
PENGARUH GAYA *SELF CHECK* DAN *CONVERGENT* TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* PEMAIN SEPAKBOLA SSB SANGGAR KEGIATAN BELAJAR MUARA BUNGO

Ikhsan Maulana Putra

*Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Muara Bungo
Jalan Rangkayo Hitam Komplek Islamic Centre Muara Bungo
maulana.ikhsan101@gmail.com*

Abstrak

Berdasarkan pengamatan penulis menunjukkan bahwa masih rendahnya tingkat kemampuan dasar sepakbola pemain SSB SKB Muara Bungo. Faktor penyebabnya seperti metode latihan, kondisi fisik, status gizi dan sarana prasarana. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh gaya *self check* dan gaya *convergent* terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola.

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB SKB Muara Bungo (U.13-U.15) yang berjumlah 75 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel 30 orang. Data kemampuan *dribbling* sepakbola diambil oleh pelatih dan tim pelaksana penelitian. Instrument tes yaitu *dribbling test*. Teknik analisis data menggunakan uji t.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: 1) terdapat pengaruh gaya *self check* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo dengan $t_{hitung} 7,132 > t_{tabel} 2,145$, 2) terdapat pengaruh gaya *convergent* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo dengan $t_{hitung} 7,613 > t_{tabel} 2,145$, 3) gaya *self check* lebih efektif dibandingkan gaya *convergent* terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB dengan hasil $t_{hitung} 7,132 > t_{tabel} 2,145$ untuk gaya *self check* dan hasil $t_{hitung} 7,613 > t_{tabel} 2,145$ untuk gaya *convergent*, yang artinya terdapat perbedaan antara kedua gaya tersebut.

Kata kunci: *gaya self check, gaya convergent, kemampuan dribbling*

Abstract

Based on the observation of the writer it can be indicated that low level of ability of football player base of SSB SKB MuaraBungo. There are some factors caused this, such as exercise methods, physical conditions, nutritional status and infrastructure facilities. This study aims to explain the influence of the self-inspection style and the convergent style of the dribbling ability of football.

The population in this study is SSB players SKB MuaraBungo (U.13-U.15) which amounted to 75 people. The sampling technique was purposive sampling with 30 samples. Moreover, the data of dribbling soccer capability is taken by the coach

and the research team. The test instrument is dribbling test. Data analysis technique using t test.

The result of data analysis shows that: 1) there is impact of self-check force toward dribbling ability of player SSB SKB MuaraBungo with t test $7,132 > t_{table} 2,145$; 2) the impact of convergent style on dribbling ability of SSB players SKB MuaraBungo with t test $7,613 > t_{table} 2,145,3$) self-check style is more effective than convergent style to increase dribbling ability of SSB SKB player with tcount of $7,132 > t_{table} 2,145$ for self check style and ttest result $7,613 > t_{table} 2,145$ for convergent style, which means there is difference between the two styles.

Keywords: *self-check style, convergent style, and dribbling ability*

PENDAHULUAN

Secara ideal seorang pemain sepak bola haruslah memiliki kemampuan teknik dasar yang baik, yang diiringi dengan kondisi fisik serta mental yang baik juga. Dalam UU. RI No.3 tahun 2005 pasal 27 ayat 4 tentang system keolahragaan nasional (2009:16) dijelaskan bahwa: "pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan".

Salah satu teknik sepakbola yang menonjol yang masih belum dikuasai dengan baik adalah pada teknik *dribbling* bola. Hal ini terbukti pada saat *dribbling* pemain terlihat kaku sehingga sering terjadi benturan dengan lawan yang menyebabkan cedera

pada pemain, lambatnya pemain *dribbling* ke depan, lepasnya bola dari *dribbling* yang dilakukan serta kurang lincahnya pemain *dribbling* dalam berbalik arah saat lawan menutup pergerakan *dribbling* dari depan. Rendahnya kemampuan *dribbling* pemain merupakan salah satu kendala dalam mewujudkan pencapaian prestasi yang diinginkan.

