

PENGARUH METODE PENDEKATAN BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING* PADA SEKOLAH SEPAKBOLA ASRI GEMOLONG SRAGEN KELOMPOK UMUR 13-14 TAHUN

Y.L Lambang Adiatmoko¹, Bambang Wijanarko², Rumi Iqbal Doewes³
^{1,2,3} Fakultas Keolahragaan Universitas Sebelas Maret Surakarta

ABSTRAK – Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kemampuan *passing* bawah dengan metode pendekatan bermain pada sekolah sepakbola ASRI Gemolong kelompok umur 13-14 tahun. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah peserta didik sekolah sepakbola ASRI Gemolong Sragen kelompok umur 13-14 tahun yang berjumlah 20 anak. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian *Pra-Eksperimen* yang dilaksanakan dengan desain adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan tes dan pengukuran kemampuan *passing*. Teknik analisis data yang digunakan adalah Analisis Statistik Inferensial. Hasil penelitian adalah sebagai berikut ini, Metode pendekatan bermain memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* pada sekolah sepakbola ASRI Gemolong Sragen kelompok umur 13-14 tahun yang bisa dilihat dari hasil perbandingan secara inferensial terjadi peningkatan signifikan *passing* sepakbola menggunakan metode bermain yakni poin pada tes awalnya sebesar 7.35 menjadi 9.85 poin saat tes akhir, sehingga peningkatan sebesar 2.5(34.014%). Kesimpulan dari penelitian ini adalah berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan menggunakan metode pendekatan bermain yang benar pada peserta didik Sekolah Sepakbola ASRI Gemolong Sragen kelompok umur 13-14 tahun dapat meningkatkan kemampuan *passing* yang baik hal ini dibuktikan dengan nilai probabilitas uji statistik sebesar $0.000 < 0.05$.

Kata Kunci: kemampuan *passing* sepakbola, metode pendekatan bermain

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh terulang-ulang dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Olahraga dapat dimulai sejak usia muda hingga usia lanjut dan dapat dilakukan setiap hari. Banyak cabang olahraga yang bisa dilakukan dalam aktivitas olahraga yang salah satunya adalah sepakbola. Permainan sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia sampai saat ini. Sepakbola telah mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana sampai menjadi permainan sepakbola modern yang sangat digemari banyak orang, tua-muda,

anak-anak bahkan wanita. Permainan sepakbola tidak sekedar dilakukan untuk rekreasi dan pengisi waktu luang akan tetapi menuntut suatu prestasi yang optimal dan nilai bisnis yang tinggi.

Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu masing-masing regu terdiri dari sebelas orang yang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilakukan oleh seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan tangan. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan semua anggota badannya (Subroto, dkk 2010: 73). Pada hakikatnya permainan

sepakbola adalah bentuk dari kegiatan fisik yang memberikan manfaat pada kebugaran tubuh dan mental serta sosial yakni prestasi. Pada kajian ini lebih menyoroti pada permainan dan olahraga sepakbola kaitannya dengan kebugaran tubuh. Permainan ini sendiri masuk dalam aktivitas gerak olahraga, karena bentuk aktivitas fisik yang terstruktur, terencana dan berkesinambungan dengan tujuan untuk kebugaran tubuh yang lebih baik (Faruq 2008: 17). Sedangkan menurut Agus Salim (2008: 10) sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utama dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan sepakbola adalah permainan beregu menggunakan bola sepak yang dimainkan oleh dua kesebelasan dengan tujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mencegah terjadi gol ke gawang permainan sendiri dengan regulasi yang ditetapkan.

Sepakbola telah mendapatkan dukungan dari pihak swasta dan pemerintah sehingga proses pembelajarannya menjadi semakin baik. Pemerintah dan pihak swasta di Indonesia sedang merintis pembinaan sepakbola bukan hanya untuk kepentingan kelompok yang dipolitisasi tujuannya, namun sudah benar-benar terjun untuk memajukan persepakbolaan bangsa. Upaya pembinaan dimulai dari usia muda, tidak hanya program instansi yang memaksa manajemen dan pemain berprestasi dalam jangka waktu yang singkat. Bibit unggul perlu melalui proses pelatihan yang ilmiah yang terkontrol, baik dari segi latihan, pola makan gaya hidup dan lain-lain. Barulah

muncul prestasi maksimal atlet pada kelompok umur tertentu.

