

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DASAR *BALL FEELING* SEPAKBOLA MENGGUNAKAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL PADA SISWA USIA 11 TAHUN SEKOLAH SEPAKBOLA SANGGAR KEGIATAN BELAJAR (SSB SKB) GUDO KABUPATEN JOMBANG

Joan Rhobi Andrianto

Dosen Prodi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan STKIP PGRI Jombang

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan bahan ajar latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola menggunakan media pembelajaran *audio visual* untuk siswa usia 11 tahun di Sekolah Sepakbola Sanggar Kegiatan Belajar (SSB SKB) Gudo Kabupaten Jombang sehingga siswa dapat belajar keterampilan sepakbola berdasarkan keterampilannya. Prosedur pengembangan model latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola ini melalui tahap-tahap sebagai berikut: (1) pengumpulan data informasi, kajian pustaka dan analisis kebutuhan, (2) mengembangkan bentuk produk awal, (3) evaluasi ahli yang terdiri dari 3 orang ahli sepakbola, (4) revisi produk awal, (5) uji kelompok kecil dengan menggunakan 10 subyek, (5) revisi produk utama, (6) uji lapangan (uji kelompok besar) dengan menggunakan 24 subjek, (7) revisi produk akhir berdasarkan hasil uji lapangan (uji kelompok besar), (8) Hasil akhir produk pengembangan dari hasil revisi produk akhir (selanjutnya dibuat video berbentuk VCD pedoman pembelajaran latihan *ball feeling* dalam permainan sepakbola untuk usia 11 tahun Sekolah Sepakbola Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) Gudo Jombang). Kesimpulan dari penelitian pengembangan dan prosedur yang telah dilakukan, maka diperoleh hasil pengembangan model latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola menggunakan media pembelajaran *Audio Visual* VCD pada siswa usia 11 tahun di SSB SKB Gudo Jombang.

Kata Kunci: Pengembangan, Latihan, Teknik Dasar *Ball Feeling* Sepakbola, Media *Audio Visual*.

The purpose of this study was to develop the basic techniques training teaching material football ball feeling using audio-visual learning medium for students aged 11 years in the School of Football SKB Gudo Jombang so it students can learn football skills by their skills. Procedure development model of practice the basic techniques of this soccer ball feeling through the stages as follows: (1) collecting data information, literature review and analysis of needs, (2) develop initial product form, (3) evaluation of experts that consist 3 experts soccer, (4) The revision of the initial product, (5) a small group of test using 10 subjects, (5) the revision of major products, (6) field test (test large groups) by using 24 subjects, (7) the revision of the final product based on the results of the field test (test large groups), (8) the final results of the product development of the revised final product (hereafter devised shaped video VCD learning guidelines exercise ball feeling in the game of football for ages 11 years School Football SKB (SKB) Gudo Jombang). From development and procedures that have been performed, the obtained results of the development model of the basic technical training soccer ball feeling using instructional media Audio Visual VCD at students aged 11 years in SSB SKB Gudo Jombang.

Keywords: Development, Training, Basic Techniques Feeling Ball Football, Media *Audio Visual*.

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, olahraga banyak mengalami peningkatan khususnya olahraga permainan. Mulai dari peraturan sampai model latihan olahraga permainan itu sendiri, sehingga menarik perhatian masyarakat untuk mencobanya. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat digemari oleh berbagai lapisan masyarakat, anak-anak, remaja, orang dewasa gemar menonton dan bermain sepakbola tampak dengan banyaknya kejuaraan-kejuaraan sepakbola mulai antar pelajar (Liga Pendidikan Indonesia), antar Sekolah Sepakbola (SSB) usia dini (Liga Anak), antar klub amatir dan klub profesional. Olahraga permainan ini merupakan gabungan dari beberapa teknik individu dan tim yang menyatu dalam sebuah kerja sama keseluruhan. Dalam hal ini, teknik-teknik *skill* individu yang baik. Pada dasarnya sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh tiap individu-individu (Batty, 2003: 4).

