



TINGKAT MOTIVASI PADA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET SMAN 1 KEDONDONG

Dicky Hermawan¹, Reza Adhi Nugroho²

Universitas Teknokrat Indonesia^{1,2}

dickyajja480@gmail.com¹, [reza.adhi.nugroho.@teknokrat.ac.id](mailto:reza.adhi.nugroho@teknokrat.ac.id)²

Received: 14 April 2023

Accepted: 30 Agustus 2023

Published : 30 Agustus 2023

Abstract

This study examines the basketball extracurricular motivation of SMAN 1 Kedondong based on intrinsic and extrinsic factors. The purpose of this study was to find out how big the level of student motivation in participating in basketball extracurricular activities. This type of research is descriptive quantitative with the research method used is a survey. The data collection instrument in this study used a questionnaire with a Likert scale. The population in this study was 30 students of basketball extracurricular at SMAN 1 Kedondong. Thus, the sample used was total sampling technique so that in this study the sample was taken with a total population of 30 students of basketball extracurricular at SMAN 1 Kedondong. The data analysis technique in this research is statistical descriptive analysis which is presented in percentage form. The results showed that the motivation for extracurricular basketball at SMAN 1 Kedondong was classified as good as many as 13 respondents (43.33%), but in terms of intrinsic factors, 12 respondents (40%) had a poor category, while on extrinsic factors there were 20 respondents (66.67%) has a very good category.

Keywords: *basketball, extracurricular, motivation*

Abstrak

Penelitian ini mengkaji tentang motivasi ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong berdasarkan faktor intrinsik dan ekstrinsik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar tingkat motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode penelitian yang digunakan yaitu survey. Instrumen pengambilan data pada penelitian ini menggunakan angket dengan skala *likert*. Populasi dalam penelitian ini siswa ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong dengan jumlah 30. Dengan demikian, sampel yang digunakan menggunakan teknik total *sampling* sehingga dalam penelitian ini pengambilan sampel dengan keseluruhan dari populasi berjumlah 30 siswa ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah analisis deskriptif statistik yang dipaparkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi pada ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong tergolong dengan kategori baik sebanyak 13 responden (43,33%), namun ditinjau dari faktor intrinsik diperoleh sebanyak 12 responden (40%) mempunyai kategori kurang, sedangkan pada faktor ekstrinsik sebanyak 20 responden (66,67%) mempunyai kategori sangat baik.

Kata Kunci: bolabasket, ekstrakurikuler, motivasi

To cite this article:

Hermawan, D & Nugroho, R, A. (2023). Tingkat Motivasi pada Ekstrakurikuler Bola Basket SMA N 1 Kedondong. *Journal of Physical Education*, 4 (1), 20-26.

PENDAHULUAN

Olahraga sejatinya bukan hal yang baru untuk membentuk karakter, tanpa disadari olahraga terkandung nilai-nilai yang mencerminkan keadaban seperti disiplin, bersikap jujur, dan kerja keras (Maksum, 2018). Rossi (2019) mengatakan bahwa olahraga adalah pengembangan standar dan latihan yang diatur yang sengaja dilakukan individu untuk meningkatkan kapasitas utilitariannya. Kemudian, melalui olahraga, banyak orang dikaitkan dengan kesehatan secara langsung atau secara tidak langsung, baik dengan bermain secara efektif atau dengan menonton olahraga (Pratama & Yuliandra, 2020). Biasanya, olahraga membantu orang-orang dengan

