

Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar *Dribbling* Sepakbola Berbasis Gerak Manipulatif Pada Pemain Lombok United Fc

¹Susi Yundarwati, ²Soemardiawan,

Prodi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FIKKM, Universitas Pendidikan Mandalika, Jl. Pemuda No. 59 A, Mataram, Indonesia 83125

Article Info <i>Article history:</i> Accepted: 30 Desember 2022 Publish: 10 Januari 2023	Abstract <i>The problem was caused by the players' low mastery of dribbling techniques. on Lombok United FC players. The aim of the study is the manipulative-based soccer dribbling training model effective for improving dribbling skills. This method uses a research and development approach (mix method), quantitative and qualitative pre-experimental research in the form of a one group pretest-posttest design. Stages of research development Research & Development (R&D) Borg W. R and Gall 2005: (1) Research and information gathering (2) Planning (3) Preparation of the initial form of the product (4) Preliminary field testing (5) Main product revision (6) Main field trial, (7) Operational product revision (8) Operational field trial (9) Final product revision (10) Outreach and implementation. The subjects in this study were Lombok United FC players, totaling 36 people. The sampling technique used was purposive sampling. The instrument used is a soccer dribbling test instrument. Analysis of research data using the t test with a significance level of 5%. With SPSS 16. The results of the research on the basic soccer dribbling technique model based on manipulative movements for Lombok United FC players improve dribbling exercises in a varied, effective and efficient manner. The novelty of this research is to produce dribbling exercises in terms of manipulative movements and player skills.</i>
Article Info <i>Article history:</i> Accepted: 30 Desember 2022 Publish: 10 Januari 2023	ABSTRAK Permasalahan itu disebabkan oleh rendahnya penguasaan teknik <i>dribbling</i> para pemain. pada pemain Lombok United FC. tujuan penelitian Apakah model latihan <i>dribbling</i> sepak bola berbasis manipulatif efektif untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola. Metode pendekatan penelitian pengembangan (<i>mix method</i>), penelitian pra eksperimen kuantitatif dan kualitatif dalam bentuk <i>one group pretest-posttest design</i> . Tahapan penelitian pengembangan <i>Research & Development</i> (R&D) Borg W. R dan Gall 2005: (1) Penelitian dan pengumpulan informasi (2) Perencanaan (3) Penyusunan bentuk awal produk (4) Uji lapangan pendahuluan (5) Produk utama revisi (6) Uji coba lapangan utama, (7) Revisi produk operasional (8) Uji coba lapangan operasional (9) Revisi produk akhir (10) Sosialisasi dan implementasi. Subyek dalam penelitian ini adalah pemain Lombok United FC yang berjumlah 36 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah <i>purposive sampling</i> . Instrumen yang digunakan instrumen tes <i>dribbling</i> sepak bola. Analisis data penelitian menggunakan uji t dengan taraf signifikansi 5%. Dengan SPSS 16. Hasil penelitian model Latihan teknik dasar <i>dribbling</i> sepak bola berbasis gerak manipulatif untuk pemain Lombok United FC meningkatkan latihan <i>dribbling</i> secara variatif, efektif dan efisien, kebaruan dari penelitian ini adalah menghasilkan latihan <i>dribbling</i> dalam hal gerakan manipulatif dan keterampilan pemain.
Corresponding Author: Susi Yundarwati FIKKM, UNDIKMA Email : Susiyundarwati@undikma.ac.id	<p>This is an open access article under the Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional</p> 

1. PENDAHULUAN

Sepakbola adalah permainan beregu yaitu dua kesebelasan saling bertanding yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental, dilakukan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh pemain dari kedua tim dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang dari kebobolan dengan mengacu pada peraturan-peraturan yang telah ditentukan Idris, (2015). Kondisi fisik dalam olahraga diartikan sebagai semua kemampuan jasmani yang menentukan prestasi yang realisasinya dilakukan

melalui kesanggupan pribadi (kemampuan atau motivasi). Komarudin, (2016) Sepakbola merupakan kegiatan fisik yang cukup banyak struktur gerakan. Dilihat dari taksonomi gerak umum, sepakbola bisa secara lengkap diwakili oleh gerakan-gerakan dasar yang membangun pola gerak yang lengkap, mulai dari pola gerak *lokomotor*, *nonlokomotor*, sekaligus *manipulative*. Dari beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang, secara lengkap diwakili oleh gerakan-gerakan dasar yang membangun pola gerak yang lengkap, dari mulai gerak lokomotor, nonlokomotor, sekaligus manipulatif

Salah satu syarat untuk dapat bermain sepak bola dengan baik adalah pemain harus menguasai keterampilan dasar sepak bola yang baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepak bola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepak bola dengan baik pula. Keterampilan dasar sepak bola ada beberapa macam, seperti *Dribbling* (menggiring), *Juggling* (menimang), *Passing* (Mengoper), *Trapping* (Menghentikan bola), *Throw-in* (Lemparan ke dalam), *Heading* (Menyundul Bola), *Tricks And Turns* (Mengecoh dan membalik), *Shooting* (Menembak), *Tendangan Chip Dan Volley*, Bergerak Melewati Lawan, Keterampilan Bertahan, *Goalkeeping* (Penjagaan Gawang), Tendangan Bola Mati, Taktik Menyerang Dan Bertahan, Mielke, (2007).

Techniques, or sport-specific technical skills, are a central component in the development of young athletes in many sports, including soccer. A variety of tests has been developed to evaluate ball control with the body (trapping), head (heading) and feet (dribbling), passing (short and long), shooting accuracy, throwing and kicking for distance, agility and volleying, among others (Malin, et al., 2015). *Technique plays an important role in achieving maximum results* (Corrêa et al., 2014). *Soccer is characterized by its intermittent nature, in which low-to-moderate intensity activities are interspaced with highly demanding activities in which explosive actions and repeated high exertion occur based on the context of the game*, (Filipe Manuel Clemente, et al., 2021). *And the most important factor is This is in accordance with an opinion frequently held when discussing reasons for the relative age effect. To be successful in highly competitive youth sports, coaches tend to prefer older players who are physically more mature and exhibit better performance at the time of selection*, (Claudia Augste1 & Martin Lames, 2021).

