

PENGEMBANGAN MODEL-MODEL LATIHAN DRIBBLING DENGAN KAKI BAGIAN LUAR DALAM BENTUK PERMAINAN DI SEKOLAH SEPAKBOLA UNIBRAW'82 MALANG USIA 15-16 TAHUN

Sударsono

sударsonospd79@yahoo.com

IKIP Budi Utomo Malang

Tujuan penelitian pengembangan ini adalah mengembangkan Model-model Latihan Dribbling Dengan kaki bagian luar Dalam Bentuk Permainan Di Sekolah Sepakbola Unibraw'82 Malang Usia 15-16 Tahun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pengembangan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket untuk ahli dan siswa. Dengan kualifikasi, 1 ahli kepelatihan dan 2 ahli permainan sepakbola, sedangkan untuk siswa dilakukan uji coba kelompok kecil sebanyak 10 siswa dan ujicoba kelompok besar sebanyak 30 siswa. Hasil penelitian ini diperoleh sebagai berikut: Ahli kepelatihan diketahui persentase hasil evaluasi dari ahli kepelatihan adalah 81,43%, ahli permainan sepakbola diketahui bahwa rata-rata persentase hasil evaluasi dari dua ahli permainan sepakbola adalah 80,71%, diketahui bahwa jumlah keseluruhan rata-rata persentase hasil uji coba kelompok kecil adalah 82,10%, diketahui bahwa jumlah keseluruhan rata-rata persentase hasil uji coba kelompok besar adalah 83,89%. Kesimpulan penelitian ini model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan sudah sempurna dengan Kriteria baik sehingga model-model latihan tersebut dapat digunakan sebagai media kepelatihan oleh siswa maupun pelatih.

Kata Kunci: *Model Latihan Dribbling, Sepakbola*

The aim of this development research is develop the dribbling exercise models using out side of the foot on games form at Unibraw' 82 Football School Malang Age 15-16 years. The method that be used on this research is development research. The data collecting is done by using questionnaire for expert and student. With qualification, 1 training expert and 2 football game expert. Whereas for student, it had been done training test small group for 10 students and training test large group for 30 students. The result of this research are: training expert, it had been known the percentation of evaluation result 81,43 % for training expert. Football game expert, it had been known that the percentation average of evaluation from 2 football game expert is 80,71 %. It had been known that the sum of percentation average result 82,10 % for small group training test. It had been known that the sum of percentation average result 83,89 % for large group training test. The conclusion of this research is the dribbling exercise models using out side of the foot on games form can be called perfect with goog criteria so these exercise models can be used as training media by student nor coach

Keywords: *Dribbling Exercise Model, Football.*

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di muka bumi ini, dimainkan oleh berjuta-juta manusia baik laki-laki, wanita, tua ataupun muda. Untuk menjadi pemain sepak bola yang handal, seorang pemain harus berlatih secara terencana dan terprogram, baik latihan fisik, teknik, taktik/strategi maupun latihan mental. Menurut Harsono (1988:100) bahwa ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu (a) latihan fisik, (b) latihan teknik, (c) latihan taktik, dan (d) latihan mental.

Prinsip latihan menurut Harsono (1988:102-121): (1) beban lebih, (2) perkembangan menyeluruh, (3) spesialisasi, (4) individualisasi, (5) intensitas latihan, (6) kualitas latihan, (7) variasi latihan, (8) lama latihan. Beberapa komponen fisik yang perlu diperhatikan untuk dikembangkan adalah, daya tahan kardiovaskular, daya tahan kekuatan, kekuatan otot (*strength*), kelentukan (*flexibility*), kecepatan, stamina, kelincahan (*agility*), power. Latihan teknik yang perlu dilakukan adalah untuk mepermahirkan teknik-teknik gerakan yang diperlukan untuk mampu melakukan cabang olahraga yang dilakukan atlet; misalnya teknik menendang bola, melempar lembing, menangkap bola, membendung smes, dan sebagainya. Latihan taktik bertujuan untuk menumbuhkan perkembangan *interpretive* atau daya tafsir pada atlet, sedangkan latihan-latihan mental adalah latihan-latihan yang lebih menekankan pada perkembangan emosional impulsif; misalnya semangat bertanding, sikap pantang menyerah, keseimbangan emosi meskipun berada dalam situasi stress, sportivitas, percaya diri, kejujuran, dan sebagainya (Harsono, 1988: 100-101). Latihan tidak hanya latihan fisik saja tetapi latihan teknik juga sangat penting seperti latihan *dribbling* bola. *Dribbling* bola merupakan salah satu unsur teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola, seorang pemain yang memiliki *dribbling* bola yang bagus akan memudahkan memasuki pertahanan lawan dan memudahkan untuk mencetak goal. *Dribbling* bola identik membawa bola sambil berlari, bola selalu dalam penguasaan atau kontrol pemain.

Teknik menggiring bola sangat penting untuk dapat melewati lawan dan masuk ke pertahanan lawan sehingga memudahkan untuk dapat mencetak goal. Menggiring bola (*dribbling*) dalam sebuah pertandingan memerlukan kombinasi antara teknik dasar menggiring bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam maupun punggung kaki (Mahardika, 2010:128). Menurut Roni Mansur (2007:13) menyatakan: *The most important skill for beginners is dribbling* (skill yang terpenting untuk pemula adalah menggiring). *Dribbling* menjadi komponen yang sangat penting bagi pesepakbola karena *dribbling* dalam sepak bola dikategorikan ke dalam gerakan menggiring bola dengan mempercepat gerakan dengan cepat merubah arah sehingga memudahkan pemain untuk melindungi bola dan memudahkan untuk masuk pertahanan lawan dan dapat mudah mencetak goal.