menjaga kesehatan fisik dan emosional dan merupakan sumber kesenangan dan pengalihan yang luar biasa (Adhi & Gumantan, 2020). Dari sinilah dengan melakukan olahraga yang aktif dan berlatih akan memberikan manfaat yang berbeda bagi tubuh. Dalam ruang lingkup olahraga untuk di sekolah termasuk dalam pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani ialah sesuatu cara penataran yang didesain buat tingkatkan kesegaran badan, meningkatkan keahlian motorik, wawasan, tindakan bersih serta intelektual. Lewat pendidikan jasmani diharapkan anak didik bisa mendapatkan bermacam pengalaman buat mengatakan opini individu yang mengasyikkan, inovatif, inovatif, trampil, serta tingkatkan kebugaran tubuh (Fahrizqi, 2018). Dalam pendidikan jasmani di sekolah partisipan ajar dituntut buat mempunyai tindakan yang positif semacam patuh, kerjasama, jujur, bersih, bersikap bagus, mentaati peraturan serta determinasi yang legal. Dengan kebugaran tubuh yang bagus diharapkan bisa membagikan akibat yang bagus pula pada partisipan ajar untuk bisa tingkatkan belajarnya. Dengan begitu, peserta didik lebih gampang menyambut tiap materi yang diserahkan oleh guru. Di antara demikian banyak mata pelajaran yang diajarkan di sekolah hanya pendidikan jasmani yang berupaya menggapai tujuannya lewat kebugaran jasmani.

Pendidikan jasmani bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan untuk mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih (Mahfud et al., 2020). Selain itu, Fahrizqi (2018) menyatakan dapat meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis, memahami konsep aktivitas jasmani dan lingkungan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif (Tutus & Hermawan, 2014).

UU No. 20 Tahun 2003 menyatakan bahwa pendidikan dapat diartikan sebagai usaha sadar dan terencana, untuk mewujudkan suasana belajar/proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya Sekolah sebagai tempat berlangsungnya proses pendidikan yaitu proses belajar mengajar, diharapkan mampu mengembangkan potensi peserta didiknya agar dapat menghasilkan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas (Suherman, 2019). Kualitas yang dimaksudkan menyangkut mutu, baik kemampuan fisik atau non fisik (kecerdasan dan mental). Secara umum dapat dikatakan bahwa pendidikan merupakan satuan tindakan yang memungkinkan terjadinya belajar dan perkembangan. Pendidikan merupakan proses interaksi yang mendorong terjadinya belajar, dengan adanya belajar maka terjadilah perkembangan jasmani dan mental siswa (Dwi, 2018).

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani (Nurhasan, 2013). Dengan mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, maka diharapkan siswa dapat mempertahankan dan meningkatkan tingkat kebugaran jasmani yang baik, serta melaksanakan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Banyak sekali aspek yang dipengaruhi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, antaranya adalah aspek fisik, kognitif, afektif dan psikomotor (Rosiana, 2018). Dengan materi yang disajikan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani yang sebagian besar berupa permainan dan praktek di lapangan, maka untuk memperoleh prestasi belajar pendidikan jasmani yang baik siswa dituntut untuk mempunyai kondisi fisik yang sehat.

Pembelajaran pendidikan jasmani kegiatan atau pembelajarannya banyak dilakukan di lapangan yang melibatkan aktivitas fisik dalam praktik atau proses pembelajarannya (Ennis, 2017). Kebanyakan peserta didik menyukai aktivitas jasmani yang bersifat permainan seperti futsal dan bolabasket (Pratama & Yuliandra, 2020). Sekolah juga menambah kesempatan waktu kepada peserta didik untuk menyalurkan bakat, minat dan kegemarannya tersebut di luar jam sekolah yaitu dengan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah.

Mahfud et al., (2020) Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam belajar sekolah. Tujuan dari ekstrakurikuler adalah untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan kemampuan siswa. Selain itu, untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, pembinaan bakat dan minat serta kegemaran siswa dalam olahraga. Minat dan kegemaran siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dipengaruhi oleh adanya motivasi. Aspek motivasi memegang peranan dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang dapat mendorong dirinya untuk lebih giat berlatih dan mencapai hasil yang maksimal (Ichsanudin & Gumantan, 2020). Dengan adanya motivasi tersebut akan mendorong seseorang untuk berlatih, bekerja keras, dan dapat bertahan lebih lama dalam mengikuti suatu kegiatan atau

latihan. Adapun Jenis kegiatan ekstrakurikuler sangat beragam, antara lain kegiatan kerohanian, olahraga, seni, pramuka, dan lain-lain.