Latihan merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas fungsional organ tubuh pelakunya. Oleh sebab itu, latihan yang dilakukan harus disusun dan dilaksanakan secara tepat dan benar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Latihan dengan cara yang tidak tepat akan mempengaruhi perkembangan anak, baik secara fisiologi ataupun psikologis. Johansyah Lubis (2013) penyusunan atau perencanaan program latihan adalah mengarahkan latihan selama jangka panjang (waktu tertentu. Tujuannya adalah memaksimalkan adaptasi fisiologi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan prestasi atau penampilan seorang atlet. Lumintuarso (2013) mengatakan bahwa latihan pada dasarnya merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk membantu individu dalam meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotornya. Latihan merupakan suatu rangkaian dari beberapa proses latihan yang tersusun secara sistematis, dilakukan secara berulang-ulang, kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah.

Latihan menurut Bempa, (2009) adalah proses dimana seorang atlet dipersiapkan untuk performa tertinggi. Latihan merupakan proses panjang yang dilakukan seseorang. Adam Augustyn, (2012) mengemukakan bahwa: *“Soccer is a game in which two sides (teams) of 11 players, using any part of their bodies except their hands and arms, try to maneuver the ball into the opposing team’s goal. Only the goalkeeper is permitted to handle the ball and may do so only within the penalty area surrounding the goal. The team that scores more goals wins.* Joseph A. Luxbacher, (2012) mengemukakan bahwa Gerakan pemain yang lancar dan terkontrol mengekspresikan individualitasnya dalam permainan beregu. Kecepatan, kekuatan, stamina, keterampilan dan pengetahuan mengenai taktik, semuanya merupakan aspek yang penting dari penampilan.” Sepakbola adalah permainan beregu yaitu dua kesebelasan saling bertanding yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental, dilakukan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh pemain dari kedua tim dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang

lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang dari kebobolan dengan mengacu pada peraturan-peraturan yang telah ditentukan (Addy Idris, 2015).

Setiap pemain berusaha memasukan bola dengan cara melakukan operan (*passing*), menggiring (*dribbling*), menembak (*shooting*). *Dribbling is "the movement of controlling the ball tightly using both feet and constantly changing the trajectory of the ball"*. (Scheunemann, 2012). *Dribbling* menurut (Chapman, Derse, & Hansen, 2012) is *many times a player has possession of the ball but does not have the immediate option of a shot on goal or a pass to a teammate. In order to maintain possession of the ball, a player must be able to move with the ball until a shooting or passing opportunity appears. This is called dribbling.*

Bridle & Spencer, (2011) dribbling is: "Running with the ball under control is known as dribbling. In its basic form, the skill involves you kicking the ball ahead of yourself, running to catch up with it, kicking it forward again and so on. Dribbling memegang peranan penting dalam permainan sepakbola. Keterampilan *dribbling* mutlak harus dipelajari dan dikuasai oleh semua pemain sepakbola tanpa terkecuali. Keterampilan itu didapat melalui proses yang latihan yang panjang dan terus-menerus. Pemain sepakbola harus memiliki teknik *dribbling* yang baik untuk meningkatkan efektifitas serangan. Maka dalam penelitian ini yang akan di konsepkan adalah penelitian pengembangan berbasis gerak manipulatif.

Gerakan Manipulatif adalah (Penggunaan Konsep) Yaitu suatu keterampilan untuk menggunakan konsep dalam melakukan kegiatan (gerakan). Keterampilan manipulasi ini menekankan pada perkembangan kemampuan mengikuti arahan, penampilan gerakan-gerakan pilihan dan menetapkan suatu penampilan melalui latihan. Jadi penampilan gerakan anak menurut petunjuk-petunjuk dan tidak hanya meniru tingkah laku saja. objek, seperti: menendang, melempar, mendorong, memukul, memantul, serta mengguling, menerima, menangkap, menghentikan dan sebagainya.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada saat latihan dan wawancara dengan beberapa pelatih didapatkan bahwa permasalahan pada saat menggiring bola kurang baik dikarenakan beberapa faktor seperti, model latihan menggiring bola yang diterapkan kurang variatif, membosankan, tidak terstruktur, bervariasi efektif dan efisien pada pemain Lombok United FC. Pelatih beranggapan bahwa timnya kesulitan untuk menciptakan peluang pada saat memasuki area pertahanan lawan karena pemainnya sering kehilangan bola oleh sergapan pemain bertahan lawan. Permasalahan itu disebabkan oleh rendahnya penguasaan teknik *dribbling* para pemain. Urgensi Permasalahan dari kondisi latihan dan hasil tes yang diperoleh, memberikan gambaran bahwa masalah Latihan teknik dasar *dribbling* pada pemain pada pemain Lombok United FC.

Menurut Hamid Darmadi, (2011) Penelitian adalah usaha seseorang yang dilakukan secara sistematis mengikuti aturan-aturan metodologi seperti observasi sistematis terkontrol, mendasarkan pada teori yang ada dan diperkuat dengan fakta dan gejala yang ada. Penelitian menurut M. Djamal, (2015) adalah "kegiatan (penyelidikan) ilmiah yang dilakukan secara sistematis dengan menggunakan metode atau pendekatan tertentu dalam rangka memecahkan suatu masalah sehingga diperoleh kebenaran atau dalil dan bahkan suatu teori baru.

Penelitian pengembangan menurut Maksum, (2012) adalah Suatu penelitian yang bertujuan untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada. Istilah produk bisa berarti perangkat keras (*hardware*) atau perangkat lunak (*software*). Menurut James Tangkudung (2016) Penelitian dan pengembangan adalah penelitian yang dipergunakan untuk menciptakan produk baru dan atau mengembangkan produk yang telah ada berdasarkan analisis kebutuhan yang terdapat dilapangan (observasi, wawancara, kuisisioner kebutuhan awal). yang menjadi daya tarik dalam penelitian pengembangan model untuk dijadikan materi pembelajaran dilaksanakan dengan baik. Secara umum tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah untuk menghasilkan model latihan *dribbling* sepakbola berbasis gerak manipulatif pada pemain Lombok United FC.