Berpedoman pada uraian di atas, menggiring bola atau *dribbling* merupakan gerakan berlari dengan menggunakan kaki mendorong bola sehingga adanya perpindahan bola dari suatu daerah ke daerah lain. Kemampuan *dribbling* sangat berguna untuk melewati lawan, menarik perhatian lawan, mengadakan serangan balik, serta mencetak gol ke gawang lawan. Kemampuan *dribbling* merupakan salah satu prasyarat agar seorang bisa bermain sepakbola yang baik. Jadi, apabila seorang pemain mempelajari teknik *dribbling* yang

benar diharapkan kemampuan *dribbling* ke gawang semakin bagus sehingga tujuan mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya akan tercapai. Artinya teknik *dribbling* atau menggiring bola harus dikuasai pemain sepakbola dengan baik.

Dari sekian banyak bentuk teknik dasar dalam permainan sepakbola, *dribbling* adalah satu teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola untuk menyusun serangan dalam rangka usaha memudahkan dalam menciptakan gol ke gawang lawan dalam pertandingan. Kemampuan *dribbling* bukan hanya untuk pemain depan saja, tetapi sebaliknya seluruh pemain memiliki keterampilan untuk melakukan *dribbling* dalam setiap kesempatan yang diperoleh. Apabila para pemain terampil dalam *dribbling* ke gawang lawan, maka kesempatan untuk memenangkan pertandingan akan semakin besar, tentunya dengan kemampuan *dribbling* yang baik.

Permasalahan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB SKB Muara Bungo mungkin disebabkan oleh beberapa faktor internal diantaranya kepribadian, gizi, kebugaran, postur, usia, spiritual, moral dan mental pemain pada saat menggiring bola dalam situasi permainan. Semua faktor ini dapat mempengaruhi kemampuan *dribbling* menggiring bola pemain

sepakbola SSB SKB Muara Bungo tersebut, selain itu faktor eksternal seperti keluarga, masyarakat dan sarana prasarana juga sangat berpengaruh bagi terciptanya suatu prestasi. Mulai dari kurangnya fasilitas untuk berlatih seperti bola, gawang mini, rompi, kostum dan lain sebagainya. Dalam proses belajar mengajar banyak gaya mengajar yang dapat diterapkan untuk mencapai tujuan pengajaran diantaranya gaya belajar komando, *divergen*, *inklusi*, *selfcheck* dan *convergent* serta masih banyak metode serta gaya mengajar lainnya.

Berdasarkan survey yang telah dilakukan, salah satu faktor dominan yang mempengaruhi langsung kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo adalah faktor gaya melatih dan gaya latihan. Gaya melatih yang digunakan pelatih belum memperlihatkan hasil yang maksimal dan cenderung monoton serta gaya latihan sering sama diberikan kepada pemain oleh pelatih. Dalam hal ini, peneliti memilih gaya *selfcheck* karena bertujuan untuk mendorong pemain mencapai seperangkat tujuan dan manfaat yaitu 1) untuk menghilangkan ketergantungan pemain terhadap umpan balik dari orang lain, 2) meningkatkan kemampuan diri menggunakan suatu kriteria, 3) memelihara

kejujuran dan obyektifitas terhadap penampilan seseorang, 4) menerima perbedaan dan keterbatasan seseorang dan, 5) meneruskan individualisasi dengan mengalihkan pengambilan keputusan dari pelatih kepada pemain. Gaya *convergent* bertujuan untuk menemukan jawaban yang benar pertanyaan atau masalah, gaya ini pemain dilibatkan dalam memberikan alasan, menggunakan aturan logika, berpikir dalam percobaan yang gagal.

