.5 Langkah Teknik Lay Up Shoot.....	26
Gambar 2.6 Kerangka Berpikir	32
Gambar 3.1 Prosedur Peneliti.....	50
Gambar 4.1 Demografi Sampel.....	53
Gambar 4.2 Grafik Demografi Sampel.....	53
Gambar 4.3 Grafik Peningkatan.....	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Surat Penetapan Judul Skripsi Dan Dosen Pembimbing Skripsi....	76
Lampiran 1.2 Surat Permohonan Izin Penelitian	80
Lampiran 1.3 Surat Balasan Izin Penelitian	81
Lampiran 1.4 Lembar Informasi Dan Persetujuan Partisipan	82
Lampiran 1.5 Instrumen Fungsi Kognisi.....	86
Lampiran 1.6 Uji Reliabelitas Dan Validitas Keterampilan Dasar	104
Lampiran 1.7 Data Responden	105
Lampiran 1.8 Pretest-Posttest Keterampilan Dasar Dan Bermain	106
Lampiran 1.9 Hasil Olah Data.....	110
Lampiran 1.10 Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	127

DAFTAR PUSTAKA

- Ahcene, A., Mokrani, D., & Benzidane, H. (2019). A study of the cognitive level and some basic skills in basketball among secondary students according to gender and intelligence variables. *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine*, 27(3), 5–16. <https://doi.org/10.18276/cej.2019.3-01>
- Akbar, G. (2013). Mental Imagery Mengenai Lingkungan Sosial Baru Pada Korban Bullying. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 14–22. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i1.3274>
- Alam, I. G., Darajat, J., Negara, K., & Zelphira, F. (2020). *Effect of Obesity on Cognitive Function* : 21(Icsshpe 2019), 273–275.
- Anderson, R. (2014). *2015 KONTRIBUSI TES BOLA BASKET AAHPERD TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET SISWA DI SMA NEGERI 3 BANDUNG*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Anggoro, S., Wibowo, P., Rahayu, N. I., & Indonesia, U. P. (2016). *PENGARUH LATIHAN MENTAL IMAGERY TERHADAP HASIL TEMBAKAN ATLET MENEMBAK*. 01(02), 23–29.
- Antonis, T. (2023). The Basic Cognitive Functions. In *Annals of Clinical Reviews & Case Report* (Issue September). <https://doi.org/10.47991/ACRCR/2837-3642/100115>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian : suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Aryanto, B., Sukoco, P., & Lumintuarso, R. (2020). The validity of construct analysis on assessment instrument of basketball skill for senior high school in Yogyakarta City. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8(5), 193–198. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080506>
- Asmawi, M. (2006). Dimensi pembelajaran keterampilan gerak dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Edisi Agustus*, 133–146.
- Aulia, S., Supriyatna, & Sulistyorini. (2019). Pengaruh Kombinasi Metode Latihan Drill Dan Visual-Imagery Terhadap Keterampilan Shooting Bolabasket. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 4(2), 142–151. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jsce>
- BC, K., Kumar, A., & R Kar, B. (2023). Cognitive Mechanisms Underlying Sports Performance of Athletes Engaged in Strategic Team Sports. *Journal of Clinical Psychology and Neurology*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.61440/jcpn.2023.v1.03>
- Bostrom, N., & Sandberg, A. (2009). Cognitive Enhancement : Methods , Ethics , Regulatory Challenges. *Science and Engineering Ethics*, 15 (3)(May), 311–341. <https://doi.org/10.1007/s11948-009-9142-5>
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan* (S. Budiwanto (ed.); Vol. 1). Universitas Negeri Malang Press. <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf%0Ahttp://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006%0Ahttps://doi.org/10.1>
- Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J., & Clément-Guillotin, C. (2013). The influence of sex stereotypes and gender roles on participation