Latihan teknik merupakan prioritas latihan sepakbola pemula. Artinya menekankan latihan tehcnical-skill. Unsur teknik sepakbola adalah perasaan dengan bola (*feeling ball*), cara menggiring (*dribbling*), menembak (*shooting*), mengumpan (*passing*), mengontrol (*controlling*), menyundul (*heading*), melempar (*throw-in*) serta latihan penjaga gawang (*goal-keeper training*) (Bahalwan, 2002:34).

Teknik *dribbling* (menggiring bola) terbagi menjadi tiga macam :

- (1) Teknik *dribbling* dengan kura-kura bagian dalam,
- (2) Teknik *dribbling* dengan kura-kura penuh (punggung kaki).
- (3) Teknik *dribbling* dengankura-kura bagian luar.

Pemain yang memiliki fisik bagus, mental bagus akan memudahkan pemain untuk mengeluarkan teknik-teknik yang dimilikinya, seperti kemampuan mengontrol bola, *shooting*, *passing* ataupun kemampuan *dribbling* bola. *Dribbling* bola merupakan salah satu unsur teknik yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola, karena dengan kemampuan *dribbling* bola yang bagus, seorang pemain akan dengan mudah masuk ke pertahanan lawan dan bisa mencetak goal. Seorang pemain yang memiliki kemampuan *dribbling* bola yang bagus dan kemampuan melewati lawan akan mudah pula mengobrak abrik pertahanan lawan. Joseph A Luxbacher (2012:47) berpendapat bahwa penggiringan bola dalam sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan bola basket yaitu memungkinkan anda untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka.

Andik Vermansyah pemain Timnas Indonesia U23 tahun salah satu contoh pemain yang memiliki kemampuan *dribbling* bola yang bagus, sehingga memudahkan Andik

Vermansyah masuk ke pertahanan lawan dan mengobrak abrik pertahanan lawan. Di Manchester United ada Ryan Gigs yang memiliki kemampuan *dribbling* yang bagus, gerakan Ryan Gigs dalam *dribbling* bola sangat cepat disertai gerak tipu yang sangat memukau dan pintar mengecoh lawan.

Dribbling (menggiring bola) memiliki beberapa kegunaan yaitu sebagai: (a) Untuk melewati lawan. (b) Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat (c) Untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman. (d) Untuk bisa menggiring bola dengan baik harus terlebih dahulu bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik (Fajar-agni-fauzan.blogspot.com/2012/04/sepak-bola.html).

Disamping *dribbling* bertujuan untuk melewati lawan, *dribbling* juga dipergunakan untuk penguasaan bola dan penetrasi ke pertahanan lawan. Menurut LA84 Foundation (2008:108-109) menyatakan bahwa *Dribbling for possession. Possession dribbling is a difficult technique to master because a player with the ball usually faces intense defensive pressure, limiting the amount of space he or she has in which to work* (*dribbling* untuk penguasaan. Penguasaan dalam *dribbling* adalah sesuatu teknik yang sulit untuk menguasai bola, karena seorang pemain dengan bola selalu menghadapi tekanan dari pemain bertahan, terbatasnya ruang dan dia harus bergerak). *Dribbling for penetration. Dribbling for penetration simply means to attack the defender using the dribble as a way of advancing toward your opponent's goal. Players should attack the open space behind the defender in a manner that takes them directly toward the opponent's goal by being creative and using different dribbling feints to beat the defender. Emphasize the importance of exploding, or accelerating, into the open space that was created by the feint. This change of pace allows the player with the ball to leave the defender behind and penetrate toward the goal* (*Dribbling* untuk penetrasi, *Dribbling* untuk penetrasi maksudnya serangan yang simple (mudah) ke pertahanan lawan menggunakan *dribbling* sebagai cara memasuki daerah pertahanan lawan. Seorang pemain dalam menyerang ke ruang yang kosong dari pemain bertahan, ini sebuah cara melakukan serangan ke daerah lawan secara langsung, secara kreatif dan menggunakan *dribbling* yang berbeda dengan berpura-pura menipu pemain bertahan, menekankan kemampuan yang penting mempercepat, membuka ruang yang kosong dengan kreasi berpura-pura. Perubahan ini membiarkan langkah pemain dengan bola, membiarkan pemain bertahan bergerak ke samping dan menekan untuk mencetak gol).

Pelatih mempunyai peranan yang sangat penting dalam mencetak seorang pemain yang handal dan berkualitas, oleh sebab itu pelatih harus mampu menciptakan dan membuat program kepelatihan sebaik mungkin. Seorang pelatih harus juga mampu membuat suasana latihan yang menyenangkan dan mengembirakan, serta mampu membuat variasi-variasi latihan sehingga pemain tidak merasa bosan dan jenuh dalam latihan. Dalam memberikan latihan pada umumnya pelatih tidak membuat rancangan kepelatihan, tetapi apa yang ada dalam pikirannya itu yang diberikan, sehingga dalam latihan tujuan latihan kurang tepat sasaran.

Seorang pelatih harus senantiasa menyiapkan diri untuk menjawab setiap perkembangan jaman dengan berbagai penguasaan informasi dan teknologi. Pelatih yang baik adalah pelatih yang sangat memperhatikan kesalahan-kesalahan dalam latihan maupun dalam pertandingan, sekecil apapun kesalahan yang dilakukan oleh pemain dan memperbaikinya. Dengan variasi-variasi latihan yang baik, pemain tidak akan merasa bosan, baik variasi dalam latihan *dribbling* maupun variasi dalam latihan yang lain. Variasi dalam latihan *dribbling* sangat diperlukan supaya pemain merasa senang dan gembira.