Oleh karena itu, metode latihan merupakan cara-cara yang terencana secara sistematis dan berorientasi kepada tujuan. Faktor lain yang juga memiliki peran penting dalam peningkatan kemampuan sepakbola dan juga prestasi olahraga adalah motivasi serta kedisiplinan dari dalam diri seseorang. Pada dasarnya suatu aktivitas, kegiatan atau tingkah laku yang dilakukan oleh seseorang selalu didasari oleh adanya kedisiplinan dan motivasi yang tinggi dari dalam diri seseorang tersebut.

Untuk mendapatkan hasil belajar yang baik tentu dengan gaya melatih yang benar, oleh sebab itu kemampuan pelatih, baik pengetahuan maupun keterampilan menjadi hal yang sangat penting yang harus dimiliki, sampai kepada hal-hal terkecil dibidang cabang olahraga yang

dilatihnya. Pengetahuan tersebut termasuk teknik, taktik, peraturan pertandingan, system-sistem belajar, strategi belajar, psikologi, motivasi dan hal mendetail lainnya di cabang olahraga tersebut. Berdasarkan masalah telah dikemukakan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai permasalahan tersebut di atas sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat ditemukan metode belajar yang tepat dalam pembinaannya.

METODE

Penelitian tergolong pada jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan eksperimen. Menurut sugiyono (2009:107) "penelitian eksperimen diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali". Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah "*pre-test* dan *post test desingn*" (arikunto, 2002:78). Rancangan penelitian ini dilaksanakan dalam tiga tahapan yaitu melaksanakan tes awal (*pretest*) yang bertujuan memperoleh data awal tentang kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo. Selanjutnya dilakukan perlakuan (*treatment*) gaya *self check* dan gaya *convergent*, dan tahap selanjutnya dilakukan tes akhir (*posttest*).

Menurut bailey (1978) menyatakan pupulasi jumlah keseluruhan dari unit analisis. Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah pemain sepakbola SSB SKB Muara Bungoyang berjumlah sebanyak 75 orang terdiri dari tiga kelompok umur. Sax (1979:181) mengemukakan bahwa sampel adalah suatu jumlah yang terbatas dari unsur-unsur yang terpilih dari suatu populasi. Unsur-unsur tersebut hendaklah mewakili populasi. Berdasarkan uraian di atas, maka penarikan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*. Dengan demikian, sampel dalam penelitian ini adalah kelompok U.13-U.15 tahun, yang berjumlah sebanyak 30 orang pemain SSB SKB Muara Bungo.

Data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah nilai kemampuan *dribbling* sepakbola. Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan *dribbling* sepakbola. Data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu kemampuan dasar sepakbola pemain SSB SKB Muara Bungo dengan menggunakan tes kemampuan *dribbling* yang diambil Nurhasan (2001). Hasil tes awal digunakan untuk membagi sampel menjadi dua grup yang dilakukan dengan teknik *matching*. Sehingga satu grup berjumlah 15 orang pemain. Selanjutnya kedua grup

tersebut diadakan pengundian untuk menentukan kelompok yang akan diperlakukan dengan gaya *self check* dan gaya *convergent*. Setelah 16 kali melakukan latihan maka diakhir latihan sampel akan mengikuti tes akhir dengan alat tes yang sama pada tes awal sebelumnya.

Data yang telah terkumpul dari pre-test dan post-test di analisis dengan menggunakan statistik uji normalitas dan uji-t dengan langkah-langkah perhitungan antara lain: 1) uji normalitas dengan menggunakan *lilliefors*, 2) untuk melihat gaya tersebut digunakan *uji-t* sampel dengan rumus

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sepakbola adalah permainan yang sangat digemari oleh hamper seluruh lapisan masyarakat. Sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri dari 11 orang pemain. Sekolah sepakbola merupakan suatu wadah yang menampung kegiatan pembelajaran mengenai sepak bola. Secara keseluruhan sekolah sepakbola menampung peserta didik anak-anak sampai ketinggian usia dewasa. Peraturan permainan PSSI (2009:18) mengemukakan "sepakbola adalah suatu pertandingan dimainkan oleh 2 tim, masing-masing tim paling banyak terdiri dari 11 pemain dan

satu diantaranya menjadi penjaga gawang”.