- and performance in sport and exercise: Review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(2), 136–144.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.10.005>
- Chen, K. (2022). Effects of Basketball on the Health of Chinese People. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 28(5), 405–408.
https://doi.org/10.1590/1517-8692202228052021_0526
- Correia, M., & Rosado, A. (2019). Anxiety in athletes: Gender and type of sport differences. *International Journal of Psychological Research*, 12(1), 9–17.
<https://doi.org/10.21500/20112084.3552>
- Dewi, S. A., Supriatna, & Sulistyorini. (2019). PENGARUH KOMBINASI METODE LATIHAN DRILL DAN VISUAL-IMAGERY TERHADAP KETERAMPILAN. 2(3).
- Dimitrov, D. M., & Rumrill, P. D. (2003). Pretest-posttest designs and measurement of change. *Work*, 20(2), 159–165.
- Dwi Hantoro, W., Thursina Srie, C. S., & Dahlan, P. (2019). Reliabilitas dan validitas backward digit span test dalam screening gangguan atensi anak sekolah dasar Reliability and validity of backward digit span for elementary school students attention deficit screening. *Berkala Neurosains*, 18(2), 0–3.
- Festiawan, R. (2020). Latihan Mental dalam Olahraga. *Repository.Unmul.Ac.Id*, December 2020, 5. <https://doi.org/10.31219/osf.io/wvtkg>
- Festiawan, R. (2021). The power of imagery: kajian tentang imagery dalam olahraga. *Sport Psychology*, January. <https://doi.org/10.31219/osf.io/38wsq>
- FIBA. (2020). 2020 OFFICIAL BASKETBALL RULES (BASKETBALL RULES & BASKETBALL EQUIPMENT) (Terjemahan PERBASI) (V1.1). FIBA Central Board. fiba.basketball
- Fitriani, D., & Ifdil. (2019). Article Peran Konselor Dalam Meningkatkan Daya Ingat Belajar Siswa. *Indonesian Journal of School Counseling*, 3, 24–28.
- Guillot, A., & Collet, C. (2008). Construction of the Motor Imagery Integrative Model in Sport: a review and theoretical investigation of motor imagery use. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 31–44.
<https://doi.org/10.1080/17509840701823139>
- Gunawan, Y. (2019). UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS TES GAME PERFORMANCE ASSESSMENT INSTRUMENT (GPAI) TERHADAP SISWA SMP DI KABUPATEN BANDUNG BARAT SKRIPSI. In *Universitas Pendidikan indonesia*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hernández-mendo, A., Reigal, R. E., López-walle, J. M., Serpa, S., Samdal, O., Morales-sánchez, V., & Hernández-mendo, A. (2019). *Physical Activity , Sports Practice , and Cognitive Functioning : The Current Research Status*. 10(December), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02658>
- Hidayat, Y. (2010). Imajeri mental dan keterampilan motorik. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 6(1), 1–9.
- Hidayat, Y., Yudiana, Y., Hambali, B., Sultoni, K., Ustun, U. D., & Singnoy, C. (2023). The effect of the combined self-talk and mental imagery program on the badminton motor skills and self-confidence of youth beginner student-athletes. *BMC Psychology*, 11(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01073-x>
- Hikmawati, F. (2017a). Metodologi Penelitian. In *Jurnal Sains dan Seni ITS* (Vol. 6, Issue 1). PT RajaGrafindo Persada.

- Hikmawati, F. (2017b). Metodologi Penelitian. In *Analytical Biochemistry* (Vol. 4). Raja Grafindo Persada.
- Hippel, W. Von. (2007). Aging , Executive Functioning , and Social Control. *Current Directions in Psychological Science*, May. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00512.x>
- Kalén, A., Bisagno, E., Musculus, L., Raab, M., & Pérez-ferreiro, A. (2021). *The Role of Domain-Specific and Domain-General Cognitive Functions and Skills in Sports Performance : A Meta-Analysis*. 147(12), 1290–1308.
- Kurniawan, F. F. (2020). Development Model Training Ball Handling for Basketball Athlete Senior High School (Ndonesia). *Jipes - Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 6(02), 01–10. <https://doi.org/10.21009/jipes.062.01>
- Lövdén, M., Fratiglioni, L., Glymour, M. M., Lindenberger, U., & Tucker-drob, E. M. (2020). Education and Cognitive Functioning Across the Life Span. *Sage Journal*, 21(1), 6–41. <https://doi.org/10.1177/1529100620920576>
- Lyvia Meilasari. (2024). TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 1 MUNTILAN MAGELANG [Universitas Pendidikan Yogyakarta]. In *Proposal*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://eprints.uny.ac.id/81581/1/fulltext_lyvia_meilasari_20601241010.pdf
- M. Williams, J., & Krane, V. (2021). *Applied sport Psychology (Personal Growth to Peak Performance)* (EIGHT EDIT, Issue september 2016). McGraw-Hill Education.
- Maksum, D. A. (2008). *Psikologi Olahraga* (D. A. Maksum (ed.); 21st ed.). UNESA University Press. <https://www.scribd.com/document/624026347/Psikologi-Olahraga-Dr-Ali-Maksum>
- Memmert, D., & Harvey, S. (2008). The Game Performance Assessment Instrument (GPAI): Some concerns and solutions for further development. *Journal of Teaching in Physical Education*, 27(2), 220–240. <https://doi.org/10.1123/jtpe.27.2.220>
- Miranti, A. (2018). *PENGARUH METODE LATIHAN IMAGERY DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP HASIL LATIHAN MEMUKUL BOLA SOFTBALL PADA ATLET UKM SOFTBALL-BASEBALL UNNES*. Universitas Negeri Semarang.
- Muhammad Faz'ul Akbar, Priambodo, A., & Jannah, M. (2019). *PENGARUH LATIHAN IMAGERY DAN TINGKAT KONSENTRASI TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN LAYUP SHOOT BOLA BASKET SMAN I. 2*, 1–13.
- Nagar, V., & Noohu, M. M. (2014). The effect of mental imagery on muscle strength and balance performance in recreational basketball players. *Medicina Sportiva*, 3(3), 2387–2393.
- Nindela, R., Yusril, Y., Marisdina, S., Junaidi, A., Okparasta, A., & Anggraeni, D. (2023). Skrining kognitif pada dewasa dan lansia di Kelurahan Gunung Ibul Kota Prabumulih. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 4(2), 90–105. <https://doi.org/10.32539/hummed.v4i2.126>
- Nurkadri. (2017). Perencanaan Latihan. *Jurnal Prestasi*, 1(2), 13–22.