Berdasarkan uraian diatas, maka dianggap perlu adanya model latihan yang memanfaatkan *sport science* dalam olahraga yang bisa menunjang kreativitas dan inovasi setiap Guru, Pelatih, Dosen sepakbola, latihan pada pemain sepakbola Lombok United FC mengacu pada keterampilan

teknik dasar *dribbling* berbasis gerak manipulatif dikemas untuk menghasilkan model Latihan teknik dasar *dribbling* sepakbola pada pemain dihasilkan secara variatif, efektif dan efisien. Berdasarkan latar belakang maka judul Pengembangan model Latihan teknik dasar *dribbling* sepakbola berbasis gerak manipulatif pada pemain Lombok United FC.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini eksperimen pendekatan kuantitatif. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian Pengembangan model latihan teknik dasar *dribbling* sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC. adalah teknik analisis deskriptif persentase yang digunakan untuk menganalisis hasil dari analisis kebutuhan, evaluasi ahli, dan uji coba lapangan, dengan rancangan penelitian pra-eksperimen berbentuk *the one group pretest-posttest design*, (Maksum.2012).

Tabel 1.1 Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model

Subyek	Pre-test	Perlakuan	Post-test
R	O ₁	P	O ₂

Dalam uji coba ini, langkah-langkah yang dilakukan adalah sebagai berikut: (1) menetapkan kelompok subyek penelitian; (2) melaksanakan *pre-test* Kemampuan *Dribbling* (O₁); (3) mencobakan model latihan *Dribbling* (P); (4) melaksanakan *post-test* Kemampuan *Dribbling* (O₂); (5) mencari skor rata-rata hasil *pre-test* dan *post-test*, lalu membandingkan keduanya; (6) mencari selisih perbedaan kedua rata-rata tersebut melalui metode statistik (uji-t) untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan model pelatihan *Dribbling* tersebut.

Rumusan masalah adalah Bagaimanakah Pengembangan model latihan teknik dasar *dribbling* sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC dan Apakah Pengembangan model latihan teknik dasar *dribbling* sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC efektif untuk meningkatkan keterampilan *dribbling*? Tujuan akhir dari penelitian pengembangan ini adalah untuk menghasilkan produk buku model Pengembangan model latihan teknik dasar *dribbling* sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC, yang dapat memberikan manfaat kepada pelatih untuk mempermudah pelatih dalam menerapkan materi latihan. Sehingga nantinya dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* bola atlet yang dilatih.

Tempat Penelitian: Penelitian akan dilaksana-kan di Provinsi Lombok NTB, Subyek penelitian adalah pemain sepakbola yang mengikuti SSB Pemain Lombok United FC. Waktu Penelitian : Waktu yang diperlukan dalam penelitian riset dan pengembangan dengan mengacu pada penelitian riset dan pengembangan dari Borg and Gall memerlukan waktu 3 bulan lebih dengan perincian sebagai berikut: (1) *Research and information collecting* (2) *Planning* (3) *Develop preminary form of product* (4) *Preliminary field testing* (5) *Main product revision* (6) *Main field testing* (7) *Operational product revision* (8) *Operational field testing* (9) *Final product revision* (10) *Dissemination and implementtation*.

Teknik pengambilan subyek yang diterapkan dalam penelitian ini merupakan sampling jenuh/sensus, yang dikenal juga sebagai semua anggota populasi digunakan sebagai subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan metode observasi, dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran, dengan penggunaan jenis instrumen tes Kemampuan *dribbling* Sepakbola untuk mengukur aspek kebugaran jasmani keseimbangan. Populasi dalam penelitian ini adalah Pemain Lombok United FC. Pada penelitian ini teknik samplingnya menggunakan *quota sampling* yang didapatkan sebanyak 36 siswa. Variabel ini menggunakan variabel tunggal yaitu kemampuan tes *dribbling* sepakbola.

Tabel 1.2. Subjek Penelitian

No	Tahapan penelitian	Jumlah Subjek	Kriteria	Instrument
1	Penelitian Pendahuluan	2	2 Orang pelatih sepakbola	wawancara
2	Evaluasi Pakar	3	3 Orang ahli sepakbola	lembar kusioner 30 model

3	Uji Coba Produk			
	a. Small group try out b. field try group	36 72	36 Orang siswa SSB Lombok United FC Evaluasi dengan skala terbatas 72 orang siswa dari SSB Lombok United FC	27 model pengembangan yang telah di revisi
4	Uji Efektivitas Produk	36	36 orang siswa SMA 2	27 model

Dalam penelitian ini, penulis akan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Untuk memperoleh data di perlukan alat pengukuran, yang di maksud dengan instrumen adalah alat pada waktu penelitian dengan menggunakan suatu metode, Arikunto, (2013). Dengan kata lain metode tidak dapat memenuhi fungsinya dengan efektif apabila intsrumen yang menjadi alat dari metode itu tidak falid. Di samping alat pengukuran harus di susun sedemikian rupa agar dapat secara tepat merekam data yang di maksud. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan intsrumen yaitu tes menggiring bola: Arikunto, (2010). Instrumen Tesnya Adalah Sebagai Berikut: Menggiring Bola **Adapun Alat Yang Digunakan Pada Penelitian Ini Yaitu:**