Untuk meningkatkan prestasi sepakbola Indonesia yang lebih baik lagi adalah dengan dilakukannya pembinaan usia muda. Sebisa mungkin pelatihan sepakbola sudah ditanamkan sehingga perkembangan ke depan lebih mudah. Paling awal adalah usia enam tahun adalah usia ideal untuk mulai belajar sepakbola di akademi maupun sekolah sepakbola. Tiap kelompok umur punya program latihan yang berbeda, yang mana di sini (Indonesia) tidak ada program untuk usia 6 sampai 16 tahun. Modal utama dalam bermain sepakbola antara lain fisik, teknik, taktik, dan mental. Menurut Sucipto (2000: 17), menyatakan teknik dasar sepakbola meliputi *passing, dribbling, shooting, stoping, dan heading*. Pengetahuan akan sepakbola juga sangat berpengaruh dalam mengembangkan bakat yang dimilikinya, dari sinilah watak, sifat, dan karakter bermain seorang akan terlihat saat permainan berlangsung.

Saat ini perkembangan sepakbola sangat pesat sekali, hal ini ditandai dengan banyaknya pendidikan sepakbola (sekolah sepakbola) yang didirikan. Selain itu juga semakin banyaknya kompetisi yang digelar mulai dari tingkat daerah, nasional maupun internasional. Menurut Ganesha Putra Christian, staf ahli Direktur Teknik PSSI, yang dikutip oleh *football-tribe.com* dalam kompetisi usia muda yang paling penting adalah bersifat reguler dan jangka panjang. Itu sebabnya ia kurang setuju dengan format kompetisi yang bersifat turnamen dan berskala nasional. Sayangnya, dua hal ini masih umum terjadi dalam sepak bola usia muda. Bahkan, diakuinya sendiri PSSI pun masih berpikiran demikian, dalam artian harus ada kompetisi yang berskala nasional. Padahal, hal itu tak perlu dilakukan mengingat geografis Indonesia yang besar. Kompetisi

berbentuk liga jangka panjang yang dimainkan di akhir pekan jauh lebih baik karena yang paling dibutuhkan anak-anak muda ini adalah waktu bermain. Padahal, cukup dengan mengembangkan kompetisi junior reguler di daerah masing-masing, talenta anak-anak tetap bisa berkembang dengan maksimal. Selain itu, kompetisi reguler di daerah masing-masing membuat para pemain muda tetap dekat dengan keluarga. Pendidikan yang baik dimulai dari keluarga sendiri, bila pemain-pemain muda ini lebih sering bermain di lingkungan yang dekat dengan keluarga, pendidikan karakter dan dukungan moral untuk mereka pun lebih mudah didapat.

Hal yang sangat penting bagi peserta didik sekolah sepakbola adalah penguasaan terhadap keterampilan dasar sepakbola. Keterampilan dasar merupakan unsur utama yang harus diajarkan pada peserta didik sekolah sepakbola. Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar serta dapat berprestasi yang setinggi-tingginya dibutuhkan beberapa unsur. Hal ini merupakan langkah awal untuk dapat bermain sepakbola selain melatih faktor fisik, taktik dan mental. Dari kelengkapan pokok tersebut sebagai dasar bermain sepakbola adalah teknik dasar dan keterampilan bermain yang lebih dahulu.

Penguasaan keterampilan teknik dasar bagi seorang pemain sepakbola sangatlah penting. *Passing* adalah teknik yang paling sering digunakan dalam permainan sepakbola. Seorang pemain yang tidak memiliki kemampuan *passing* yang baik tidak akan mungkin menjadi pemain yang baik. Kesebelasan yang baik adalah suatu kesebelasan yang semua pemainnya menguasai teknik *passing* yang baik dengan tepat, cermat dan tepat pada sasaran. Sasaran di sini baik teman maupun dalam membuat gol ke gawang lawan. *Passing* bawah

sepakbola termasuk dalam ketrampilan dasar bermain sepakbola yang sering dilakukan dalam permainan sepakbola. Tanpa penguasaan teknik yang memadai maka tujuan permainan sepakbola cenderung tidak akan tercapai.