Akan tetapi pelatih dalam memberikan latihan *dribbling* bola di sekolah sepakbola masih kurang bervariasi, sehingga pemain menjadi bosan dan malas dalam latihan. Latihan yang diberikan oleh pelatih sering kali monoton sehingga banyak siswa yang tidak mau melakukan jika tidak disuruh oleh pelatih. Berdasarkan pengamatan di sekolah sepakbola Unibraw'82 Malang yang dilakukan peneliti menemukan beberapa sumber permasalahan dalam latihan *dribbling* bola yaitu: (1) pelatih dalam memberikan latihan *dribbling* bola kurang bervariasi dan masih monoton, (2) siswa dalam latihan *dribbling* bola merasa bosan dan malas melakukan jika tidak disuruh oleh pelatih, (3) prasarana masih sangat kurang menunjang dalam proses latihan di sekolah sepakbola Unibraw'82 Malang terutama bola.

Dasar lain perlu dikembangkan model-model latihan *dribbling* dalam bentuk permainan adalah analisis kebutuhan yang dilakukan oleh peneliti melalui angket yang disebar pada 10 (sepuluh) siswa sekolah sepakbola Unibraw'82 Malang. Dari data tersebut diperoleh kesimpulan sebagai berikut: (1) 80% siswa mengalami permasalahan dalam latihan *dribbling* bola, (2) 95% siswa dalam mengikuti latihan *dribbling* bola merasa bosan dan malas, (3) ketika pelatih memberikan latihan *dribbling*, 80% siswa sering menunggu untuk mendapatkan giliran *dribbling* bola, (4) 82,50% siswa setuju dengan diadakannya pengembangan model-model latihan *dribbling* bola sesuai dengan karakteristik sekolah sepakbola, khususnya sekolah sepakbola Unibraw'82 Malang. Sedangkan hasil analisis kebutuhan dengan pelatih sekolah sepakbola Unibraw'82 Malang, pelatih sangat setuju pula diadakan pengembangan model-model latihan *dribbling* bola. Sebenarnya siswa senang dalam latihan *dribbling* bola, namun latihan yang diberikan pelatih kurang bervariasi dan monoton mereka bosan dan malas melakukannya jika tidak disuruh oleh pelatih.

METODE

Metode pengembangan model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan di sekolah sepakbola Unibraw'82 Malang menggunakan metode pengembangan. Prosedur penelitian ini menggunakan prosedur pengembangan Borg and Gall dalam Winarno (2011:77). Dalam pengembangan ini peneliti tidak memakai seluruhnya yaitu 10 langkah dari model ini, tetapi hanya memakai 7 langkah atau 7 tahap dari model pengembangan Borg and Gall yaitu, (1) penelitian & pengumpulan informasi dalam melakukan analisis kebutuhan (need assesment) dengan cara mereview literatur, melakukan observasi kelas, melakukan studi pendahuluan, dll. (2) Perencanaan. Perencanaan pengembangan dilakukan dengan menentukan tujuan, membatasi ruang lingkup, dan mempersiapkan rencana uji coba dengan skala tertentu. (3) Pengembangan produk (persiapan penyusunan materi instruksional, buku, dan alat evaluasi). (4) Persiapan uji coba kelompok kecil, 1-3 sekolah, menggunakan 6-12 subjek. (5) Revisi produk pertama berdasarkan uji coba lapangan. (6) Uji coba lapangan, 5-6 sekolah, menggunakan 30-100 subjek. (7) Revisi produk kedua berdasarkan uji hasil uji coba lapangan.

Penelitian pengembangan ini tidak memakai sepuluh langkah mengingat jumlah sekolah sepakbola yang diteliti hanya satu sekolah sepakbola dan hanya usia 15-16 tahun, maka peneliti menyederhanakan langkah penelitian yang dilakukan. Putra (2012:109) berpendapat bahwa di dalam *RnD*, konsep tidak boleh dibiarkan menjadi sekadar kecanggihan berpikir. Konsep mesti dapat diwujudkan dalam bentuk empiris, yang teraba, terukur dan terlihat. Jadi tidak cukup hanya terasa. Inilah yang dimaksud dengan analisis dan arsitektur. Arsitektur bermakna rancang bangun. Artinya konsep harus dibuat kongkret/nyata. Kekongkretan itu memiliki jenjang yang bertingkat, mulai dari denah sederhana, gambar yang lebih kompleks hingga contoh model tiga dimensi. Mulai dari penjelasan verbal sederhana, brosur, hingga buku yang berisi uraian yang sangat lengkap. Bentuk kongkret inilah yang nanti dikembangkan dan diujicobakan menjadi bentuk awal

yang lebih terstruktur yang biasa disebut prototipe. Kegiatan pengembangan (*development*) biasanya baru dimulai dari prototipe ini, yang akan diuji coba dan terus direvisi, dievaluasi, dikembangkan, dan disempurnakan.

Menurut Ardhana dalam Sainal (2012: 25) bahwa setiap pengembang tentu saja dapat memilih dan menentukan langkah-langkah yang paling tepat bagi dirinya berdasarkan kondisi khusus yang dihadapinya dalam proses pengembangan. Ia juga dapat melakukan modifikasi dari langkah-langkah yang di kenalnya berdasarkan pertimbangan-pertimbangannya yang terbaik. Dari uraian tersebut jelas bahwa pengembang dapat menentukan langkah penelitian berdasarkan kondisi khusus yang dihadapi.