SMAN 1 Kedondong terletak di kabupaten Pesawaran kec. Kedondong dengan lokasi yang strategis di lingkungan komplek perumahan. Lingkungan yang ada di SMAN 1 Kedondong tidak kondusif karena banyaknya jumlah penduduk di lingkungan tersebut. SMAN 1 Kedondong merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler bolabasket yang digemari banyak siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMAN 1 Kedondong dilaksanakan pada hari senin, rabu dan jumat pukul 15.00-17.00 WIB yang diikuti oleh siswa kelas X dan XI. Pada umumnya, ketertarikan siswa yang memilih ekstrakurikuler bolabasket lebih banyak dibandingkan dengan ekstrakurikuler olahraga lain, hal ini terlihat dari jumlah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket sebanyak 30 siswa. Kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMAN 1 Kedondong memiliki ketersediaan sarana dan prasarana sudah cukup baik, program latihan juga dilaksanakan dengan rutin, namun SMAN 1 Kedondong belum bisa bicara banyak untuk prestasi, karena sejak ekstrakurikuler bolabasket diselenggarakan, tim bola SMAN 1 Kedondong minim terhadap prestasi. Selain itu, peserta ekstrakurikuler kurang bersungguh-sungguh dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, hal ini yang kemudian membuat ekstrakurikuler bolabasket minim untuk meraih prestasi, apabila dibandingkan dengan ekstrakurikuler olahraga lainnya.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan yang diperoleh dari pelatih ekstrakurikuler bolabasket dan guru pendidikan jasmani SMAN 1 Kedondong, diperoleh informasi yang menunjukkan bahwa diawal kegiatan ekstrakurikuler bolabasket peserta ekstra hadir semua, namun dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolabasket mengalami pasang surut, setelah kegiatan ekstrakurikuler bolabasket berjalan beberapa bulan terdapat peserta ekstra yang tidak hadir atau jarang mengikuti kegiatan ekstra dengan berbagai alasan masing-masing. Peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMAN 1 Kedondong dalam mengikuti kegiatan ekstra sering terlihat pada saat kegiatan berlangsung peserta ekstra bermalasan-malasan, banyak mengobrol sendiri, dan tidak mendengarkan instruksi pelatih saat proses latihan berlangsung. Selain itu, peranan guru pendidikan jasmani selaku pelatih olahraga bolabasket dan pembina kegiatan ekstrakurikuler juga sangat penting, karena semua yang berkaitan dengan kegiatan tersebut dipegang oleh guru pendidikan jasmani.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa, keberhasilan sebuah program ekstrakurikuler ditentukan oleh berbagai faktor, diantaranya sarana dan prasarana, program latihan, pelatih serta motivasi siswa. Dari sekian banyak faktor yang ada, peneliti ingin melakukan penelitian mengenai motivasi siswa dan yang menjadi salah satu penyebab kurang optimalnya kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Kedondong. Jadi, peneliti akan memfokuskan penelitian pada motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMAN 1 Kedondong. Sehingga, berdasarkan uraian diatas, peneliti bertujuan melakukan penelitian dengan judul penelitian yang berjudul “Tingkat Motivasi pada Ekstrakurikuler Bolabasket SMAN 1 Kedondong”.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong dengan jumlah 30. Dengan demikian, sampel yang digunakan menggunakan teknik total *sampling* sehingga dalam penelitian ini pengambilan sampel dengan keseluruhan dari populasi berjumlah 30 siswa ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong.

Teknik Pengumpulan data pada penelitian ini adalah metode survei melalui penyebaran kuesioner yang disebar untuk atlet. Dengan menggunakan pilihan jawaban model *Likert Scale*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan jenis deskriptif kuantitatif dengan metode survey. Deskripsi yang dimaksud untuk memberikan gambaran tentang bagaimana motivasi ekstrakurikuler bolabasket di SMAN 1 Kedondong dari faktor instrinsik dan ekstrinsik. Responden pada penelitian ini telah di analisis deskriptif sebagai berikut.