Penentuan pendekatan yang tepat sangat berhubungan dengan situasi pembelajaran. Pertimbangan penggunaan metode pendekatan tertentu harus memperhatikan dalam kondisi bagaimana dan dimana proses pembelajaran tersebut dilaksanakan. Kondisi pembelajaran juga berhubungan dengan karakteristik dari materi yang akan dilatih. Dengan demikian karakteristik dari materi pendekatan juga harus dipertimbangkan dalam memilih metode pendekatan.

Peran seorang pelatih dalam menyampaikan materi latihan sangatlah penting. Kaitannya dengan pendekatan latihan dan pembelajaran, seorang pelatih dapat menerapkan berbagai macam cara. Seorang pelatih harus cermat dan tepat dalam memilih metode agar tujuan yang telah ditetapkan dapat dicapai secara optimal. Dalam pembelajaran teknik *passing* kebanyakan pelatih sekolah sepakbola masih menggunakan teknik melalui latihan *passing* berpasangan antar pemain tanpa ada variasi dan membuat peserta didik menjadi jenuh dan bosan. Maka dari itu diperlukan suatu pendekatan bermain yang baik guna merangsang peserta didik agar mampu melakukan *passing* secara baik dan benar melalui proses yang menyenangkan. Metode pendekatan bermain adalah suatu cara penyampaian bahan latihan teknik *passing* dengan memberikan macam-macam bermain yang mengacu pada materi *passing*.

Upaya untuk mengetahui metode pendekatan bermain terhadap hasil *passing*, maka perlu dikaji dan diteliti lebih mendalam baik secara teori maupun praktik melalui penelitian eksperimen. Mengingat pentingnya kemampuan

teknik *passing* tersebut, maka teknik *passing* gini harus diperhatikan yang serius dalam permainan sepakbola. Setiap pemain sepakbola perlu dilatih kemampuan *passing*. Demikian juga dengan Sekolah Sepakbola ASRI Gemolong, hampir semua peserta didik di sekolah sepakbola ini, khususnya kelompok umur 13-14 tahun, masih kurang dalam penguasaan teknik *passing*. Dari pengamatan yang telah dilakukan pada saat latihan, pertandingan dan mengikuti sebuah turnamen, anak-anak sekolah sepakbola ASRI Gemolong ini banyak sekali membuat kesalahan pada saat bermain menggunakan *passing*. Anak-anak juga sering salah sasaran dalam melakukan *passing* dan lebih cenderung bermain dengan bola-bola jauh kepertahanan lawan kemudian mengejar bola tersebut bersamaan sehingga bola sering direbut oleh lawan. Berbeda apabila anak-anak mampu menguasai teknik *passing* dengan baik, hal ini akan lebih bagus dan lebih menghemat tenaga.

METODE PENELITIAN

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah peserta didik sekolah sepakbola ASRI Gemolong Sragen kelompok umur 13-14 tahun yang berjumlah 20 anak. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian *Pra-Eksperimen* yang dilaksanakan dengan desain adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan tes dan pengukuran kemampuan *passing*. Teknik analisis data yang digunakan adalah Analisis Statistik Inferensial.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data