Data yang diperoleh dari hasil evaluasi ahli, uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar berupa data kualitatif dan kuantitatif. Data kuantitatif dan kualitatif diperoleh dari hasil evaluasi berupa masukan dan saran. Sedangkan data kuantitatif dari hasil uji kelompok kecil dan kelompok besar berupa presentasi dari hasil pengumpulan dari kuesioner.

Pada penelitian model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan ini digunakan adalah berupa angket yaitu angket: (1) analisis kebutuhan (2) evaluasi dan validasi ahli (3) uji coba kelompok kecil, dan (4) uji coba kelompok besar. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa angket. Angket tersebut di berikan kepada ahli kepelatihan, ahli permainan sepak bola, dan siswa sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang Usia 15-16 tahun, yang isinya di bedakan sesuai fungsi dan kebutuhan, angket untuk ahli dititik beratkan kepada produk yang dibuat. Sedangkan untuk siswa dititik beratkan pada pemanfaatan produk yang dikembangkan.

Setelah data diperoleh kemudian dilakukan analisis data yang setiap subjek yang meliputi evaluasi yang meliputi evaluasi ahli kepelatihan, ahli permainan sepak bola dan uji coba siswa, dengan pedoman sebagai berikut:

1. Jawaban a mempunyai nilai atau skor 4
2. Jawaban b mempunyai nilai atau skor 3.
3. Jawaban c mempunyai nilai atau skor 2.
4. Jawaban d mempunyai nilai atau skor 1 (Cresweell John W dalam Sainal, 2012:32).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase, digunakan untuk mengolah data dari hasil penyebaran angket kepada, ahli kepelatihan, ahli permainan sepak bola, dan siswa sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang. Rumus yang akan digunakan untuk mengolah data adalah sebagai berikut (Sudijono, 2010:43) :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

- f : frekuensi yang sedang dicari persentasenya
 N : *Number of cases* (Jumlah frekuensi/banyaknya individu)
 P : angka persentase
 100% : konstanta

Untuk mempermudah menggolongkan dan pengklarifikasian hasil analisis digunakan klasifikasi persentase sebagai berikut: (Arikunto, 2010: 387)

- Presentase kategori baik adalah = > 75%
 Presentase kategori cukup adalah = 60% - 75%
 Presentase kategori kurang baik adalah = < 60%

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penyajian Data Uji Coba

Pada hasil pengembangan akan disajikan data tentang (1) analisis kebutuhan, (2) ahli kepelatihan dan ahli permainan sepak bola, (3) uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar, (4) siswa sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang Usia 15-16 tahun. Peneliti untuk mendapatkan data uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan, peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa angket. Untuk data evaluasi menggunakan instrumen dalam bentuk angket ditujukan pada 3 ahli yaitu 1 ahli kepelatihan 2 ahli permainan sepak bola. Untuk uji coba, angket ditujukan pada kelompok kecil sebanyak 10 orang, dan untuk kelompok besar sebanyak 30 orang. Pada tabel 1 berikut akan menyajikan data hasil analisis kebutuhan, data evaluasi dari satu orang ahli media kepelatihan dan 2 orang ahli permainan sepak bola, uji coba kelompok kecil maupun kelompok besar.

Tabel 1. Data Hasil Analisis Kebutuhan, Evaluasi Ahli, Uji coba Kelompok Kecil, Uji coba Kelompok Besar

No.	Komponen	Temuan
1.	Analisis Kebutuhan	
	a. Hasil analisis kebutuhan pelatih sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang melalui angket yang diberikan kepada pelatih.	b. Pelatih dalam memberikan latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar kurang bervariasi. c. Prasarana di sekolah sepak bola Unibraw,82 Malang kurang menunjang. d. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar perlu diberikan di sekolah sepak bola. e. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar perlu dikembangkan di sekolah sepak bola. f. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar sangat penting dikembangkan di sekolah sepak bola. g. Diketahui persentase hasil analisis kebutuhan pelatih adalah 83,00%.
	b. Hasil analisis kebutuhan siswa sekolah sepak bola Unibraw,82 Malang melalui angket yang diberikan pada siswa.	a. Siswa mengalami kesulitan b. dalam latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar. c. Siswa merasa bosan dalam latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar. d. Dalam latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar siswa sering menunggu giliran. e. Pengembangan model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar yang bervariasi sangat penting dikembangkan. f. Siswa sangat setuju dikembangkan model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar yang bervariasi. g. Diketahui persentase hasil analisis kebutuhan pemain adalah 85,30%.
2.	Evaluasi Ahli	
	a. Hasil evaluasi ahli	a. Dari evaluasi ahli kepelatihan diperoleh hasil 81,43 % sehingga Buku model-model latihan