- 1) Bola
- 2) *Stopwatch*
- 3) 5 Buah Rintangan (Cone)
- 4) Kapur
- 5) Refree

Cara Pelaksanaan Dan Penilaian

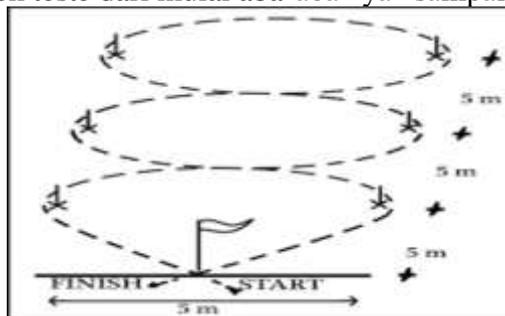
- 1) Pada Aba-Aba”Siap”, Teste Berdiri Disamping Garis Start Dengan Bola Dalam Penguasaan Kakinya.
- 2) Pada Aba-Aba “Ya”, Teste Mulai Menggiring Bola Kearah Kiri Melewati Rintangan Pertama Dan Berikutnya Menuju Rintangan Berikutnya Sesuai Dengan Arah Panah Yang Telah Ditetapkan Sampai Intruksi Berhenti.
- 3) Bila Salah Arah Menggiring Bola Ia Harus Memperbaikinya Tanpa Menggunakan Anggota Badan Selain Kaki Di Tempat Kesalahan Terjadi Dan Selama Itu Pula *Stopwatch* Tetap Berjalan.
- 4) Bola Digiring Oleh Kaki Kanan Dan Kiri Secara Bergantian Atau Paling Tidak Salah Satu Kaki Pernah Nyentuh Bola Satu Kali Sentuhan.

Gerakan Tersebut Dinyatakan Gagal:

- 1) Teste Menggiring Bola Hanya Dengan Menggunakan Satu Kaki Saja.
- 2) Teste Menggiring Bola Tidak Sesuai Dengan Arah Panah.
- 3) Teste Menggunakan Anggota Badan Lainnya Selain Kaki, Untuk

Menggiring Bola. Skor:

Waktu yang ditempuh oleh teste dari mulai aba-aba “ya” sampai ia melewati garis finis.



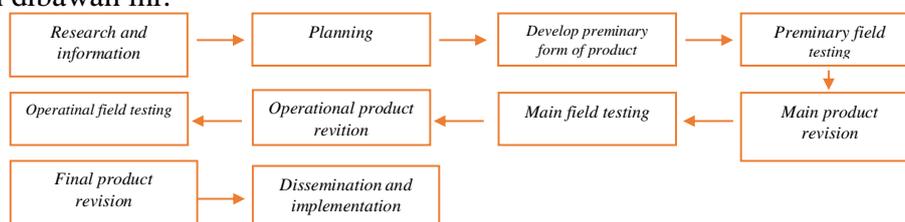
Gambar. 1.1 Tes Menggiring Bola (Nurhasan, 2001:161)

Teknik Analisa Data

Teknik Analisa Data digunakan adalah Uji Hipotesis *Uji-t* adalah teknik statistik yang digunakan untuk menguji signifikansi perbedaan dua buah mean yang berasal dari dua buah

distribusi. Uji hipotesis dilakukan uji-t dua sampel yang berkorelasi, menggunakan bantuan hipotesis *SPSS 22 For Windows Evaluations Version*. Kriteria pengembangan keputusan jika t hitung $> t$ -Tabel dan $P < 0,05$ Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dalam Penelitian pengembangan ini menggunakan model pengembangan *Research & Development (R & D)* dari Borg dan Gall yang terdiri dari sepuluh langkah beserta tahapan penelitian antara lain sebagai berikut:

(1) Melakukan penelitian dan pengumpulan informasi (kajian pustaka, pengamatan subyek, persiapan laporan pokok persoalan) (2) Melakukan perencanaan (pendefinisian keterampilan, perumusan tujuan, penentuan urutan pengajaran, dan uji coba skala kecil) (3) Mengembangkan bentuk produk awal (penyiapan materi pengajaran, penyusunan buku pegangan, dan perlengkapan evaluasi) (4) Melakukan uji lapangan permulaan (menggunakan 6-12 subyek) (5) Melakukan revisi terhadap produk utama (sesuai dengan saran-saran dari hasil uji lapangan permulaan) (6) Melakukan uji lapangan utama (dengan 30-100 subyek. (7) Melakukan revisi produk (berdasarkan saran-saran dan hasil uji coba lapangan utama). (8) Uji lapangan dengan 40-200 subyek (9) Revisi produk akhir (10) Membuat laporan mengenai produk pada jurnal, bekerja dengan penerbit yang dapat melakukan distribusi secara komersial. Melalui rangkaian kegiatan penelitian di atas, diharapkan menghasilkan sebuah Pengembangan model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC, dalam permainan sepakbola. Hasil akhir penelitian dan pengembangan ini dapat menghasilkan desain model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif yang relative baik, ditinjau dari bentuk, gaya latihan dan metode latihan, yang selanjutnya akan di jadikan pedoman oleh para atlet, pelatih dan praktisi olahraga dalam sepakbola. Lihat gambar rancangan Borg. W. R & Gall, M. D sebagai Bagan dan tahapan acuan pengembangan model penelitian dibawah ini:



Gambar 1.2. Bagan Alur Kegiatan Penelitian dan Pengembangan Model

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil Penelitian

Pengembangan model latihan *dribbling* pada permainan sepakbola untuk Pemain Lombok United FC ditujukan agar menghasilkan model-model latihan *dribbling* yang efektif dan lebih bervariasi. Data hasil analisis kebutuhan disajikan melalui beberapa cara yaitu wawancara pelatih sepakbola dan penyebaran kuisioner untuk Pemain Lombok United FC, yang mengikuti kegiatan sepakbola. Data hasil validasi akan disajikan oleh tiga orang ahli sepakbola yang didapat melalui kuisioner. Data dari hasil ujicoba kelompok yang berasal dari anggota SSB pada Pemain Lombok United FC sepakbola dengan cara mengisi instrument kuisioner untuk ujicoba kelompok kecil dengan 36 orang subjek, ujicoba lapangan sebanyak 72 orang subjek, dan uji efektifitas sebanyak 36 orang subjek.

a. Hasil Analisis Kebutuhan

Terdapat dua tujuan yang hendak diketahui pada analisis kebutuhan, yaitu : (a) Seberapa pentingnya Pengembangan model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC. (b) Kendala atau permasalahan serta dukungan apakah yang ditemui dalam Pengembangan model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC.