Tabel 1. Hasil Analisis Statistik Motivasi Atlet

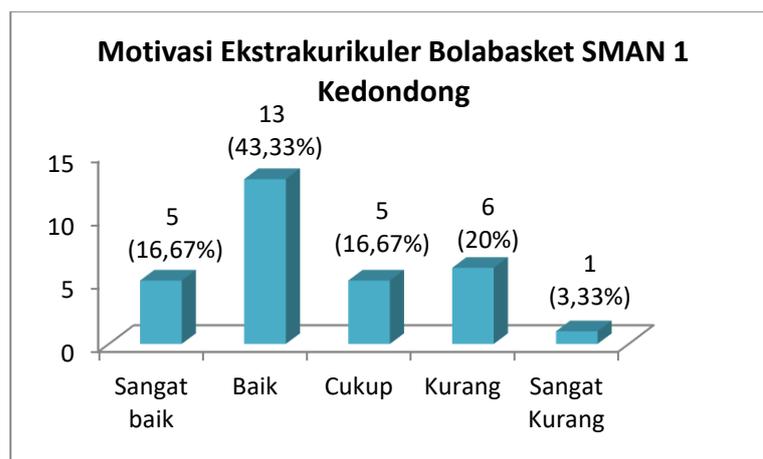
Statistik	Motivasi	Faktor Instrinsik	Faktor Ekstrinsik
<i>N</i>	30	30	30
<i>Minimum</i>	75	38	42
<i>Maximum</i>	117	54	54
<i>Mean</i>	100,53	46,87	47,00
<i>Std.Deviation</i>	10,14	4,21	3,21

Berdasarkan pada tabel 4.1 di atas diperoleh pada variabel motivasi yaitu hasil *minimum* memiliki nilai 75, pada nilai *maximum* yaitu 117, untuk nilai *mean* (rata-rata) diperoleh sebesar 100,53, dan pada nilai *std.deviation* diperoleh nilai 10,14. Selanjutnya pada faktor instrinsik yaitu hasil *minimum* memiliki nilai 38, pada nilai *maximum* yaitu 54, untuk nilai *mean* (rata-rata) diperoleh sebesar 46,87, dan pada nilai *std.deviation* diperoleh nilai 4,21. Sedangkan pada faktor ekstrinsik yaitu hasil *minimum* memiliki nilai 42, pada nilai *maximum* yaitu 54, untuk nilai *mean* (rata-rata) diperoleh sebesar 47,00, dan pada nilai *std.deviation* diperoleh nilai 3,21.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Motivasi Ekstrakurikuler Bolabasket SMAN 1 Kedondong

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	$X > 102.64$	Sangat Baik	5	16,67
2	$96.69 < x \leq 102.64$	Baik	13	43,33
3	$90.75 < x \leq 96.69$	Cukup	5	16,67
4	$84.798 < x \leq 90.75$	Kurang	6	20
5	$X \leq 84.798$	Sangat Kurang	1	3,33
Jumlah			30	100%

Dari tabel 4.2 di atas diketahui sebanyak 5 responden (16,67%) mempunyai motivasi dengan kategori sangat baik, sebanyak 13 responden (43,33%) mempunyai kategori baik, sebanyak 5 responden (16,67%) mempunyai kategori cukup, sebanyak 6 responden (20%) mempunyai kategori kurang, dan sebanyak 1 responden (3,33%) mempunyai kategori sangat kurang. Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi peserta dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong memiliki motivasi dengan kategori baik. Apabila digambarkan dalam bentuk gambar, maka berikut diagram yang diperoleh di bawah ini sebagai berikut.