No.	Komponen	Temuan
	kepelatihan (n = 1) dengan jumlah instrumen sebanyak 35 pertanyaan.	<i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan dapat digunakan
	b. Hasil evaluasi ahli Permainan sepak bola (n = 2) dengan jumlah instrumen sebanyak 35 pertanyaan.	b. Masukan atau saran pada buku model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan yaitu: 1) area latihan (luas) harus disesuaikan dengan usia pemain, 2) setiap model latihan harus ada waktu/durasi pelaksanaan, 3) gambar cover kurang menarik, sebaiknya di perbesar. a. Dari evaluasi kedua ahli permainan sepak bola diperoleh hasil b. 80,71 % sehingga <i>Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan</i> dapat di gunakan. c. Cover agar diperjelas. d. Gambar hal 57,59 agar diperjelas tanda cones jarak antara pemain satu dengan pemain lain. e. Untuk hal 42 dan 46 untuk gawang supaya diganti dengan cones. f. Untuk hal 61 di gambar diperjelas jarak garis samping ke gawang bola biar lebih jelas. g. Waktu setiap model latihan agar disesuaikan dengan usia pemain.
3.	Evaluasi Kelompok Uji Coba	
	a. Hasil uji coba tahap I (kelompok kecil) (n = 10) dengan jumlah instrument 30 pertanyaan.	a. <i>Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan</i> dapat digunakan, dijawab 82,10 % olehsiswa b. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan variasi 1 sampai 10 sesuai buat pemain usia 15-16 tahun. c. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan variasi 1 sampai 10 mudah dipahami oleh pemain usia 15-16 tahun. d. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan variasi 1 sampai 10 mudah dilakukan oleh pemain usia 15-16 tahun.
	b. Hasil uji coba (kelompok besar) (n = 30) dengan jumlah instrumen 30 pertanyaan.	a. <i>Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan</i> dapat digunakan, siswa menyatakan 83,89%. b. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan variasi 1 sampai 10 sangat sesuai buat pemain usia 15-16 tahun. c. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan variasi 1 sampai 10 sangat mudah dilakukan oleh pemain usia 15-16 tahun.

No.	Komponen	Temuan
		d. Model-model latihan <i>dribbling</i> dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan variasi 1 sampai 10 mudah dilakukan oleh pemain usia 15-16 tahun.

Pengolahan Data Evaluasi Ahli

Ahli Kepelatihan

Evaluasi ahli kepelatihan dilakukan oleh Fahrial Amiq, S.or, MPd yang bersangkutan memiliki kriteria sebagai berikut: (1) dosen UM Malang fakultas ilmu keolahragaan. (2) mempunyai sertifikat pelatih lisence C Nasional. Paparan data hasil evaluasi ahli media kepelatihan disajikan pada tabel 2. Tabel 2 berikut menyajikan data hasil evaluasi ahli kepelatihan terhadap rancangan pengembangan *Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan* dengan pedoman berikut: (1) Skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat tepat, sangat menarik, sangat mudah, sangat sesuai; (2) Skor 3 apabila jawaban jelas, tepat, menarik, mudah, sesuai; (3) Skor 2 apabila jawaban kurang jelas, kurang tepat, kurang menarik, sulit, kurang sesuai; (4) Skor 1 apabila jawaban tidak jelas, tidak tepat, tidak menarik, sangat sulit, tidak sesuai. Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa persentase hasil evaluasi dari ahli kepelatihan adalah 81,43%.

Tabel 2. Data Hasil Evaluasi Ahli kepelatihan (n = 1) dengan Instrumen sebanyak 35 Pertanyaan

No.	Ahli	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1.	Ahli Kepelatihan	35	140	114	81,43%

Ahli Permainan sepak bola

Evaluasi ahli permainan sepak bola dilakukan oleh: (1) Miftachul Huda sebagai pelatih sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang dan mantan pemain Arema Malang, Pelita, Perseden Denpasar, PSSI U-19, PSSI U-23 yang berlicense D Nasional. (2) Rakryan Lagawan Sheda sebagai pelatih sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang dan mantan pelatih Banteng Muda U-11 tahun, mantan pemain Persikapro, Persema U-21, PS. Jembrana Bali, yang berlicense D Nasional. Paparan hasil evaluasi ahli tersebut disajikan pada tabel 3.

Tabel 3 berikut ini menyajikan data hasil evaluasi ahli permainan sepak bola terhadap rancangan *Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan* dengan pedoman sebagai berikut: (1) Skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat tepat, sangat menarik, sangat mudah, sangat sesuai; (2) Skor 3 apabila jawaban jelas, tepat, menarik, mudah, sesuai; (3) Skor 2 apabila jawaban kurang jelas, kurang tepat, kurang menarik, sulit, kurang sesuai; (4) Skor 1 apabila jawaban tidak jelas, tidak tepat, tidak menarik, sangat sulit, tidak sesuai. Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa rata-rata persentase hasil evaluasi dari dua ahli pembelajaran 80,71%.

Tabel 3 Data Hasil Evaluasi Ahli Permainan sepakbola (n = 2) dengan Instrumen sebanyak 35 Pertanyaan

No.	Ahli	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1.	Ahli permainan sepakbola 1	35	140	109	77,86%
2.	Ahli permainan sepakbola 2	35	140	117	83,57%
	<i>Rata-rata</i>				80,71%

Pengolahan Data Keseluruhan Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba kelompok kecil dilakukan pada siswa sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang usia 15-16 tahun sejumlah 10 siswa diperoleh hasil seperti yang disajikan pada tabel 4. Tabel 4. berikut ini menyajikan data hasil uji coba kelompok kecil terhadap rancangan *Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan* dengan pedoman sebagai berikut: (1) Skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat menarik, sangat mudah, sangat sesuai; (2) Skor 3 apabila jawaban jelas, menarik, mudah, sesuai; (3) Skor 2 apabila jawaban kurang jelas, kurang menarik, sulit, kurang sesuai; (4) Skor 1 apabila jawaban tidak jelas, tidak menarik, sangat sulit, tidak sesuai. Berdasarkan Tabel 4. dapat diketahui bahwa jumlah keseluruhan rata-rata persentase hasil uji coba kelompok kecil adalah 82,10%.