Dari sekian banyak bentuk teknik dasar dalam permainan sepakbola, *dribbling* adalah salah satu teknik dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola untuk menyusun serangan dalam rangka usaha memudahkan dalam menciptakan gol ke gawang lawan dalam pertandingan. Beberapa manfaat atau fungsi *dribbling* dalam permainan sepakbola menurut Sneyers (1988:55) adalah 1) untuk mengadakan serangan balik, 2) menarik perhatian lawan dan member kesempatan untuk membebaskan diri dari kawalan lawan, 3) untuk mencetak gol ke gawang lawan dengan cara melewati penjaga gawang jika sudah berhadapan langsung tersebut. Dengan demikian dapat diartikan bahwa *dribbling* sangat berperan penting dalam permainan sepakbola. Ada sejumlah faktor yang dapat mencapai kemampuan *dribbling* seseorang diantaranya peranan kondisi fisik terhadap kemampuan *dribbling*.

Kondisi fisik adalah prorese memperkembangkan kemampuan aktifitas gerak jasmani yang dilakukan secara progresif untuk mempertahankan atau meningkatkan derajat kebugaran jasmani agar tercapai kemampuan kerja fisik yang optimal. Untuk dapat mempunyai kemampuan

dribbling pemain SSB SKB Muara Bungo, selain dipelajari melalui latihan-latihan dalam penguasaan teknik juga harus didukung oleh kemampuan kondisi fisik yang baik. Menurut Betty J. Vickers (1984:59) “kemampuan mempunyai arti prestasi atau kapasitas, merupakan kemampuan actual yang dapat diukur langsung dengan tes tertentu”. Jadi, kemampuan merupakan bagaimana seseorang dapat memperoleh kualitas tindakan yang terampil. Dalam hal ini, kemampuan *dribbling* pemain dapat dilihat dari kemampuan *dribbling* dengan mengukur waktu tempuh tercepat yang dicapainya dengan alat ukur stopwatch dan dalam hal ini membutuhkan komponen kondisi fisik seperti kelincahan dan kecepatan.

Menurut mosston (2008:119) “gaya self check adalah hubungan pelatih dengan pemain yang menuntut keputusan ditentukan oleh pemain, yang berarti lebih banyak tanggung jawab yang dituntut oleh pemain”. Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa pelatih harus mendesain dan menyajikan suatu bentuk latihan dala permainan dengan sejumlah tingkat kesukaran. Pemain sendiri yang harus memutuskan untuk memulai dari tingkat kesulitan yang mudah sampai tingkat kesulitan yang lebih tinggi, sehingga pemain dituntut

tanggung jawabnya sendiri didalam menilai kemampuannya sendiri. Secara implikasi, gaya *self check* ini bertujuan agar pemain mampu belajar dan memahami gerakan apa yang mereka lakukan, sejauh mana mereka mampu melakukan gerakan yang betul dan seperti apa hasil yang mereka harapkan, apa sudah bagus atau belum. Sehingga pemain dapat mengembangkan pemikiran serta kemandirian mereka untuk mengetahui benar atau tidaknya gerakan yang dilakukannya.

Digunakannya gaya *self check* ini dalam proses pembelajaran menurut mosston (2008:120) adalah untuk memberikan kesempatan kepada pemain untuk lebih percaya diri mengetahui apa yang telah atau belum mereka lakukan pada saat melakukan tugasnya. Gaya ini memungkinkan pemain menjadi lebih mandiri dalam melaksanakan tugasnya.