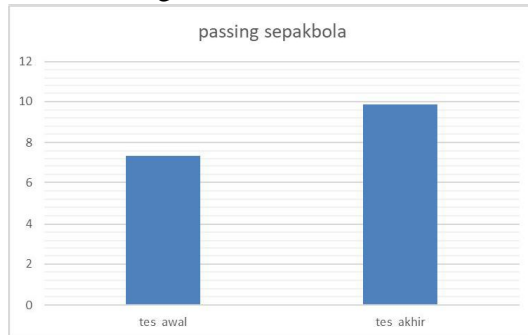
Tujuan penelitian ini dapat dicapai dengan pengambilan data pada sampel yang telah ditentukan. Dalam penelitian ini untuk mengetahui peningkatan kemampuan *passing* sepakbola dengan metode pendekatan bermain. Pada awalnya (tes awal) siswa melakukan *passing* sepakbola. Kemudian siswa diberikan treatment metode pendekatan bermain. Setelah itu siswa melakukan kembali *passing* sepakbola (postes). Rangkuman hasil analisis data secara keseluruhan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi data *passing* sepakbola

variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
tes_awal	20	6	9	7.350	1.089
tes_akhir	20	7	13	9.850	1.599
Selisih	20	1	5	2.500	1.318

Hasil pengujian statistik deskriptif pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai rata-rata tes_awal *passing* sepakbola sebesar 7.35 dengan nilai standar deviasi sebesar 1.08942. Nilai minimum tes_awal sebesar 6 dan nilai maksimumnya sebesar 9. Hasil pengujian statistik deskriptif pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai rata-rata tes_akhir *passing* sepakbola sebesar 9.85 dengan nilai standar deviasi sebesar 1.59852. Nilai minimum tes_akhir sebesar 7 dan nilai maksimumnya sebesar 13. Hasil pengujian statistik deskriptif pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai rata-rata selisih *passing* sepakbola sebesar 2.5 dengan nilai standar deviasi sebesar 1.31789. Nilai minimum selisih sebesar 1 dan nilai maksimumnya sebesar 5.

Peningkatan *passing* sepakbola pada metode bermain disajikan dalam bentuk histogram di bawah ini:



Gambar 1 Histogram Data Tes Awal dan Akhir passing sepakbola

Berdasarkan gambar di atas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan passing sepakbola yakni rata-rata awal sebesar 7.35 kemudian meningkat menjadi 9.85.

Uji Persyaratan Analisis

Sebelum di analisis, data perlu di uji terlebih dahulu mengenai persyaratan analisisnya. Pengujian persyaratan analisis yang dilakukan yaitu dengan uji reliabilitas, dan uji normalitas

c. Reliabilitas

Pengujian reliabilitas menggunakan uji statistik alpha cronbach. Kriteria yang digunakan yaitu jika nilai koefisien alpha cronbach > 0.6 maka observasi bersifat reliabel. Hasil perhitungan ditampilkan pada tabel di bawah ini

Tabel 2. rangkuman uji reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	kesimpulan
passing awal	0.624	reliabel
passing akhir	0.631	reliabel

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa passing awal dan passing akhir mempunyai nilai koefisien alpha cronbach secara berturut-turut sebesar 0.624 dan 0.631 yang mana keduanya > 0.6 hal

ini berarti passing awal dan passing akhir dinyatakan reliabel.

d. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan analisis data, perlu diuji distribusi normalitasnya. Uji normalitas data pada penelitian ini menggunakan metode Shapiro-Wilk karena banyaknya sampel < 50. kriteria uji normalitas yaitu jika nilai probabilitas (sig.) > 0.05 maka dinyatakan berdistribusi normal sedangkan jika nilai probabilitas < 0.05 maka dinyatakan tidak berdistribusi normal Hasil uji normalitas data yang dilakukan pada tiap kelompok adalah sebagai berikut;

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Tes Akhir Shapiro-Wilk

	Shapiro-Wilk			hasil uji	uji statistik
	Statistic	Df	Sig.		
tes_awal	0.860	20	0.008	tidak normal	wilcoxon
tes_akhir	0.959	20	0.516	normal	

Berdasarkan hasil uji data dengan teknik Shapiro-Wilk dapat diketahui bahwa nilai p (sig) pada tes_awal sebesar 0.008 yang nilainya < 0.05 dan pada tes_akhir sebesar 0.516 yang nilainya > 0.05 sehingga tes_awal tidak berdistribusi normal dan tes_akhir berdistribusi normal. Hasil tersebut menunjukkan bahwa asumsi normalitas tidak terpenuhi sehingga uji statistik bukan uji t tetapi menggunakan uji alternatif yakni statistik nonparametrik wilcoxon.