Tabel 4. Data Hasil Keseluruhan Hasil Uji Coba Kelompok kecil dengan Instrumen sebanyak 30 Pertanyaan

No.	Komponen	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1.	Uji Coba Kelompok Kecil Dengan n=10	300	1200	985	82,10%

Pengolahan Data Keseluruhan Hasil Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar dilakukan pada siswa sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang usia 15-16 tahun sejumlah 30 siswa diperoleh hasil seperti yang disajikan pada tabel 5. Tabel 5 berikut ini menyajikan data hasil uji coba kelompok besar terhadap rancangan *Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan* dengan pedoman sebagai berikut: (1) Skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat tepat, sangat menarik, sangat mudah, sangat sesuai; (2) Skor 3 apabila jawaban jelas, tepat, menarik, mudah, sesuai; (3) Skor 2 apabila jawaban kurang jelas, kurang tepat, kurang menarik, sulit, kurang sesuai; (4) Skor 1 apabila jawaban tidak jelas, tidak tepat, tidak menarik, sangat sulit, tidak sesuai. Berdasarkan Tabel 5 dapat diketahui bahwa jumlah jumlah keseluruhan rata-rata persentase hasil uji coba kelompok besar adalah 83,89%.

Tabel 5. Data Hasil Keseluruhan Hasil Uji Coba Kelompok Besar dengan Instrumen sebanyak 30 Pertanyaan

No.	Komponen	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1.	Uji Coba Kelompok Besar Dengan n = 30	900	3600	3020	83,89%

Analisa Data

Berdasarkan sajian data, pada bagian ini akan diuraikan analisis data yang di peroleh dari ahli kepelatihan, ahli permainan sepak bola dan siswa sekolah sepak bola Unibraw'82 Malang usia 15-16 tahun pada uji coba kelompok kecil maupun kelompok besar.

Analisis Data Ahli Kepelatihan.

Berdasarkan analisis data dari ahli kepelatihan, area latihan (luas) harus disesuaikan dengan usia pemain, setiap model latihan harus ada waktu/ durasi pelaksanaan dan gambar cover kurang menarik, sebaiknya di perbesar dan **perlu disempurnakan**. **Kejelasan** tulisan cover, tulisan halaman judul, isi kata pengantar, daftar isi, penulisan pendahuluan, susunan kalimat keseluruhan uraian materi, keseluruhan uraian materi, dan **ketepatan** tulisan halaman judul, penempatan kata pengantar, penempatan daftar isi, penempatan penulisan pendahuluan, keseluruhan uraian materi, keseluruhan ukuran huruf uraian materi, keseluruhan jenis huruf uraian materi, keseluruhan jarak spasi uraian materi, penempatan

gambar, dan **Kemenarikan** tulisan, gambar cover, tulisan halaman judul, gambar model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dan **Kemudahan** kata pengantar, daftar isi, pendahuluan, keseluruhan uraian materi, gambar model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dan **kesesuaian** daftar isi, sistematika penulisan daftar isi, penulisan pendahuluan, keseluruhan uraian materi, keseluruhan konsekwensi uraian materi, keseluruhan sistematika penulisan uraian materi, penempatan gambar, bahasa soal latihan, **sudah sempurna**. Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa persentase hasil analisis data dari ahli kepelatihan adalah 81,43% dengan kriteria **baik** sehingga *Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan* dapat digunakan. Saran-saran terhadap hasil pengembangan buku ajar adalah sebagai berikut: (1) area latihan (luas) harus disesuaikan dengan usia pemain, (2) setiap model latihan harus ada waktu/ durasi pelaksanaan, (3) gambar cover kurang menarik, sebaiknya di perbesar

Analisis Data Ahli Permainan sepak bola.

Berdasarkan analisis data dari ahli permainan sepak bola, ketepatan perpaduan warna cover, **perlu disempurnakan**. **Kejelasan** tulisan cover, tulisan halaman judul, isi kata pengantar, daftar isi, penulisan pendahuluan, susunan kalimat keseluruhan uraian materi, keseluruhan uraian materi, dan **ketepatan** tulisan halaman judul, penempatan kata pengantar, penempatan daftar isi, penempatan penulisan pendahuluan, keseluruhan uraian materi, keseluruhan ukuran huruf uraian materi, keseluruhan jenis huruf uraian materi, keseluruhan jarak spasi uraian materi, penempatan gambar, dan **Kemenarikan** tulisan, gambar cover, tulisan halaman judul, gambar model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dan **Kemudahan** kata pengantar, daftar isi, pendahuluan, keseluruhan uraian materi, gambar model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dan **kesesuaian** daftar isi, sistematika penulisan daftar isi, penulisan pendahuluan, keseluruhan uraian materi, keseluruhan konsekwensi uraian materi, keseluruhan sistematika penulisan uraian materi, penempatan gambar, bahasa soal latihan, **sudah sempurna**.

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa rata-rata persentase hasil analisis data dari dua ahli permainan sepak bola adalah 80,71% dengan Kriteria **baik**, sehingga *Buku model-moodel latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan* dapat digunakan. Saran- saran terhadap pengembangan buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan ahli permainan sepak bola sebagai berikut: (1) cover agar diperjelas, (2) gambar hal 57,59 agar diperjelas tanda cones jarak antara pemain satu dengan pemain lain, (3) untuk hal 42 dan 46 untuk gawang supaya diganti dengan cones, (4) untuk hal 61 di gambar diperjelas jarak garis samping ke gawang bola biar lebih jelas, (5) untuk setiap model latihan agar disesuaikan dengan usia pemain.