Model latihan dribbling sepakbola ini dibuat berdasarkan dari permasalahan yang ditemukan oleh peneliti dilapangan melalui proses observasi serta wawancara melalui kuisioner yang peneliti berikan kepada pelatih. Berdasarkan hasil dari observasi serta wawancara dilapangan, peneliti akan mencoba untuk memberikan solusi atas permasalahan

tersebut dengan cara mengembangkan model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC

b. Hasil Data Analisis

Kebutuhan Berdasarkan data yang didapat peneliti melalui wawancara dan angket kepada 72 pemain dan selanjutnya diolah dan dideskripsikan. Rumusan penelitian yang dilakukan kepada SSB pada Pemain Lombok United FC dilaksanakan pada bulan januari 2022. Analisis kebutuhan dalam bentuk angket di SSB pada Pemain Lombok United FC. Berdasarkan dari analisis kebutuhan tersebut dapat diketahui bahwa : (1) pemain sangat berminat untuk mengikuti kegiatan latihan sepakbola (2) pemain merasa bosan dengan variasi model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif yang monoton (3) pada pemain SSB Lombok United FC setuju jika dikembangkan model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif (4) pelatih sepakbola model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif (5) pelatih membutuhkan referensi berupa buku elektronik maupun non elektronik guna menunjang proses Latihan.

Hasil temuan dilapangan atau studi pendahuluan selanjutnya dideskripsikan dan dilakukan analisis sehingga hasil ini bersifat deskriptif dan analitis, dengan studi pendahuluan sebagai acuan. Berikut ini akan peneliti jabarkan hasil analisis kebutuhan dan temuan yang peneliti dapatkan dilapangan.

Tabel 1.3. Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan

NO	Butir Pertanyaan	Temuan
1	Materi apakah yang biasa diberikan oleh pelatih pada proses latihan terhadap siswa yang mengikuti SSB Lombok United FC sepakbola	Latihan fisik dan teknik dasar sepakbola
2	Apakah terdapat dibutuhkan latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif sepakbola?	Dalam proses latihan dribbling variasi latihan sedikit dan terkesan membosankan
3	Apakah terdapat sarana dan prasarana yang memadai untuk berlatih sepakbola?	Sarana dan prasarana untuk latihan belum dikatakan memadai terutama lapangan
4	Apakah pemain bersemangat dalam mengikuti proses latihan sepakbola ?	Siswa sangat bersemangat dalam mengikuti latihan sepakbola
5	Upaya apa yang dilakukan pelatih untuk meningkatkan aspek teknik bermain sepakbola terutama teknik dribbling ?	Selama ini pelatih dalam melatih teknik dribbling masih terkesan monoton dan kurang variative
6	Apakah dibutuhkan latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC?	Variasi latihan sangat dibutuhkan guna meningkatkan kualitas anak terutama teknik dasar dribbling, selain itu variasi latihan sangat dibutuhkan agar anak tidak mengalami kebosanan dalam proses latihan yang dilakukan

c. Kelayakan Model

Setelah peneliti melakukan tahap-tahap pengumpulan dan pembuatan draf model latihan dribbling sepakbola untuk pada Pemain Lombok United FC. Langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti melakukan uji ahli. Uji ahli dilakukan yang bertujuan untuk mendapatkan kelayakan atau validitas model yang dihasilkan dengan penilaian langsung dari para ahli sepakbola. Peneliti menghadirkan 3 orang ahli dalam bidang sepakbola dua orang berprofesi sebagai dosen olahraga dan seorang pelatih sepakbola dalam penilaian kelayakan model latihan *dribbling* sepakbola untuk pada Pemain Lombok United FC. Kesimpulan dari uji ahli yang dilakukan terangkum pada tabel berikut :

Tabel 1.4 Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Latihan Dribbling

No	Nama	Penerimaan Model		
		Ya	Tidak	
1	Model Latihan <i>Dribbling 1 (Dribble Place 1)</i>	Ya		Layak/Valid
2	Model Latihan <i>Dribbling 2 (Dribble Place 2)</i>	Ya		Layak/Valid

3	Model Latihan <i>Dribbling</i> 3 (<i>Dribble Place</i> 3)	Ya		Layak/Valid
4	Model Latihan <i>Dribbling</i> 4 (<i>Straight Dribbling</i>)	Ya		Layak/Valid
5	Model Latihan <i>Dribbling</i> 5 (<i>Dribble Box Drill</i>)	Ya		Layak/Valid
6	Model Latihan <i>Dribbling</i> 6 (<i>rolling X</i>)		Tidak	Tidak Layak
7	Model Latihan <i>Dribbling</i> 7(<i>Free Dribbling</i>)	Ya		Layak/Valid
8	Model Latihan <i>Dribbling</i> 8 (<i>Straight & Sircle Dribbling</i>)	Ya		Layak/Valid
9	Model latihan <i>Dribbling</i> 9 (<i>X Spinn Drill</i>)	Ya		Layak/Valid
10	Model Latihan <i>Dribbling</i> 10 (<i>Run Dribbling</i>)		Tidak	Tidak Layak

Berdasarkan uji kelayakan yang dilakukan oleh ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa variasi model latihan *dribbling* pada Pemain Lombok United FC, 2 model latihan dinyatakan tidak layak sehingga total model latihan berubah yang awalnya berjumlah 8 model latihan menjadi 10 model latihan *dribbling* pada Pemain Lombok United FC dan dapat diimplementasikan kepada pemain Variasi latihan 6, 10 merupakan model latihan yang tidak layak. Item model latihan 6 dan 10 terlalu mudah tidak cocok untuk pada Pemain Lombok United FC. Item model latihan 10 yaitu *passing move dribbling shoot* terlalu banyak teknik yang digunakan sehingga anak tidak fokus kepada teknik *dribbling* yang dilakukan. Untuk uji sekala besar menggunakan 8 item model untuk ketahap selanjutnya. Uji ahli yang dilakukan terhadap 3 orang ahli terdapat beberapa saran untuk menyempurnakan model latihan *dribbling* untuk Pemain Lombok United FC diantaranya :