Pembinaan usia muda sangat diperlukan agar pemain tersebut setelah memasuki usia prestasi teknik dasar penguasaan bola bukan merupakan persoalan lagi, dengan demikian kesempatan yang ada bisa digunakan untuk meningkatkan kemampuan yang lain, seperti taktik, fisik, mental, dan kecerdasan dalam bermain sepakbola. Sedangkan dalam kenyataannya pembinaan usia dini seringkali kurang mendapat perhatian yang serius dari para pembinanya. Untuk meningkatkan kemampuan pemain dalam hal penguasaan bola kiranya perlu dicari suatu cara dan waktu yang tepat untuk memberikan latihan-latihan kepada pemain sepakbola usia dini sehingga kelemahan-kelemahan yang menyangkut masalah penguasaan bola dapat diatasi secara optimal.

Di kalangan pelajar olahraga sepakbola banyak digemari, hal tersebut tampak dengan banyaknya sekolah sepakbola yang menyajikan kegiatan latihan-latihan permainan sepakbola di Sekolah Sepakbola (SSB), dan juga berlatih dari teknik dasar sampai ke strategi dan peraturan permainan. Olahraga sepakbola ini dimainkan lebih mengandalkan *skill* individu dan kerja sama tim yang bagus. Akan tetapi sangat sedikit pemahaman dan penguasaan tentang teknik dasar dalam permainan sepakbola yang dilakukan oleh pemain dan pelatih.

Menurut Herwin (2004:21-49) gerak teknik dengan bola meliputi: (1) penguasaan bola dengan bagian tubuh dengan menggunakan *insting* atau perasaan (*ball feeling*), (2) mengumpan bola (*passing*), (3) menendang bola ke arah gawang (*shooting*), (4) menggiring bola (*dribbling*), (5) menerima bola dan menguasai bola (*receiveing and controlling the ball*), (6) menyundul bola (*heading*), (7) gerak tipu (*feinting*), (8) Penjaga Gawang (*goalkeeping*). Dalam permainan sepakbola penguasaan teknik dasar sangatlah di perlukan untuk meningkatkan kemampuan keterampilan *skill* individunya.

Teknik dasar para siswa di SSB SKB Gudo Jombang masih sangat lemah terutama pada teknik dasar *Ball Feeling*, dengan lemahnya teknik dasar *ball feeling* ini maka dapat mempengaruhi teknik dasar sepakbola yang lain, hal ini terbukti dengan lemahnya penguasaan bola, *passing* yang sering salah tidak menuju sasaran yang tepat dan *control* bola yang selalu lepas, gugup dalam menguasai bola sehingga para siswa sering sekali kehilangan bola.

Media pembelajaran *audio visual* dapat menunjang proses penyampaian materi dan pembelajaran teknik dasar *ball feeling* juga dapat membuat motivasi baru dan dapat mempermudah menerima materi yang nantinya di sampaikan tentang penerapan pembelajaran teknik dasar *ball feeling* melalui pendekatan-pendekatan yang dapat memenuhi kebutuhan siswa menurut pertumbuhan dan perkembangannya, sesuai dengan kemajuan teknologi yang ada saat ini dan dapat memudahkan siswa untuk mengingat materi yang diberikan, bahwa itu dapat dikemas lebih menarik dengan menggunakan media *audio visual* pada pembelajaran teknik dasar *ball feeling* sepakbola diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan tugas gerak yang dipelajari.

Pelaksanaan penelitian ini siswa tidak hanya menyaksikan video pembelajaran saja tetapi juga melakukan gerakan-gerakan atau kegiatan-kegiatan pembelajaran tentang teknik dasar *ball feeling* sepakbola di Sekolah Sepakbola SKB Gudo Jombang, dengan seringnya siswa menyaksikan video pembelajaran dengan meniru gerakan-gerakan yang ada di dalamnya, maka siswa akan merekam dalam memori nya dan mudah mengingat gerakan-gerakan teknik dasar *ball feeling* sehingga nantinya akan dengan mudah menirukan variasi latihan *ball feeling* dengan lebih efektif.

Berdasarkan uraian diatas akan mengetahui pentingnya peranan media *audio visual* dalam proses pembelajaran teknik dasar *ball feeling* yang akan dikembangkan. Hal ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul Pengembangan Latihan Teknik Dasar *Ball Feeling* Sepakbola Menggunakan Media Pembelajaran *Audio Visual* Pada Siswa Usia 11 Tahun Sekolah Sepakbola Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) Gudo Kabupaten Jombang.