Hasil Analisis Data

c. Uji peningkatan passing sepakbola

Berdasarkan keterangan pada uji normalitas untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan pada perlakuan metode bermain uji statistik yang digunakan adalah statistik nonparametrik wilcoxon. Hasil perhitungan sebagai berikut::

Tabel 4 pengujian peningkatan kemampuan passing sepakbola

passing sepakbola	Mean	Z hitung	sig.	kesimpulan
tes_awal	7.3500			
tes_akhir	9.8500	-3.949	0.000	signifikan

Pengambilan keputusan :

Jika $sig > 0,05$ maka H_0 diterima (tidak ada peningkatan signifikan passing sepakbola menggunakan metode bermain)

Jika $sig < 0,05$ maka H_0 ditolak (ada peningkatan signifikan passing sepakbola menggunakan metode bermain)

keputusan :

Probalitas/Sig sebesar 0.000. Oleh karena probalitas/sig $< 0,05$ maka ditolak. yang artinya ada peningkatan passing sepakbola secara signifikan menggunakan metode bermain.

d. Persentase Peningkatan kemampuan passing sepakbola

Tabel 5. Hasil Uji Perbedaan Persentase Peningkatan

Observasi	awal	akhir	peningkatan	persentase
passing sepakbola	7.350	9.850	2.500	34.014

Hasil perhitungan diperoleh rata-rata passing sepakbola awal sebesar 7.35 kemudian setelah perlakuan nilainya menjadi 9.85, peningkatannya diperoleh sebesar 2.5 jika dipersenkan nilainya sebesar 34.014%.

Pengujian Hipotesis

Nilai metode bermain menggunakan metode bermain diperoleh rata-rata passing sepakbola awal sebesar 7.35. Kemudian setelah pelatihan nilainya menjadi 9.85 peningkatan diperoleh sebesar 2.5 jika dipersenkan nilainya sebesar 34.014%. Hasil perhitungan secara statistik diperoleh nilai Z hitung sebesar -3.949 dan nilai probabilitas 0.000. nilai probabilitas < 0.05 yang berarti ada peningkatan metode bermain passing sepakbola secara

signifikan metode bermain. **Hal ini berarti hipotesis : latihan metode bermain memberikan pengaruh yang signifikan passing sepakbola sekolah sepakbola ASRI Gemolong kelompok umur 13-14 tahun, diterima.**

SIMPULAN

Penelitian tentang Pengaruh Metode Pendekatan Bermain Terhadap Kemampuan Passing pada Sekolah Sepakbola ASRI Gemolong Kelompok Umur 13-14 tahun diperoleh data peningkatan signifikan passing sepakbola menggunakan metode bermain yakni awalnya sebesar 7.35 menjadi 9.85 peningkatan sebesar 2.5(34.014%) dibuktikan dengan nilai probabilitas uji statistik sebesar $0.000 < 0.05$. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan menggunakan metode pendekatan bermain yang benar dapat meningkatkan kemampuan passing yang baik.

IMPLIKASI

Penelitian ini memberikan suatu gambaran yang jelas bahwa keberhasilan proses pembelajaran tergantung pada beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut berasal dari pihak pelatih maupun peserta didik. Faktor dari pelatih yaitu kemampuan pelatih dalam mengembangkan materi, kemampuan pelatih dalam menyampaikan materi latihan, serta metode yang digunakan pelatih dalam proses pembelajaran di dalam lapangan. Serta faktor dari siswa yaitu minat dan motivasi dalam mengikuti setiap materi atau metode latihan yang diberikan oleh pelatih.