1. Item Petunjuk dan arah pelaksanaan gerak pemain sepakbola harus disusun atau dibuat secara jelas, agar mudah untuk dipahami dan dilakukan oleh atlet/siswa.
2. Gambar pada model harus jelas dan menarik agar mudah dipahami oleh siswa.
3. Fasilitas dan alat yang digunakan hendaknya harus sesuai dengan tujuan latihan. Bola juga hendaknya diperhatikan kualitasnya untuk menunjang proses latihan.
4. Dalam proses latihan jarak antar cones hendaknya diperhatikan dan disesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai dalam latihan.
5. Model-model latihan *dribbling* harus sesuai dengan tujuan latihan yaitu untuk pemula dimulai dari yang termudah hingga tersulit.

d. Efektifitas Model

1. Hasil tahap pertama/Ujicoba kelompok kecil

Setelah model latihan *dribbling* untuk pada Pemain Lombok United FC telah dievaluasi oleh para ahli, model berada pada evaluasi tahap 1 yang dilakukan oleh ahli sebagai acuan peneliti dalam melaksanakan tahap berikutnya Berikut merupakan ringkasan revisi tahap 1 berdasarkan evaluasi yang dilakukan oleh para ahli.

Tabel 1.5 Hasil Revisi Dari Ahli Terhadap Model Latihan *Dribbling* Sepakbola Pemain Lombok United FC

No	Model Latihan <i>Dribbling</i>	Saran dan Masukan
1	Model Latihan <i>Dribbling</i> 1(<i>Dribble Place</i> 1)	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
2	Model Latihan <i>Dribbling</i> 2 (<i>Dribble Place</i> 2)	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
3	Model Latihan <i>Dribbling</i> 3 (<i>Dribble Place</i> 3)	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
4	Model Latihan <i>Dribbling</i> 4 (<i>Straight Dribbling</i>)	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
5	Model Latihan <i>Dribbling</i> 5 (<i>Dribble Box Drill</i>)	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
6	Model Latihan <i>Dribbling</i> 7(<i>Free Dribbling</i>)	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
7	Model Latihan <i>Dribbling</i> 8 (<i>Straight & Sircle Dribbling</i>)	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
8	Model latihan <i>Dribbling</i> 9 (<i>X Spinn Drill</i>)	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan

Berdasarkan evaluasi pada ujicoba pada kelompok kecil yang dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a) Keseluruhan semua variasi model latihan *dribbling* sepakbola pada Pemain Lombok United FC dapat dilakukan oleh siswa, yang perlu diperhatikan adalah urutan tingkat

kesulitan model latihan dimulai dari yang termudah hingga yang tersulit agar pembelajaran berjalan sesuai dengan rencana dan teknik dribbling anak meningkat.

- b) Pada saat menerapkan model latihan dribbling dilapangan atlet/anak kurang memperhatikan arahan pelatih dan tugas seorang pelatih harus selalu memantau pada saat proses latihan sehingga tujuan latihan dribbling dapat tercapai sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

e. Hasil Tahap Kedua/Uji Kelompok Besar

Setelah dilakukan ujicoba kelompok kecil model latihan dribbling Pemain Lombok United FC dan telah direvisi oleh ahli sepakbola, maka tahap berikutnya adalah melakukan ujicoba kelompok besar. Berdasarkan hasil ujicoba kelompok kecil yang telah dievaluasi oleh ahli, selanjutnya peneliti melakukan revisi produk awal dan memperoleh 8 model latihan dribbling sepakbola untuk Pemain Lombok United FC yang akan digunakan pada ujucoba kelompok besar.

Langkah selanjutnya yang akan dilakukan setelah model mengalami revisi tahap 2 dari ahli maka akan dilanjutkan dengan melakukan ujicoba produk dengan kelompok besar dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 72 Pemain Lombok United FC yang terdiri dari SSB Pemain Lombok United FC.

f. Hasil Uji Efektifitas

Data hasil dari penilaian 36 peserta terhadap efektivitas Pengembangan model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC, ditunjukkan pada tabel berikut ini:

Tabel 1.6 Hasil Waktu *Dribbling* Sepakbola pemain sebelum *Treatment (pre Test)* dan Hasil Setelah *Treatment (post Test)*

No	Nama	Pre-Test	Post-Test
1	Subject 1	11.92	10.25
2	Subject 2	14.88	13.14
3	Subject 3	14.72	12.03
4	Subject 4	12.25	10.98
5	Subject 5	9.62	9.04
6	Subject 6	12.31	10.85
7	Subject 7	13.75	11.18
8	Subject 8	13.05	11.89
9	Subject 9	10.91	9.77
10	Subject 10	11.23	9.94
11	Subject 11	12.41	11.23
12	Subject 12	10.32	9.54
13	Subject 13	13.41	12.14
14	Subject 14	10.53	9.52
15	Subject 15	11.48	10.54
16	Subject 16	14.76	12.43
17	Subject 17	10.93	10.54
18	Subject 18	13.59	12.79
19	Subject 19	11.07	10.42
20	Subject 20	10.83	10.08
21	Subject 21	9.88	9.15
22	Subject 22	10.69	9.38
23	Subject 23	13.54	12.86
24	Subject 24	12.64	11.55
25	Subject 25	10.03	9.41
26	Subject 26	13.51	12.02
27	Subject 27	12.12	11.4
28	Subject 28	9.86	9.33
29	Subject 29	12.19	11.71
30	Subject 30	14.71	13.51
31	Subject 31	13.89	11.56
32	Subject 31	12.46	11.81
33	Subject 33	13.4	10.91