METODE

Model Pengembangan

Dalam pengembangan ini peneliti merujuk model pengembangan *Research & Development* (R&D) Borg & Gall (1983:775). Langkah-langkah rancangan tersebut adalah sebagai berikut:

(1) Pengumpulan informasi termasuk kajian pustaka dan observasi lapangan, (2) perencanaan termasuk definisi keahlian mulai menentukan objek-objek masalah dalam satu lingkup masalah dan skala tes kecil yang mungkin terjadi, (3) mengembangkan produk awal, (4) persiapan area pengujian diadakan 1-3 sekolah dengan menggunakan 6-12 subyek yang diteliti wawancara, observasi dan data kuisioner dikumpulkan dan di analisis, (5) revisi produk utama, revisi produk seperti yang telah dihasilkan oleh hasil tes persiapan lapangan, (6) tes lapangan utama diadakan di 5-15 sekolah dengan 30-100 subyek sebelum dan sesudah tes dikumpulkan. Hasilnya dievaluasi dengan memperhatikan objek penelitian yang dibandingkan dengan data control kelompok yang tepat, (7) revisi produk operasional, revisi produk yang telah disarankan oleh hasil tes lapangan utama, (8) tes lapangan operasional diadakan 10-30 sekolah dengan melibatkan 40-200 subyek yang diteliti, wawancara, observasi dan kuisioner dikumpulkan dan dianalisis, (9) revisi produk final seperti yang telah disarankan oleh hasil tes lapangan operasional, dan (10) penyebaran dan pelaksanaan laporan pada produk pada saat pertemuan profesional dalam jurnal bekerja dengan bertanggungjawab kepada distribusi komersial dan memonitor distribusi untuk menyediakan kualitas control.

Prosedur Pengembangan

Tahapan dari prosedur pengembangan yang dilakukan dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi. Termasuk observasi lapangan, kajian pustaka serta analisis kebutuhan.
2. Mengembangkan produk awal (peneliti membuat produk model latihan ball feeling sepakbola dalam bentuk teks dilengkapi gambar).
3. Evaluasi produk oleh para ahli (dua ahli sepakbola), (satu ahli media) dan (satu ahli pembelajaran) dan revisi produk.
4. Kegiatan uji coba kelompok kecil yang dilakukan dengan melibatkan 10 subjek.
5. Revisi produk I. Revisi berdasarkan evaluasi para ahli dan kegiatan uji coba kelompok kecil.
6. Kegiatan uji kelompok besar (uji lapangan) dengan menggunakan 24 subjek.
7. Revisi produk akhir berdasarkan hasil uji lapangan.
8. Hasil akhir produk pengembangan dari hasil revisi produk akhir (selanjutnya dibuat video berbentuk VCD pedoman pembelajaran latihan ball feeling dalam permainan

sepakbola untuk usia 11 tahun Sekolah Sepakbola Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) Gudo Jombang).

Uji Coba Produk

Uji coba produk dilakukan dengan mengumpulkan data yang digunakan sebagai dasar untuk menetapkan kelayakan produk model latihan ball feeling. Tahap-tahap yang harus diperhatikan dalam uji coba, antara lain: (1) desain uji coba, (2) subjek uji coba, (3) jenis data, (4) instrumen pengumpulan data, dan (5) teknis analisis data. Berikut ini akan diuraikan lebih jelas mengenai tahap-tahap tersebut.

1. Desain Uji Coba

Tujuan dari penentuan desain uji coba adalah untuk memperoleh data yang dibutuhkan untuk memperbaiki produk awal secara lengkap. Desain uji coba ini dilakukan melalui 3 tahap, yaitu evaluasi ahli sepakbola dan ahli kepelatihan, uji coba kelompok kecil dan uji lapangan kelompok besar.

2. Evaluasi Ahli Sepakbola dan Ahli Kepelatihan

Ahli yang digunakan dalam penelitian ini meliputi ahli sepakbola, ahli kepelatihan. Tujuan evaluasi dari para ahli adalah untuk menguji kelayakan produk yang dibuat dan akan diujicobakan.

3. Uji Coba Kelompok Kecil

Pada uji coba kelompok kecil ini menggunakan 10 orang pemain Sekolah Sepakbola Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) Gudo Jombang usia 11 tahun, yang dilaksanakan di Lapangan Sepakbola Desa Kedung Turi Kecamatan Gudo kabupaten Jombang.

4. Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar dilaksanakan di Lapangan Desa Kedung Turi Kecamatan Gudo Kabupaten Jombang. Bersamaan dengan hal tersebut, diberikan kuesioner berupa pertanyaan untuk mengetahui pendapat pemain tentang bentuk latihan yang telah dilakukan. Tujuan uji coba kelompok besar (uji coba lapangan) adalah untuk menerapkan produk yang telah direvisi dari hasil uji kelompok kecil serta untuk memperoleh masukan data melalui instrumen kuisisioner dalam rangka untuk memperbaiki dan menghasilkan pengembangan model latihan ball feeling yang lebih baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data tinjauan ahli mengenai rancangan produk VCD dan data uji coba yang terdiri dari data uji kelompok kecil dan uji lapangan, analisis data terdiri dari hasil analisis tinjauan ahli mengenai rancangan produk VCD, uji kelompok kecil dan uji lapangan, serta revisi produk hasil pengembangan model latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola menggunakan media pembelajaran *audio visual* VCD pada siswa usia 11 tahun Sekolah Sepakbola Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) Gudo Kabupaten Jombang.

Tabel 1. Hasil Analisis Kebutuhan (Angket) Untuk Peserta SSB SKB Gudo Jombang

No	Soal	Options			
		A	B	C	D
1	Soal 1	4 (16,7%)	4 (16,7%)	15 (62,5%)	1(4,2%)
2	Soal 2	-	8 (33,3%)	16 (66,7%)	-
3	Soal 3	7 (29,2%)	17 (70,9%)	-	-
4	Soal 4	-	24 (100%)	-	-
5	Soal 5	20 (83,33%)	4 (16,67%)	-	-
6	Soal 6	-	24 (100%)	-	-
7	Soal 7	-	24 (100%)	-	-
8	Soal 8	-	24 (100%)	-	-
9	Soal 9	-	24 (100%)	-	-

No	Soal	Options			
		A	B	C	D
10	Soal 10	-	24 (100%)	-	-

Dari angket analisis kebutuhan pada tabel 1, diperoleh hasil bahwa:

1. Sebanyak 62,5% siswa SSB SKB Gudo Jombang usia 11 tahun merasa teknik dasar yang didapat saat ini membosankan
2. Sebanyak 66,7% siswa SSB SKB Gudo Jombang usia 11 tahun melakukan aktifitas latihan sebanyak 3 kali dalam satu minggu
3. Sebanyak 70,9% siswa SSB SKB Gudo Jombang merasa kesulitan dalam melakukan aktifitas teknik dasar
4. Keseluruhan siswa menyatakan belum mendapatkan aktifitas teknik dasar menggunakan media *Audio Visual VCD*
5. Sebanyak 83,33% peserta menyatakan dapat masalah dalam memperagakan gerakan teknik dasar sepakbola
6. Keseluruhan peserta SSB SKB Gudo Jombang menyatakan belum pernah mendapatkan aktifitas teknik dasar menggunakan media *Audio Visual VCD*
7. Keseluruhan siswa SSB SKB Gudo Jombang menyatakan bahwa pelatih menyampaikan materi belum pernah menggunakan alat bantu
8. Keseluruhan siswa SSB SKB Gudo Jombang menyatakan setuju apabila pelatih dalam menyampaikan materi menggunakan media *Audio Visual VCD*
9. Keseluruhan siswa SSB SKB Gudo Jombang menyatakan setuju apabila aktifitas teknik dasar *ball feeling* menggunakan media *Audio Visual VCD*
10. Keseluruhan siswa SSB SKB Gudo Jombang menyatakan setuju apabila aktifitas teknik dasar *ball feeling* menggunakan media *Audio Visual VCD* dikembangkan di SSB SKB Gudo Jombang.

Tabel 2. Hasil Analisis Data Uji Kelompok Kecil

No	Aspek	Persentase (%)	Kriteria
1.	Kejelasan tayangan gambar dan suara dari isi dalam VCD model latihan teknik dasar <i>ball feeling</i> sepakbola	80	Baik digunakan
2.	Kemenarikan tayangan dan jenis musik yang ada didalam VCD model latihan teknik dasar <i>ball feeling</i> sepakbola	90	Baik digunakan
3.	Kesesuaian materi latihan dalam VCD model latihan teknik dasar <i>ball feeling</i> sepakbola	87,5	Baik digunakan
4.	Pemahaman tayangan gambar latihan teknik dasar <i>ball feeling</i> dalam VCD model latihan teknik dasar <i>ball feeling</i> sepakbola	85	Baik digunakan

Berdasarkan dari analisis data uji kelompok kecil pada tabel 2, dapat disimpulkan bahwa penggunaan latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola menggunakan media Audio Visual berupa VCD dapat dilanjutkan untuk uji coba kelompok besar.