<https://doi.org/10.24114/jp.v1i2.8059>

- Pamungkas, Y. T. (2014). *Journal of Physical Education , Sport , Health and Recreations BOLA*. 3(9), 1265–1270.
- Parnabas, V. (2015). *The Effect of Imagery on Sports Performance among Track and Field Athletes*. II(10), 14809–14815.
- Perez, E., & Weisberg, S. M. (2023). Individual differences in spatial navigation. *Neuroscience and Biobehavioral Psychology*.
<https://osf.io/preprints/osf/9x6a3>
- Pertiwi, P. A. (2021). *ANALISIS KETERAMPILAN GERAK DASAR LOB BERTAHAN PERMAINAN BULUTANGKIS BERDASARKAN JENIS TUJUAN PROSES* [Universitas Pendidikan Indonesia].
<http://repository.upi.edu/id/eprint/59470>
- Petway, A. J., Freitas, T. T., Calleja-González, J., Leal, D. M., & Alcaraz, P. E. (2020). Training load and match-play demands in basketball based on competition level: A systematic review. *PLoS ONE*, 15(3), 1–21.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229212>
- Pinandito, L. P. (2017). PENGARUH LATIHAN MENTAL IMAGERY TERHADAP PENINGKATAN KETEPATAN SMASH PADA ATLET BULUTANGKIS DI PB PRATAMA YOGYAKARTA. In *Occupational Medicine*.
- PolICASTRO, F., ACCARDO, A., MARCOVICH, R., PELAMATTI, G., & ZOIA, S. (2018). Relation between motor and cognitive skills in italian basketball players aged between 7 and 10 years old. *Sports*, 6(3), 6–13.
<https://doi.org/10.3390/sports6030080>
- Prakoso, K., Vitriana, & Ong, A. (2016). Correlation between Cognitive Functions and Activity of Daily Living among Post-Stroke Patients. *Althea Medical Journal*., 3(3), 329–333.
- Prasetyo, D. W. (2013). *TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN BOLABASKET SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER DI SMP NEGERI 3 PANDAK* [UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA].
<https://eprints.uny.ac.id/14973/1/SKRIPSI.pdf>
- Putro, B. N. (2020). Basketbal As an Alternative Method To Learn Social Competence. *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 4(1), 1.
<https://doi.org/10.17977/um040v4i1p1-7>
- Riyadi, D., Sartono, H., & Komarudin. (2019). *Jurnal Kepeleatihan Olahraga , Universitas Pendidikan Indonesia Pengaruh Metode Latihan Imagery terhadap Kosentrasi dan Keterampilan Bermain Sepakbola*. 43–50.
- Sacot, A., López-Ros, V., Prats-Puig, A., Escosa, J., Barretina, J., & Calleja-González, J. (2022). Multidisciplinary Neuromuscular and Endurance Interventions on Youth Basketball Players: A Systematic Review with Meta-Analysis and Meta-Regression. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), 9–15.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19159642>
- Saichudin, & Munawar, S. A. R. (2019). *Buku Ajar Bola Basket* (1st ed.). Wineka Media. <http://www.winekamedia.com/>
- Sanaky, M. M. (2021). Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah. *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432–439. <https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>