34	Subject 34	15.13	12.5
35	Subject 35	12.19	10.44
36	Subject 36	11.57	11.13
Average Score		12.271	11.02694
67			

Tabel di atas menunjukkan hasil *pre-test* dan *post-test* pemain dribbling sepakbola untuk pada Pemain Lombok United FC. Uji *pre-test* dilakukan setelah dilakukan revisi kelompok kecil. *Pre-test* dilaksanakan sebelum dilakukan penerapan 8 Pengembangan model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC. Test dilakukan untuk mengetahui hasil sebelum diberikan perlakuan. Rata-rata hasil tes 36 siswa adalah 12.27167 detik. Setelah diberikan perlakuan model latihan *dribbling* sebanyak 8 model yang telah di evaluasi dan di validasi selanjutnya dilakukan *pre-test* terhadap 36 siswa untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan kemampuan teknik dribbling anak setelah diberikan variasi latihan *dribbling*. Setelah dilakukan test diketahui bahwa kemampuan dribbling anak meningkat ditandai dengan berkurangnya catatan waktu dengan rata-rata 11.02694 detik. Berdasarkan uraian di atas terdapat perbedaan hasil waktu antara *pre-test* dan *post-test* bahwa Pengembangan model latihan teknik dasar dribbling sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC yang dikembangkan efektif dan dapat meningkatkan tingkat kelincihan anak.

Uji Efektifitas dengan Instrumen tes *Dribbling* sepakbola

Table 1.7 Paired sampel Statistics

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRETES	12.2717	36	1.59135	.26523
	POSTES	11.0269	36	1.22732	.20455

Nilai rata-rata siswa sebelum diberikan model latihan adalah 12.2717 detik dan nilai setelah diberikan perlakuan *model* latihan dribbling adalah 11.0269 detik yang artinya bahwa terdapat penurunan waktu yang dihasilkan dari *pre-test* dan *post-test* sehingga kemampuan dribbling pemain meningkat.

Table 1.8 Hasil Paired Samples Correlation (Pre-Test) dan (Post-Test)

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRETES & POSTES	36	.915	.000

Berdasarkan tabel diatas didapat bahwa koefisien korelasi latihan dribbling sebelum dan sesudah diberikan perlakuan model latihan *dribbling* sepakbola adalah .915 p-value $0,00 < 0,05$ jadi kesimpulannya *adalah* terdapat hubungan secara signifikan

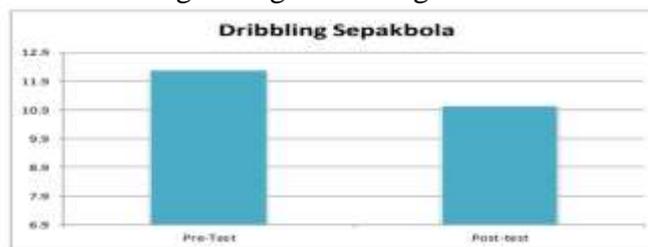
Table 1. 9 Paired Samples Statistics (Pre-Test) dan (Post-Test) Results

Paired Samples Test

				t	Df	Sig. (2-tailed)
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference			

					Lower	Upper			
Pair 1	PRETES – POSTES	1.2447 2	.68020	.11337	1.01458	1.47487	10.980	35	.000

Pada uji signifikan perbedaan dengan spss 16 didapatkan mean= 1.24472 menunjukkan selisih dari hasil pre-test dan hasil post-test, hasil t-hitung= 10.980 df=35 dan p-value= 0.00 < 0.05 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan model latihan *dribbling* sepakbola. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa model latihan *dribbling* sepakbola pada Pemain Lombok United FC efektif dan dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pada Pemain Lombok United FC. Model latihan *dribbling* sepakbola untuk pada Pemain Lombok United FC yang telah dikembangkan memiliki efektivitas yang signifikan. Perbandingan hasil catatan rata-rata catatan waktu sebelum dan setelah diberikan perlakuan Pengembangan model latihan teknik dasar *dribbling* sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC, dapat digambarkan dengan diagram batang.



Gambar 1.3 Diagram Batang (Ujicoba Kelayakan Produk)

3.2. Pembahasan

Penyempurnaan Produk

Hasil test yang diperoleh sebelum dan setelah diberikan perlakuan dapat disimpulkan bahwa model latihan *dribbling* sepakbola untuk pemula usia Pemain Lombok United FC layak dan efektif untuk dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain. Dalam uji signifikan yang dilakukan dengan menggunakan SPSS 16 didapat mean= 1.24472 yang menunjukkan selisih waktu dari *pre-test* dan waktu *post-test*, hasil t-hitung= 10.980 df= 35 dan p-value= 0.00 < 0.05 yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan model latihan *dribbling* sepakbola. Hasil test yang diperoleh sebelum dan setelah diberikan perlakuan dapat disimpulkan bahwa model latihan *dribbling* sepakbola untuk Pemain Lombok United FC layak dan efektif untuk dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain. Dalam uji signifikan yang dilakukan dengan menggunakan SPSS 16 didapat mean= 1.24472 yang menunjukkan selisih waktu dari *pre-test* dan waktu *post-test*, hasil t-hitung= 10.980 df= 35 dan p-value= 0.00 < 0.05 yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan model latihan *dribbling* sepakbola.

Berdasarkan dari kekurangan dan kelebihan produk yang dihasilkan terdapat beberapa masukan yang akan peneliti paparkan guna tercapainya penyempurnaan produk yang dihasilkan ini. Masukan yang akan disampaikan adalah sebagai berikut :

- Petunjuk pelaksanaan dan gambar pada model harus di susun dan dibuat dengan jelas agar mudah untuk dipahami siswa.
- Jarak antar cones harus diperhatikan dan disesuaikan dengan tujuan yang hendak di capai.
- Model latihan *dribbling* harus sesuai dengan tujuan latihan yaitu untuk pemula sehingga dimulai dari yang termudah hingga tersulit.
- Fasilitas dan alat yang digunakan hendaknya harus sesuai dengan tujuan latihan. Bola juga hendaknya diperhatikan kualitasnya untuk menunjang proses latihan.

