

**PENGARUH LATIHAN *BALL FEELING* TERHADAP KETERAMPILAN
BERMAIN SEPAKBOLA
(Studi Eksperimen Pada Pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung)**

SKRIPSI



Oleh :

**APRICON
1202471/2012**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

PERSETUJUAN PEMBIMBING
SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN *BALL FEELING* TERHADAP KETERAMPILAN
BERMAIN SEPAKBOLA SSB GENSAB SIJUNJUNG

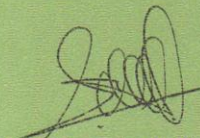
Nama : Apricon
Nim/Bp : 1202471/2012
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2017

Disetujui Oleh

Pembimbing I

Pembimbing II

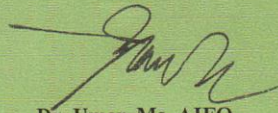


Dr. Adnan Fardi, M.Pd
NIP. 19581203 198503 1 002



Drs. Afrizal S. M.Pd
NIP. 19590616 198603 1 003

Mengetahui
Ketua Jurusan Kepelatihan



Dr. Umar, Ms. AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Apricon
NIM/BP : 1202471/2012

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi Di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Kepelatihan
Fakultas Ilmu Keolahrgaan
Universitas Negeri Padang
Dengan Judul

Pengaruh Latihan *Ball Feeling* Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola
SSB Gensab Kabupaten Sijunjung

Padang, Februari 2017

Tim Penguji

TandaTangan

1. Ketua : Dr. Adnan Fardi, M.Pd

1.

2. Sekretaris : Drs. Afrizal S, M.Pd

2.

3. Anggota : Dr. Ishak Aziz, M.Pd

3.

4. Anggota : Dr. Alnedral, M.Pd

4.

5. Anggota : Heru Syarli L, S.Pd. M.Kes

5.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “ Pengaruh Latihan *Ball Feeling Terhadap* Keterampilan Bermain sepakbola (Studi Eksperimen Pada SSB Gensab Kab.Sijunjung” ,adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada keperpustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karna karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang , Februari 2017

Yang membuat pernyataan



Apricon

Nim.1202471

ABSTRAK

Apricon(2017):Pengaruh Latihan *Ball Feeling* Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya keterampilan bermain sepakbola siswa SSB Gensab Sijunjung. Penelitian bertujuan untuk mengetahui. Pengaruh Latihan *Ball Feeling* Terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa SSB Gensab Sijunjung.

Jenis penelitian ini adalah eksperimental semu, penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai february 2017 di lapangan Sepakbola Nagari Sungai Batuang. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Siswa SSB Gensab Sijunjung yang berjumlah 80 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu keseluruhan U-16 yang berjumlah 20 orang. Setelah dilakukan tes awal (*pre test*) seluruh sampel, dilanjutkan dengan diberi perlakuan selama 4 minggu (14 kali pertemuan), dalam 1 minggu latihan dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan, berdasarkan latihan *ball feeling* dan diakhiri dengan tes akhir (*pos test*). Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan uji-t dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan: Terdapat pengaruh latihan *ball feeling* yang signifikan terhadap keterampilan bermain sepakbola *mean* 50 pada *pre-test* menjadi *mean* 57 pada *post-test* ($t_{hitung} 8,04 > t_{tabel} 1.729$) dengan demikian terdapat peningkatan keterampilan bermain sepakbola sebesar 7 poin.

KATA PENGANTAR



Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “**Pengaruh Latihan *Ball Feeling* Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa SSB Gensab Sijunjung**”.

Penulisan proposal ini selain bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat memperoleh penelitian untuk skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, Secara khusus penulis menyampaikan mengucapkan terima kasih kepada: Bapak Dr. Adnan Fardi, M.Pd selaku pembimbing I dan Bapak Drs. Afrizal S, M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis sangat berterimah kasih atas saran dari kontributor: Bapak Dr. Ishak Aziz, M.Pd. sebagai penguji I, Dr. Alnedral, M.Pd. sebagai penguji II dan Bapak Heru Syarli L, S.Pd. M Kes. sebagai penguji III yang telah memberikan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan sampai selesainya skripsi ini.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Teristimewa kedua orang tua yang tercinta kepada Ayah, Rismanto dan Ibu, Ardianis yang telah memberikan dorongan semangat serta do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Bapak Dr. Umar MS.AIFO selaku Ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikaan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Drs. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan fasilitas untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
4. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
5. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
6. Dan kepada teman-teman di Pondok Ar-Rahman yang saya sayangi yaitu: Adi Jumas, Sutrisno, Dwi Novia Nugroho, Wahyu Kurnia, Rizal Ardiansyah, Efrika Saldi, dan Rijal Almahera yang memberi dukungan semangat dan selalu memberi motivasi.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh serta diridhoi oleh Allah SWT dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR TABEL.....	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS	
A. Landasan Teori	9
1. Keterampilan Bermain Sepakbola	9
2. Teknik Dasar Dalam Sepakbola	10
3. Metoda latihan pengulangan.....	19
4. Bentuk – Bentuk Latihan <i>Ball Feeling</i>	20
B. Penelitian Relevan.....	24