Faktor-faktor tersebut saling mendukung satu sama lain, sehingga harus diupayakan dengan maksimal agar semua faktor tersebut dapat dimiliki oleh pelatih dan siswa dalam proses latihan yang berlangsung di lapangan. Apabila pelatih memiliki kemampuan yang baik

dalam menyampaikan materi setiap latihannya dan dalam mengelola sekolah sepakbola tersebut didukung oleh teknik, sarana dan prasarana yang sesuai, maka pelatih akan dapat menyampaikan materi dengan baik. Materi tersebut akan dapat diterima oleh siswa, apabila siswa juga memiliki minat dan motivasi yang tinggi untuk aktif dalam proses latihan. Dengan demikian, program latihan yang diberikan oleh pelatih dapat berjalan dengan lancar, kondusif, efektif, dan efisien.

Penelitian ini juga memberikan deskripsi yang jelas bahwa dengan menggunakan metode pendekatan bermain terhadap kemampuan *passing* pada siswa Sekolah Sepakbola ASRI Gemolong Sragen Kelompok Umur 13-14 tahun dapat memberikan efek kemampuan *passing* yang baik, sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam melaksanakan proses atau metode latihan di sekolah sepakbola lainnya. Dengan diterapkannya metode pendekatan bermain untuk meningkatkan hasil kemampuan *passing* yang baik, maka siswa memperoleh pengalaman baru dan berbeda dalam proses latihannya

Implikasi dari penelitian ini bahwa, setiap pendekatan memiliki tingkat keefektifan dan pengaruh yang berbeda, untuk pendekatan bermain yang ditujukan untuk meningkatkan kemampuan *passing* harus melihat kondisi peserta didik mulai dari kondisi pengetahuan dan ketrampilan peserta didik. Sehingga dapat digunakan untuk menentukan dan memilih model pendekatan yang tepat untuk *passing*.

SARAN

Sehubungan dengan kesimpulan yang telah diambil dan implikasi yang ditimbulkan, maka disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Dalam meningkatkan kemampuan *passing* pada SSB ASRI Gemolong Kelompok Umur 13-14 tahun, hendaknya setiap latihan dirangsang dengan sebuah pendekatan yang bervariasi dan lebih kreatif.
2. Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman pelatih untuk menentukan dan memilih model pendekatan latihan untuk meningkatkan kemampuan *passing* pada SSB ASRI Gemolong.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mukholid dan Budhi Satyawan. (2009). *Aktivitas Luar Kelas*. Surakarta : Pendidikan Profesi Guru FKIP UNS.
- Clive Gifford. (2007). *Keterampilan Sepakbola*. Klaten : PT Citra Aji Parama.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Alih Bahasa. Eko Wahyu Setiawan. Bandung : PT Intan Sejati.
- FKIP UNS. (2016). *Pedoman Penulisan Skripsi*. Surakarta : UNS Press.
- Getut Pramesti. (2013). *Smart Olah Data Penelitian dengan SPSS 21*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo.
- Joseph A. Luxbacher. (2004). *Sepak Bola*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- M. Furqon Hidayatullah. (2008). *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta : LPP UNS dan UNS Press.
- Mulyono B. (2010). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta : UNS Press.

- Nana Syaodih Sukmadinata. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Sopiyudin Dahlan. (2011). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Muhanap S., Rohmat, D.N., dan Tafaqur, M. (2000). *Dampak Metode Latihan Permainan Terhadap Peningkatan Daya Tahan Aerobic Atlet Sepakbola Usia Dini 12-15 Tahun*. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*,7 (1), 65-75. Diperoleh pada 11 November 2019, dari <http://ejournal.upi.edu>
- Steiner, Silvan. (2018). [Melewati Keputusan di Football: Memperkenalkan Pendekatan Empiris untuk Memperkirakan Pengaruh Perceptual Informasi dan Asosiatif Pengetahuan](#). *Institute of Sport Science, University of Bern, Bern, Swiss*,1-11. Diperoleh pada 7 Agustus 2019, dari <https://www.researchgate.net/publication/323941785>
- Sucipto, Bambang Sutiyono, Indra M. Thohir & Nurhadi. (2000). *Sepak Bola*. Depdikbud.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.
- Tom Fleck dan Ron Quinn. (2007). *Panduan Latihan Sepakbola Andal*. Jakarta : PT Sunda Kelapa Pustaka.