Pembahasan

Produk Model latihan *dribbling* sepakbola untuk Pemain Lombok United FC ini dibuat oleh peneliti agar dapat menjadi referensi yang dapat membantu pelatih dalam memberikan

variasi latihan *dribbling* pada permainan sepakbola. Model ini disusun berdasarkan atas kebutuhan anak pada ekstrakurikuler sepakbola. Setelah produk ini dievaluasi mengenai beberapa kelemahan yang ada dan dilakukan pembenahan produk untuk hasil yang lebih baik, maka dapat disampaikan beberapa keunggulan dari produk ini antara lain

- a) Dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain.
- b) Model yang dihasilkan memiliki beberapa variasi dari yang termudah hingga tersulit.
- c) Model ini akan meningkatkan minat berlatih anak karena terdapat beberapa variasi latihan, sehingga proses latihan tidak berjalan dengan monoton dan membosankan.
- d) Model latihan ini dapat membantu sebagai referensi pelatih untuk menunjang proses latihan *dribbling* sepakbola pada pemain sepakbola.
- e) Sumbangan bagi ilmu pendidikan khususnya bidang sepakbola.

Keterbatasan Produk

Penelitian ini dilakukan oleh peneliti dengan sesempurna mungkin sesuai dengan kemampuan yang peneliti miliki, namun apabila didalam penelitian ini masih terdapat banyak yang harus peneliti akui dan dikemukakan. Keterbatasan tersebut adalah sebagai berikut:

- a) Pada saat peneliti melakukan ujicoba lapangan sebaiknya dilakukan pada ruang lingkup yang lebih besar.
- b) Sarana dan prasarana yang digunakan kurang memadai dan masih terbatas.
- c) Produk yang dibuat masih jauh dari sempurna.
- d) Penjelasan yang diberikan pada gambar latihan *dribbling* masih kurang sempurna.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan dari data yang peneliti peroleh dari hasil ujicoba lapangan dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

- a) Menghasilkan produk akhir berupa Pengembangan model latihan teknik dasar *dribbling* sepakbola berbasis gerak manipulatif pada Pemain Lombok United FC, yang terdiri dari 8 item model latihan *dribbling*.
- b) Dengan model latihan *dribbling* sepakbola untuk dapat meningkatkan gairah dan mencegah kebosanan siswa dalam berlatih dikarenakan model latihan yang bervariasi sehingga proses latihan tidak berjalan monoton dan membosankan.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, istri saya Elis Sulistya, dan Lombok United FC yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini, serta para sukarelawan yang telah membantu dari awal hingga akhir.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Addy Idris.2015. *Pengaruh latihan passing berpasangan terhadap kemampuan passing bawah siswa sekolah sepakbola kalasan usia 10-12 tahun*.skripsi.FIK UNY.
- Arikunto, S. 2012. *Manajemen Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Augustyn Adam. 2011. *The Britannica Guide to Soccer*. New York: Britannica Educational Publishing, Inc.
- Bompa, Tudor. 2009. *Periodization Theory and Methodology of Training*. United States: Human Kinetic.
- Borg, W, & Gall, M.D.,2005. *Educational Research: An Intriduction, Eight Editi*: New York: Longman
- Borg, W.R. & Gall, M.D.,1983. *Educational Research An Introduction*. Longman: New York.
- Bridle, Bob & Spencer, Sharon. 2011. *Essential Soccer Skill "Key Tips and Techniques to Improve Your Game"*. New York: Dk Publishing.
- Chapman, Stacey. Derse, Edward & Hansen,Jacqueline. 2012.*Soccer Coaching Manual*. Los Angeles: LA84 Foundations.

- Citation: Clemente, et al., F.M. 2021. Knechtle, B. A Meta-Analytical Comparison of the Effects of Small-Sided Games vs. Running-Based High-Intensity Interval Training on Soccer Players' Repeated-Sprint Ability. Publisher's Note: *MDPI stays neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations*. Int. J. Environ. Res. Public Health 2021, 18, 2781. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052>.
- Claudia Augste1 & Martin Lames, 2021. The relative age effect and success in German elite U-17 soccer teams. *Journal of Sports Sciences*, June 2011; 29(9): 983–987. Routledge. Taylor and Francis Group.
- Corrêa, U. C., Vilar, L., Davids, K., & Renshaw, I. (2014). Informational constraints on the emergence of passing direction in the team sport of futsal. *European Journal of Sport Science*, 14(2), 169–176. <https://doi.org/10.1080/17461391.2012.730063>
- Darmadi Hamid.2011. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Djamal M. 2015. *Paradigma Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Graham, G., Holt, S.A., & Parker, M.2007. *Children moving, a reflective approach to teaching physical education (7th edition)*. California: Mayfield Pub. Co.
- Komarudin.2013 *Psikologi Olahraga*. Bandung: UPI Press.
- Lubis, Johansyah.2013. *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Lumintuarso, Ria. 2013. *Teori Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: LANKOR,
- Luxbacher, Joseph A. 2012. *Sepak Bola "Edisi Kedua"*. Depok: PT. Rajagrafindo Persada.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Peneleitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Malina, et al., 2015. Maturity-associated variation in sport-specific skills of youth soccer players aged 13 – 15 years. *Journal of Sports Sciences*, <http://dx.doi.org/10.1080/02640414.2015.1031163>. Routledge May 2005; 23(5): 515 – 522. Taylor and Francis Group
- Mielke, D. 2015. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Nurhasan 2001. *Tes Dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Roesdiyanto & Setyo Bidiwanto 2010. *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Malang: Laboratorium Ilmu Keolahragaa Universitas Negeri Malang.
- Scheunemann, Timo S. 2012. *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepakbola Indonesia*. Jakarta: PSSI.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Tangkudung James.2016. *Macam-Macam Metodologi Penelitian Uraian dan Contohnya*. Jakarta: Lensa Media Pustaka Indonesia.
- Trianto. 2011. *Mendesain Model Pembelajaran tnovatif Progresif* Jakarta : Kencana.
- Widiastuti. *Tes dan Pengukuran*. Jakarta: PT Bumi Timur Raya, 2011
- Winarno. 2011. *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Media Cakrawala Utama Press.