Analisis Data Kelompok Kecil

Berdasarkan analisis data dari Kelompok kecil, **Kejelasan** tulisan cover, tulisan halaman judul, isi kata pengantar, daftar isi, penulisan pendahuluan, susunan kalimat keseluruhan uraian materi, keseluruhan uraian materi, dan **ketepatan** tulisan halaman judul, penempatan kata pengantar, penempatan daftar isi, penempatan penulisan pendahuluan, keseluruhan uraian materi, keseluruhan ukuran huruf uraian materi, keseluruhan jenis huruf uraian materi, keseluruhan jarak spasi uraian materi, penempatan gambar, dan **Kemenarikan** tulisan, gambar cover, tulisan halaman judul, gambar model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dan **Kemudahan** kata pengantar, daftar isi, pendahuluan, keseluruhan uraian materi, gambar model-model latihan *dribbling* dan **kesesuaian** daftar isi, sistematika penulisan daftar isi, penulisan pendahuluan, keseluruhan uraian materi, keseluruhan konsekwensi uraian materi, keseluruhan sistematika penulisan uraian materi, penempatan gambar, bahasa soal latihan, **sudah sempurna**.

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa rata-rata persentase hasil analisis data uji coba kelompok kecil adalah 82,10% dengan kriteria **baik**, sehingga *Buku model-model*

latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan dapat digunakan. Saran-saran terhadap hasil pengembangan buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan adalah sebagai berikut: Untuk cover agar dibuat lebih menarik lagi, buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan ini Sebaiknya perlu di perbanyak lagi.

Analisis Data Kelompok Besar

Berdasarkan analisis data dari Kelompok besar, **Kejelasan** tulisan cover, tulisan halaman judul, isi kata pengantar, daftar isi, penulisan pendahuluan, susunan kalimat keseluruhan uraian materi, keseluruhan uraian materi, dan **ketepatan** tulisan halaman judul, penempatan kata pengantar, penempatan daftar isi, penempatan penulisan pendahuluan, keseluruhan uraian materi, keseluruhan ukuran huruf uraian materi, keseluruhan jenis huruf uraian materi, keseluruhan jarak spasi uraian materi, penempatan gambar, dan **Kemenarikan** tulisan, gambar cover, tulisan halaman judul, gambar model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dan **Kemudahan** kata pengantar, daftar isi, pendahuluan, keseluruhan uraian materi, gambar model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dan **kesesuaian** daftar isi, sistematika penulisan daftar isi, penulisan pendahuluan, keseluruhan uraian materi, keseluruhan konsekwensi uraian materi, keseluruhan sistematika penulisan uraian materi, penempatan gambar, bahasa soal latihan, **sudah sempurna**. Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa rata-rata persentase hasil analisis data uji coba kelompok besar adalah 83,89% dengan kriteria **baik**, sehingga *Buku model-model latihan dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan* dapat digunakan.

Revisi Produk

Berdasarkan data yang di kumpulkan dari ahli kepelatihan, ahli permainan sepak bola yang harus direvisi, hal ini dilakukan untuk lebih mengoptimalkan manfaat buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan sebagai sumber belajar dalam kepelatihan bagi siswa Sekolah Sepak bola Unibraw'82 Malang, khususnya materi variasi latihan *dribbling*. Revisi yang dilakukan dari tanggapan atau penilaian ahli kepelatihan adalah (1) kemenarikan gambar cover, ketepatan perpaduan warna cover buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan, (2) area latihan (luas) disesuaikan dengan usia pemain, (3) waktu/ durasi pelaksanaan setiap model latihan disesuaikan usia pemain. Saran atau masukan dari ahli kepelatihan adalah (1) area latihan (luas) harus disesuaikan dengan usia pemain, (2) setiap model latihan harus ada waktu/ durasi pelaksanaan, (3) gambar cover kurang menarik, sebaiknya di perbesar.

Revisi produk yang diperoleh dari tanggapan penilaian ahli permainan sepak bola adalah (1) cover diperjelas, (2) gambar hal 57,59 diperjelas dengan tanda cones jarak antara pemain satu dengan pemain lain, (3) untuk hal 42 dan 46 untuk gawang diganti dengan cones, (4) untuk hal 61 gambar diperjelas jarak garis samping ke gawang bola, (5) untuk setiap model latihan disesuaikan dengan usia pemain. Saran atau masukan dari ahli permainan sepak bola adalah (1) cover agar diperjelas, (2) gambar hal 57,59 agar diperjelas tanda cones jarak antara pemain satu dengan pemain lain, (3) untuk hal 42 dan 46 untuk gawang supaya diganti dengan cones, (4) untuk hal 61 di gambar diperjelas jarak garis samping ke gawang bola biar lebih jelas, (5) untuk setiap model latihan agar disesuaikan dengan usia pemain. Revisi yang diperoleh dari tanggapan atau penilaian siswa pada uji coba pada produk kelompok kecil adalah kemenarikan tampilan cover. Saran dan masukan yang diperoleh dari siswa uji coba kelompok kecil adalah untuk cover agar dibuat lebih menarik lagi.