Revisi Produk

Berikut ini bagian-bagian yang perlu direvisi berdasarkan saran dan masukan dari para ahli.

1. Ringkasan revisi produk berdasarkan saran masukan ahli kepelatihan sepakbola adalah sebagai berikut:

- (a) Model latihan dibuat lebih bervariasi, teknik dasar yang lebih difokuskan pada *ball feeling*. Pada latihan pergerakan teknik dasar *ball feeling* sudah sesuai dan sebaiknya didalam isi VCD ada penjelasan dan tulisan.
 - (b) Pada model latihan teknik dasar *ball feeling* 1 sampai dengan 15 sudah sesuai dan sebaiknya ada penjelasan diberikan oleh narator.
 - (c) Bentuk latihan dibuat lebih dinamis, disesuaikan dengan situasi permainan sepakbola yang terus berkembang dan berubah-ubah.
 - (d) Model latihan *ball feeling* dalam VCD sudah sesuai, akan lebih baik lagi jika perlakuan yang sama juga diberikan pada seluruh peserta SSB SKB Gudo Jombang.
2. Ringkasan revisi produk berdasarkan saran masukan ahli media adalah sebagai berikut:
- (a) Bagian suara pembuka isi dalam VCD model latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola, suara narator sudah jelas, tetapi intonasinya bisa dioptimalkan lagi.
 - (b) Secara keseluruhan isi pada tayangan dalam VCD sudah bagus, namun durasi waktu tayangan sebaiknya ditambah.
 - (c) *Cover* yang sudah dicetak sudah bagus, sebaiknya menggunakan kertas yang lebih bagus dan ada petunjuk pemanfaatan yang dilengkapi identitas program dan tujuan instruksional.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka produk model latihan teknik dasar *ball feeling* menggunakan media pembelajaran *audio visual* berupa VCD sesuai dengan kebutuhan siswa di Sekolah Sepakbola Sanggar Kegiatan Belajar (SSB SKB) Gudo Jombang. Pada penelitian pengembangan ini ada beberapa temuan dan pembahasan dari produk model latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola.

1. Temuan dari penelitian pengembangan ini adalah: (1) terdapat 15 model latihan teknik dasar *ball feeling*, (2) menggunakan media *Audio Visual* berupa VCD sebagai media pembelajaran untuk mempermudah penerjemahan dari model latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola (3) media penunjang buku panduan pelaksanaan
2. Pembahasan dari temuan penelitian pengembangan ini adalah: (1) model latihan teknik dasar sepakbola sebelumnya dirancang berdasarkan pada teori pada bab II mengenai pergerakan teknik dasar *ball feeling* sepakbola dan sikap pelaksanaan teknik dasar *ball feeling* (2) model latihan teknik dasar *ball feeling* dibuat dengan variasi lebih dan variasi model latihan ditambahkan berdasarkan pada teori pada bab II mengenai variasi yaitu untuk menghindari kejenuhan dari pelaku kegiatan, (3) menggunakan media penunjang buku panduan pelaksanaan dan VCD untuk mempermudah penerjemahan dari model latihan yang dibuat.

Pemanfaatan produk model latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola ini perlu mempertimbangkan kondisi fisik dan mental atau psikis pemain. Sebelum melakukan latihan teknik dasar *ball feeling* sepakbola ini, sebaiknya siswa SSB SKB Gudo Jombang mempelajari model latihan ini melalui buku panduan pelaksanaan dan media pembelajaran VCD sehingga siswa dapat mengetahui dan memahami bagaimana cara melakukan model latihan yang baik dan benar.

Dalam penyebarluasan produk pengembangan ke sasaran yang lebih luas, peneliti memberikan saran yaitu agar model latihan teknik dasar *ball feeling* dalam permainan sepakbola ini dapat digunakan oleh pemain lain, maka sebaiknya media penunjang seperti buku panduan pelaksanaan dan VCD latihan diproduksi lebih banyak lagi atau menurut

kebutuhan, sehingga siswa Sekolah Sepakbola (SSB) atau pemain lain dapat mengetahui dan memahami tentang model latihan teknik dasar *ball feeling* yang akan dipelajari.