Gaya *convergent* menurut mosston (2008:225) adalah gaya yang melibatkan pemain dalam member alasan menggunakan logika, berpikir kritis, dan percobaan kegagalan dengan tujuan untuk menemukan jawaban yang benar dari pertanyaan masalah. Oleh karena itu pemain harus mampu mengingat dan merancang gerakan apa yang penekanannya terpusat pada perkembangan kognitif, kemudian

guru merangkai serangkaian pertanyaan yang disusun dengan hanya menyiapkan satu jawaban yang dianggap benar.

Tujuan khusus dari gaya *convergent* dibagi menjadi dua kategori tujuan pokok masalah dan peranan tujuan. Tujuan masalah pokok untuk menemukan jawaban tunggal dari pertanyaan atau solusi tunggal dari pertanyaan. Peranan tujuan untuk melewati permulaan penemuan dengan menemukan suatu respon benar, untuk terlibat dalam sebuah rangkaian khusus operasi kognitif yang membawa pada solusi dan untuk menjadi sadar pada keterlibatan seseorang pada pemecahan masalah, pembuatan masalah, dan berpikir kritis. Dalam melakukan *dribbling* dengan menggunakan gaya *convergent* pemain membuat keputusan tentang keterlibatan pada tingkatan pemikiran untuk mencari sebuah bentuk gerakan yang sesuai dengan materi latihan yang sudah dirancang pelatih melalui bimbingan pelatih tersebut. Pemain menanyakan pada dirinya sendiri mengenai masalah yang harus dipecahkan untuk mencari dan memikirkan seperti apa jawaban yang benar sesuai dengan tujuan latihan. Sejauh mana pemikiran pemain tentang itu akan dibimbing oleh pelatih di dalam mencari kebenaran dan ketepatan suatu bentuk latihan.

Penerapan gaya *convergent* dalam menyusun pertanyaan harus mengenali prinsip, konsep dan gagasan. Prosedur mengajarnya yang harus diperhatikan oleh pelatih antara lain menyampaikan pertanyaan sesuai dengan suasana yang dibuat, memberikan waktu untuk pemain menjawab pertanyaan, memberikan umpan balik, mengajukan pertanyaan berikutnya, jangan berikan jawaban, serta bersikap sabar. Hal yang harus direncanakan oleh seorang pelatih dalam memberikan bentuk latihan adalah mengenali materi yang akan diberikan, menentukan urutan dan langkah-langkah yang harus dilakukan, jika jawaban salah ulangi pertanyaan, kalau masih salah ajukan pertanyaan lain dalam menguatkan dan menjabarkannya selanjutnya beri waktu pemain untuk berpikir.

Dari ketiga hipotesis yang diajukan sebelumnya: 1) pengaruh gaya *self check* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo, dari hipotesis pertama terdapat pengaruh gaya *self check* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,132 > 2,145$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan tersebut latihan gaya *self check* bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo. Gaya *self check* merupakan gaya melatih dimana

pemain akan menilai penampilannya sendiri berdasarkan kriteria yang dibuat oleh pelatih, 2) pengaruh gaya *convergent* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo, pada hipotesis kedua terdapat pengaruh gaya *convergent* terhadap keterampilan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo. Dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,613 > 2,145$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Gaya *convergent* merupakan gaya yang penekanannya terpusat pada perkembangan kognitif pemain, pelatih menyusun serangkaian pertanyaan yang disusun dengan hanya menyiapkan satu jawaban yang dianggap benar. Pertanyaan harus menghasilkan jawaban yang mengarah pada penemuan konsep, prinsip, dan gagasan, 3) gaya *self check* lebih efektif dari pada gaya *convergent* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo, dari dua bentuk perlakuan yang diberikan dengan gaya *self check* dan gaya *convergent* yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, jelas bahwa masing-masing metode tersebut mempunyai pengaruh terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo. Tetapi masing-masing gaya tersebut memiliki pengaruh yang berbeda-beda, hal ini disebabkan karena karakter dari gaya *self check* dan gaya