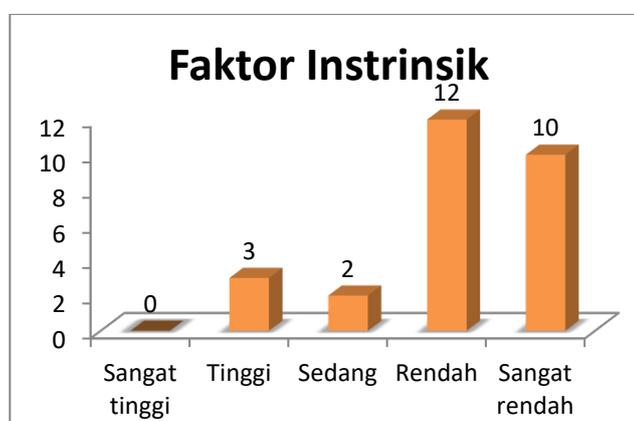


Gambar 1. Diagram Hasil Motivasi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Motivasi Faktor Instrinsik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	$X > 55,76$	Sangat Baik	0	0
2	$52,08 < x \leq 55,76$	Baik	3	10
3	$48,40 < x \leq 52,08$	Cukup	2	6,67
4	$44,72 < x \leq 48,40$	Kurang	12	40
5	$X < 44,72$	Sangat Kurang	10	33,33
Jumlah			30	100%

Dari tabel di atas diketahui sebanyak 3 responden (10%) mempunyai kategori baik, sebanyak 2 responden (6,67%) mempunyai kategori cukup, sebanyak 12 responden (40%) mempunyai kategori kurang, dan sebanyak 10 responden (33,33%) mempunyai kategori sangat kurang. Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi berdasarkan faktor instrinsik peserta dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong memiliki motivasi dengan kategori kurang. Apabila digambarkan dalam bentuk gambar, maka berikut diagram yang diperoleh di bawah ini sebagai berikut.

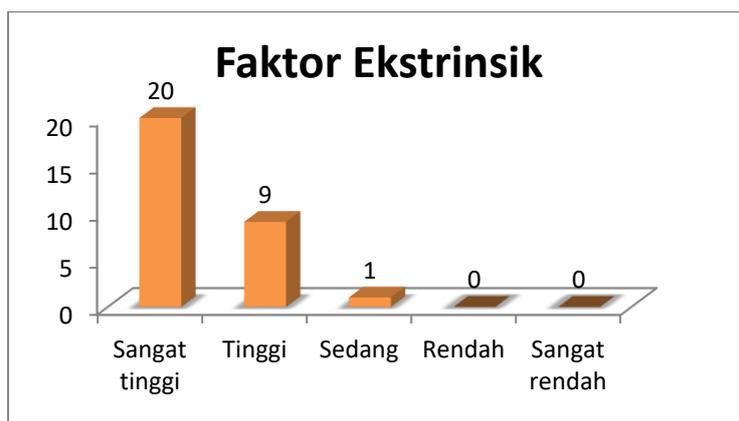


Gambar 2. Diagram Hasil Faktor Instrinsik

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Motivasi Faktor Ekstrinsik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	$X > 45,09$	Sangat Baik	20	66,67
2	$41,02 < x \leq 45,09$	Baik	9	30
3	$37,95 < x \leq 41,02$	Cukup	1	3,33
4	$33,88 < x \leq 37,95$	Kurang	0	0
5	$X \leq 33,88$	Sangat Kurang	0	0
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 20 responden (66,67%) mempunyai motivasi faktor ekstrinsik dengan kategori sangat baik, sebanyak 9 responden (30%) mempunyai kategori baik, sebanyak 1 responden (3,33%) mempunyai kategori cukup, sebanyak 0 responden (0%) mempunyai kategori kurang, dan sebanyak 0 responden (0%) mempunyai kategori sangat kurang. Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi berdasarkan faktor ekstrinsik peserta dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong memiliki motivasi dengan kategori sangat baik. Apabila digambarkan dalam bentuk gambar, maka berikut diagram yang diperoleh di bawah ini sebagai berikut.