Dalam mengembangkan penelitian ini ke arah lebih lanjut, peneliti mempunyai beberapa saran, sebagai berikut.

- (a). Untuk subjek penelitian sebaiknya dilakukan pada subjek yang lebih luas.
- (b). Kegiatan penelitian ini bisa dilakukan di Sekolah Sepakbola atau SSB lain atau di klub sepakbola yang mempunyai kesamaan dengan subjek penelitian baik dari segi usia, mentalitas dan *skill individu* yang dimiliki
- (c). Hasil pengembangan ini hanya sampai tersusun sebuah produk, belum sampai pada tingkat efektivitas produk yang dikembangkan, jadi sebaiknya dilanjutkan pada penelitian mengenai efektivitas produk yang dikembangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 1998. *Prosedur Penelitian, Edisi Revisi IV*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Asyhar, Rayandra. 2012. *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Jakarta: Referensi
- Batty, E.C. 2003. *Latihan Sepakbola: Metode Baru Serangan*. Bandung: Pioner.
- Borg, W.R & Gall, M.D. 1983. *Educational Research An Introduction*. New York: Longman.
- Budiwanto, S. 2004. *Pengetahuan Dasar Melatih Olahraga*. Malang: Jurusan Ilmu Keolahragaan FIP Universitas Negeri Malang.
- Daryanto. 2010. *Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Gava Media.
- Fadilah, Jasa. 2011. *Pengembangan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran*. <http://jasafadilahginting.blogspot.com> [25 Maret 2013]
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Haryono & Yunus. 1991. *Sepakbola I*. Malang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Malang. Proyek Operasi dan Perawatan Fasilitas.
- Herwin. 2013. *Diktat Pembelajaran Keterampilan Sepakbola Dasar*. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jaya, A. 2010. *Futsal*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi.
- Krizzna. 2012. *Rangkuman Repitition Looping*. <http://krizzna.wordpress.com>. [2 April 2013]
- Harsuki. 2013. *Perkembangan Olahraga Terkinik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Luxbacher, J.A. 2010. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Luxbacher, Joe. 2006. *Sepakbola teknik dan Taktik bermain*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Maksum, Ali. 2008. *Psikologi Olahraga, Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mielke, D. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: PT Intan Sejati.
- Mu'arifin. 2002. *Sepakbola*. Universitas Negeri Malang.
- Pate, R. R, Mc Clenaghan, Bruce & Rotella, Robert. 2013. *Dasar-Dasar Ilmiah Kepelatihan*. Terjemahan Kasiyo Dwijowinoto. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Quinn dan Fleck. 2008. *Panduan Latihan Sepakbola Andal*. Jakarta: Sunda Kelapa Pustaka.
- Rofasoccer. 2008. *Teknik Bermain Sepakbola*. <http://rofasoccer.blogspot.com>. (6 Oktober 2012).

- Scheunemann, Timo. 2005. *Dasar Sepakbola Modern*. Malang: Dioma.
- Sneyers, Jozef. 2012. *Sepakbola Remaja*. Jakarta: Rosda Jaya Putra.
- Soedjono. 2008. *Seminar Pembinaan Sepakbola Usia Dini*. Yogyakarta: PSIM.
- Soejoedi, Imam. 1982. *Pengantar buku pegangan guru olahraga di SPG*. Jakarta: Karya Unipress.
- Suci & Theodora. 2009. *Buku Pintar Sepakbola*. Jakarta: Inovasi.
- Sudjana, N. 2000. *Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosada Karya.
- Sugiyanto. 2013. *Teknik Dasar Sepakbola*. (Diktat Kuliah). Yogyakarta: FPOK IKIP.
- Suharno. 2013. *Metodologi Pelatihan*. Jakarta: KONI Pusat.
- Suharto. 2010. *Pedoman dan Modul Pelatihan Kesehatan Olahraga Bagi Pelatih Olahragawan Pelajar*. Jakarta: Depdiknas Pusat Pengembanagn Kualitas Jasmani.
- Sukatamsi. 2013. *Permainan Besar I Sepakbola*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sukmadinata. 2005. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Syahadah, F. C. 2006. *Teknik Sepakbola*. http://syahadah.com/2008_07. [4 Agustus 2013]