convergent juga berbeda. Selanjutnya untuk hipotesis ketiga berdasarkan perbandingan keseluruhan dari analisis kedua gaya *self check* dan gaya *convergent* dapat dilihat bahwa gaya *self check* lebih efektif dari pada gaya *convergent* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo. Jika diperhatikan lebih seksama terdapat perbedaan pada perbandingan nilai dari kedua gaya yang digunakan, dapat dilihat bahwa D^2 pada gaya *self check* lebih besar dari gaya *convergent* ($64,86 > 32,85$), sebagaimana diketahui selisih nilai tes awal dan nilai tes akhir yang diambil dari pemain. Hal ini berarti diantara kedua gaya ini yang paling mempunyai pengaruh terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* adalah gaya *self check*. Gaya *self check* merupakan gaya melatih dimana pemain menjalankan tugasnya dengan menyamakan dan membandingkan dengan kriteria bentuk latihan yang sudah dirancang oleh pelatih. Ini merupakan tanggung jawab bagi pemain untuk menganalisis dan menilai dirinya sendiri, gaya ini dalam peningkatan *dribbling* akan membuat pemain menjadi lebih mandiri dalam melaksanakan tugasnya. Oleh karena itu pemain harus menganalisis dan menilai sendiri sejauh mana kemampuannya didalam

melakukan sebuah gerakan pada saat latihan, sehingga pemain mampu untuk menjadikan dirinya lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dikemukakan diatas, maka dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu:

1. Terdapat pengaruh gaya *self check* secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB SKB Muara Bungo. Peningkatan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola ini adalah sebesar 1,84 yaitu selisih dari skor rata-rata tes awal 20,63 dan tes akhir menjadi 18,79 dan untuk uji hipotesis diperoleh nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,132 > 2,145$),
2. Peningkatan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB SKB Muara Bungo. Terdapat pengaruh gaya *convergent* secara signifikan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB SKB Muara Bungo. Peningkatan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola ini adalah sebesar 1,34 yaitu selisih dari skor rata-rata tes awal 20,79 dan tes akhir menjadi 19,45 dan uji hipotesis diperoleh nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,613 > 2,145$).
3. Terdapat perbedaan antara gaya *self check* dan *convergent* terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* pemain

SSB SKB Muara Bungo. Hasil tes akhir kemampuan *dribbling* pemain sepakbola dengan menggunakan gaya *self check* diperoleh nilai rata-rata tes akhir 18,79 dan tes akhir gaya *convergent* adalah 19,45. Sedangkan untuk uji hipotesis ditemukan hasil nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,132 > 2,145$) untuk gaya *self check* dan hasil $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,613 > 2,145$) untuk gaya *convergent*, yang artinya terdapat perbedaan antara kedua gaya tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Alnedral. 2008. *Strategi Spektrum Pengajaran*. Padang: UNP press
- Batty. 1986. *Struktur Dalam Pertandingan Sepakbola*. Jakarta. Bina aksara
- Bailey. 1978. *Metodologi Penelitian Pengertian Populasi*. Padang: UNP press
- FIFA. 2010. *Lapangan Permainan Sepakbola*. Jakarta: PT Rajagrafindo persada
- Sax. 1979. *Metodologi Penelitian Pengertian Sampel*. Padang. UNP press
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&B*. Bandung: alfabeta
- Suharsimi, A. 2002. *Prosedur Penelitian*: Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Sukadiyanto. 2002. *Permainan Besar Sepakbola*. Jakarta: Universitas terbuka
- Mosston, M. 2008. *Teaching Physical Education*. Columbus, Ohio: Charles E, Merrill Publishing Company
- Nasution, S. 1997. *Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bina Aksara
- Nurhasan. 2001. *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud
- PSSI. 2009. *Peraturan Permainan Sepakbola*. Jakarta
- Undang-Undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 Pasal 27 Ayat 4. (2009:16) tentang sistem keolahragaan nasional. Nuansa aulia.