- Scharfen, H.-E. (2022). *The relationship of cognitive functions with physical skills, game intelligence, game time and its training in elite soccer players* (Issue January) [German Sport University Cologne]. chrome-extension://efaidnbmninnibpcapjcgclclefindmkaj/https://fis.dshs-koeln.de/files/6761866/Dissertation_final.pdf
- Scharfen, H., & Memmert, D. (2019). *Measurement of Cognitive Functions in Experts and Elite - Athletes : A Meta - Analytic Review*. January. <https://doi.org/10.1002/acp.3526>
- Sitepu, I. D. (2018). *Manfaat permainan bola basket untuk anak usia dini*. 2(3), 27–33.
- Sugiyono. (2013). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF, DAN R&D*. Alfabeta Bandung. www.cvalfabeta.com
- Sujiono, Y. N., Rofiah, O., Rosmala, R., & Tampiomas, L. E. (2015). Hakikat Pengembangan Kognitif. In Y. N. Sujiono, O. Rofiah, R. Rosmala, & L. E. Tampiomas (Eds.), *Metode Pengembangan Kognitif: Hakikat Pengembangan Kognitif* (1st ed., pp. 1–35). Universitas Terbuka. <https://www.pustaka.ut.ac.id/>
- Sukanto. (2012). Pengaruh Latihan Imagery terhadap Peningkatan Keterampilan Lay Up Shoot Permainan Bolabasket Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket SMA N 1 Bantul. *Ilmu Kesehatan UNY*.
- Sukma, A. (2019). *HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK, TINGKAT PENDIDIKAN, INTERAKSI SOSIAL DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI PANTIPELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA (PPSLU) SUDAGARAN, BANYUMAS*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Surbakti, Y. anggika. (2020). *HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN ATENSI PADA MAHASISWA/I FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN MEDAN*. 1–27. <http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/4282>
- Tang, S. A., & Badaru, B. (2021). Meningkatkan Hasil Belajar Lay Up Shoot Pada Permainan Bola Basket Melalui Pembelajaran Yang Dimodifikasi Menggunakan Bola Plastik Pada Siswa Sma Negeri 2 Makassar. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(1), 9. <https://doi.org/10.26858/sportive.v5i1.20251>
- Trirajasa, S. (2024). KORELASI SEDENTARY LIFE STYLE DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN FUNGSI KOGNISI SISWA SMP (Studi ex-post facto Pada Siswa SMP se-Kota Bandung) SKRIPSI [Universitas Pendidikan indonesia]. In *Proposal*. repository.upi.edu I perpustakaan.upi.edu
- Wibowo, A., Wijayanto, A., Amiq, F., & Hafiz, M. (2021). *Psikologi Olahraga* (Mu'arifin (ed.)). Akademia Pustaka. www.akademiapustaka.com
- Wickens, C. D., & Mccarley, J. S. (2008). *Applied Attention Theory* (L. Taylor & Francis Group (ed.)). CRC Press Taylor & Francis Group.
- Widyantoro, S. (2020). *PENGARUH METODE LATIHAN FIGURE EIGHT WITH DRIBBLING DAN METODE LATIHAN NECK WAIST AND LEG CIRCLES TERHADAP HASIL DRIBBLE PADA HURRICANE BASKETBALL CLUB DI KECAMATAN GEMOLONG TAHUN 2020*. 1–19.
- Wissel, H. (1994). Basketball Steps to Success. In B. Holding (Ed.), *Human Kinestetics* (Vol. 1, Issue Sport Instruction Series). Human Kinesthetic

Publisher.

<http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>
<http://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055>
<https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006>
<https://doi.org/10.1>

Yazid, S., Kusmaedi, N., & Paramitha, S. T. (2016). Hubungan Konsentrasi Dengan Hasil Pukulan Jarak Jauh (Long Sroke) Pada Cabang Olahraga Woodball. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 1(1), 50.

<https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i1.3903>

Zulfitria, Rahmatunnisa, S., & Khanza, M. (2021). Penggunaan Metode Ber cerita Dalam Pengembangan Kemampuan Kognitif Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 54–60. prodipaudumj@gmail.com