Gambar 3. Diagram Hasil Faktor Ekstrinsik

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan yang telah disajikan maka dapat disimpulkan bahwa motivasi pada ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Kedondong tergolong dengan kategori baik sebanyak 13 responden (43,33%), namun ditinjau dari faktor instrinsik diperoleh sebanyak 12 responden (40%) mempunyai kategori kurang, sedangkan pada faktor ekstrinsik sebanyak 20 responden (66,67%) mempunyai kategori sangat baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, R., & Gumantan, N. A. (2020). Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Sman 1 Pagelaran. *Sports Science And Education Journal*, 1–12. <http://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/sport/issue/archive>
- Dwi, S. (2018). *Arti Pendidikan dan Batas-batas Pendidikan*. UNY Press.
- Ennis, C. D. (2017). Physical education curriculum priorities: Evidence for education and skillfulness. *Quest*, 63(1), 5–18. <https://doi.org/10.1080/00336297.2011.10483659>
- Fahrizqi, E. B. (2018). Hubungan Panjang Tungkai , Power Tungkai Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Futsal Perguruan Tinggi Teknokrat. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 2(1), 32–42.
- Ichsanudin, I., & Gumantan, A. (2020). Tingkat Motivasi Latihan Ukm Panahan Teknokrat Selama Pandemi Covid. *Journal Of Physical Education*, 1(2), 10–13. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i2.587>
- Mahfud, I., Gumantan, A., & Nugroho, R. A. (2020). Pelatihan Pembinaan Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Olahraga. *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 3(1), 56. <https://doi.org/10.31851/dedikasi.v3i1.5374>
- Maksum, A. (2018). Olahraga Bermutu Untuk Semua 1. *Conference Pekan Ilmiah Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Surabaya, 17-20 September 2018*, 1–10. https://www.researchgate.net/publication/327743584_Olahraga_bermutu_untuk_semua/link/5ba1cbf692851ca9ed14c29f/download
- Nurhasan. (2015). *Aktivitas Kebugaran*. Jakarta: Depdiknas.
- Pratama, A., & Yuliandra, R. (2020). Analisis Tingkat Kesegaran Jasmani Anggota Ukm Bolabasket Universitas Teknokrat Indonesia. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 25–32. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i1.176>
- Rosiana. (2018). Survei Keadaan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas Negeri se-Kabupaten Jombang. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 1(1), 38–44.
- Rossi, D. W. I., & Dr. Noortje Anita Kumaat, M. K. (2019). Pengaruh Pelatihan Senam Aerobik Intensitas Sedang Terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi (VO2MAKS) Wanita Usia 17-25 Tahun. 319–324.
- Suherman, W. S. (2019). Pengembangan kurikulum pendidikan jasmani. *Yogyakarta: FIK UNY*.
- Tutus Eshananda Hars, Hermawan Pamot, R. (2014). Learning Model of Physical Education Locomotor Basic Learning in Grade III Primary School. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(2), 102–108. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1799967>

BIOGRAFI PENULIS

	<p>Dicky Hermawan Lahir di Palembang, 30 Oktober 1998. Penulis menyelesaikan pendidikan, sdn 5 kedondong (2005-2010), smpn 1 kedondong (2010-2013), sman 1 kedondong (2013-2016), saat ini sedang menempuh s1 pendidikan olahraga di universitas teknokrat Indonesia(2017-sekarang).</p>
	<p>Reza Adhi Nugroho Setelah Menyelesaikan pendidikan Program Sarjana (Strata -1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan rekreasi tahun 2010-2014 di Universitas Negeri Yogyakarta, dan melanjutkan Program Pascasarjana Magister Pendidikan (Strata-2) pada Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Yogyakarta dengan mengambil Program Studi Pendidikan Olahraga dan selesai tahun 2017. Aktif sebagai anggota organisasi bolabasket di Perbasi Pringsewu. Penulis juga sebagai pengajar pada Universitas Teknokrat Indonesia pada Program Studi Pendidikan Olahraga (2019-Sekarang). Penulis dapat dihubungi melalui email: <i>reza.adhi.nugroho@teknokrat.ac.id</i></p>