PEMBAHASAN

Dribbling bola merupakan salah satu unsur teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola, seorang pemain yang memiliki *dribbling* bola yang bagus akan memudahkan memasuki pertahanan lawan dan memudahkan untuk mencetak goal. *Dribbling* bola identik membawa bola sambil berlari, bola selalu dalam penguasaan atau kontrol pemain. Teknik menggiring bola sangat penting untuk dapat melewati lawan dan masuk ke pertahanan lawan sehingga memudahkan untuk dapat mencetak goal. Menggiring bola (*dribbling*) dalam sebuah pertandingan memerlukan kombinasi antara teknik dasar menggiring bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam maupun punggung kaki (Made Sriundy Mahardika, 2010:128). Mansur (2007:13) menyatakan: *The most important skill for beginners is dribbling* (skill yang terpenting untuk pemula adalah menggiring). Menurut Barbara (2010:689) menyatakan bahwa: *Dribbling in soccer can be categorized into dribbling action while accelerating action with quick changes of direction* (*dribbling* dalam sepak bola dikategorikan ke dalam gerakan menggiring bola dengan mempercepat gerakan dengan cepat merubah arah).

Dribbling menjadi komponen yang sangat penting bagi pesepakbola karena *dribbling* dalam sepak bola dikategorikan ke dalam gerakan menggiring bola dengan mempercepat gerakan dengan cepat merubah arah sehingga memudahkan pemain untuk melindungi bola dan memudahkan untuk masuk pertahanan lawan dan dapat mudah mencetak goal. Latihan teknik merupakan prioritas latihan sepakbola pemula. Artinya menekankan latihan *technical-skill*. Unsur teknik sepakbola adalah perasaan dengan bola (*feeling ball*), cara menggiring (*dribbling*), menembak (*shooting*), mengumpan (*passing*), mengontrol (*controlling*), menyundul (*heading*), melempar (*throw-in*) serta latihan penjaga gawang (*goal-keeper training*) (Bahalwan, 2002: 34).

Hasil pengembangan menunjukkan Model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar perlu diberikan di sekolah sepak bola, model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar sangat penting dikembangkan di sekolah sepak bola, Diketahui persentase hasil analisis kebutuhan pelatih adalah 83,00%. Pengembangan model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar yang bervariasi sangat penting dikembangkan. Siswa sangat setuju dikembangkan model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar yang bervariasi, Diketahui persentase hasil analisis kebutuhan pemain adalah 85,30%.

Dari evaluasi ahli kepelatihan diperoleh hasil 81,43 % sehingga Buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan dapat digunakan. Dari evaluasi kedua ahli permainan sepak bola diperoleh hasil 80,71 % sehingga Buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan dapat di gunakan. Buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan dapat digunakan, dijawab 82,10 % oleh siswa. Buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan dapat digunakan, siswa menyatakan 83,89%.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka produk yang telah di kembangkan perlu di kaji ulang keberadaannya, karena setelah melalui proses penelitian terdapat beberapa hal yang perlu diperbaiki. Buku yang dikembangkan ini adalah Buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan.

Berdasarkan data dari tinjauan dan ahli dan uji coba lapangan, dan pengamatan peneliti selama pengembangan dilakukan, terdapat beberapa revisi terhadap produk yang dikembangkan, diantaranya adalah

1. Merevisi cover secara keseluruhan, pada tulisan cover, gambar pada cover, penulisan tahun pembuatan dan penulisan gelar pada pengarang Buku model-model latihan

dribbling dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan menjadi lebih baik sesuai gambar tulisan dengan warna lebih jelas, gambar cover lebih menarik.

2. Merevisi halaman judul, pada tulisan yang kurang tepat.
3. Merevisi kata pengantar pada buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan.

Dari hasil revisi yang diperoleh produk akhir berupa buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan di Sekolah Sepak bola Unibraw'82 Malang Usia 15-16 tahun. Adapun sistematika penulisan produk yang dikembangkan adalah sebagai berikut: (1) Cover buku model-model latihan *dribbling* dengan kaki bagian luar dalam bentuk permainan; (2) Halaman judul; (3) Kata pengantar; (4) Daftar isi; (5) Uraian materi; (6) Karakteristik; dan (7) Daftar rujukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Barbara. C.H. Huijgen, Marije T. Elferink-Gemser, Wendy Post, Chris Vissher. 2010. Development Of Dribbling In Talented Youth Soccer Players Aged 12-19 Years: A Longitudinal Study, (Online) , (<http://www.informalworld.com/smpp/title-conton=t713721847>, diakses 9 Agustus 2014).
- Harsono . 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Kushandoko. 2002. *Melatih Sepakbola Usia Dini ala Rusdy Bahalwan*. Surabaya: Metro Media.
- LA84 Foundation. 1984. *Soccer Coaching Manual Life Ready Through Sport*. USA: LA84 Foundation 2141 West Adams Boulevard Los Angeles, CA 90018.
- Luxbacher, J.A. 1998. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mahardika , I Made Sriundy. 2010. *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Penerbit Unesa University Press Anggota IKAPI.
- Mansur, Roni. 2007. *Cambridge Youth Soccer Coaches Manual U8-U14 September 2007*. Andrew Farrar, President CYS.
- Online.<http://ilmukeolahragaan.blogspot.com/2011/03/pengertian-dan-fungsi-dribbling.html?m=1> (diakses 7 januari 2016).
- Online.<http://oktieseven.wordpress.com/teknik-pembelajaran-dribblingsepakbola/>. (diakses 7 januari 2016).
- Putra, Nusa. 2012. *Research & Development penelitian dan pengembangan: suatu pengantar*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Sainal, 2012. *Pengembangan Buku Ajar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Bagi Siswa Kelas X Semester I (Satu) Di SMA Negeri 2 Karimun*. Tesis Tidak Diterbitkan. Malang: Program Studi Pendidikan Olahraga Program Pasca Sarjana. IKIP Budi Utomo Malang.
- Sudjiono, Anas. 2010. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Winarno, 2011. *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Media Utama Press.