C. Kerangka Konseptual	25
D. Hipotesis.....	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	28
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	29
C. Populasi Dan Sampel Penelitian.....	30
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	31
E. Prosedur Penelitian.....	36
F. Rancangan Validitas Penelitian.....	39
G. Teknik Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	42
B. Pengujian Persyaratan Analisis	44
C. Pengujian Hipotesis	44
D. Pembahasan	45
E. Keterbatasan Penelitian.....	48
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Fase gerakan dalam <i>Dribbling</i>	12
2. Fase gerakan dalam <i>Passing</i>	15
3. Fase gerakan dalam <i>Ball Control</i>	17
4. Fase gerakan dalam <i>Shooting</i>	19
5. Menggulirkan bola diantara kedua kaki dengan kaki bagian dalam	22
6. Gerakan menginjak-injak bola	22
7. gerakan menggulirkan bola kesamping dengan sol/sepatu sambil berjalan.....	22
8. Gerakan menarik bola dengan sol sepatu.....	24
9. Bentuk pelaksanaan <i>test</i> kemampuan <i>shooting</i>	33
10. Bentuk pelaksanaan <i>testDribbling</i>	34
11. Bentuk pelaksanaan tes kemampuan <i>Passing Control</i>	35
.12. Grafik 1 Histrogram Distribusi hasil <i>Pre test</i> dan <i>Post Test</i> Peningkatan Keterampilan Bermain Sepakbola	42

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang digemari oleh semua lapisan masyarakat di Indonesia, baik di kota maupun di desa. Bahkan sekarang digemari oleh kaum wanita. Dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina, maka untuk meningkatkan dan mencapai prestasi alangkah baiknya jika dimulai dari usia dini untuk mendapatkan pendidikan tentang olahraga khususnya sepakbola secara teratur dan terarah. Sesuai dengan tujuan khusus dari aktivitas berolahraga yang dinyatakan dalam Undang-Undang RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat 4 yang menyatakan bahwa: Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkan kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Mengingat tujuan olahraga yang telah dikemukakan di atas, maka perlu memberikan informasi kepada seluruh masyarakat bahwa berolahraga itu penting. Dengan demikian masyarakat akan memiliki minat yang cukup

tinggi terhadap olahraga, seperti minat masyarakat terhadap permainan sepakbola. Daya tarik sepakbola secara umum sebenarnya bukan lantaran olahraga ini mudah dimainkan. Sepakbola lebih banyak menuntut keterampilan pemain dibanding olahraga lain. Dengan keterampilan yang dimilikinya, seorang pemain dituntut bermain bagus, mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi dalam pertandingan di atas lapangan dengan waktu yang terbatas, kelelahan fisik dan lawan tanding yang tangguh. Pengetahuan tentang taktik dan strategi sangat penting. Dalam permainan sepakbola tidak ditentukan berat atau ukuran pemain secara khusus, tetapi semua pemain dituntut berlari terus menerus selama pertandingan berlangsung. Pelatih yang turut mempopulerkan pemain sepakbola ini bukan tidak mungkin karena bakat, latihan-latihan keras dan seriusnya dalam berbagai aspek. Agar dapat melakukan semua itu dengan baik dan berhasil, seorang pemain sepakbola hendaklah melakukannya dengan tekun dan serius.

Menurut Syafruddin (2011: 57) :

Prestasi terbaik (*top/peak performance*) atlet merupakan hasil dari latihan-latihan dan kompetisi yang terprogram dan terarah. Pencapaian prestasi terbaik atlet ditentukan dan dipengaruhi oleh banyak faktor yang secara garis besar dapat dikelompokkan atas dua faktor yaitu faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar).

Dari pernyataan di atas dapat dikatakan, untuk berprestasi yang tinggi dalam sepakbola bukanlah hal yang mudah. Banyak faktor yang akan mempengaruhinya yakni pembinaan melalui latihan-latihan serta faktor internal dan eksternal.

Sepakbola dimainkan oleh dua kelompok pemain dan tiap-tiap kelompok terdiri dari sebelas orang sehingga dinamakan “Kesebelasan”. Kesebelasan dapat bermain dengan baik, jika setiap pemainnya memiliki kemampuan teknik dasar yang dapat menunjang keberhasilan bermain Sepakbola.

Teknik dasar dalam permainan sepakbola meliputi teknik menendang (*shooting*), teknik menyetop (*trapping*), teknik menyundul bola (*heading*), teknik menangkap bola (*catching ball*) sebagai penjaga gawang, teknik melempar (*throw-in*) dan teknik mengumpan (*passing*), (*juggling*), menimang bola, (Danny Mielke, 2007).

Berdasarkan pendapat di atas teknik dasar bermain sepakbola memiliki peranan yang sangat penting yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola. Untuk mencapai prestasi yang baik juga harus mempunyai faktor pendukung, seperti yang dikemukakan oleh Syafruddin (2011:188), faktor tersebut adalah kondisi fisik, taktik, teknik dan mental. Beberapa pendapat mengenai komponen teknik dasar sepakbola jelaslah bahwa teknik merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola, karena pada saat bertanding atlet harus mempunyai teknik dasar yang baik agar bisa bermain dengan baik.

Dalam olahraga sepakbola teknik dasar merupakan suatu pondasi untuk dapat bermain sepakbola, teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasar dari permainan sepakbola. Zalfendi dkk (2005:100), teknik dalam permainan

sepakbola terdiri dari : (1) teknik tanpa bola dan (2) teknik dengan bola. Teknik tanpa bola seperti : lari, lompat, gerak tipu, *tacling* dan *bodychart*. Sedangkan teknik dengan bola seperti : menendang bola, menggiring bola, mengontrol bola, menyundul bola, melempar bola, dan teknik penjaga gawang.

Salah satu bentuk latihan yang dapat digunakan pelatih dalam rangka mengaktifkan atlet sehingga menguasai keterampilan dasar bermain sepakbola adalah latihan *ball feeling*. Menurut Jusuf dalam Febri (2015:28) *Ball felling* adalah kehalusan perasaan seluruh bagian tubuh kecuali tangan yang mempengaruhi tingkat penguasaan bola. Menurut Soewarno dalam Wibowo (2013:44) istilah *ball feeling* atau *ballsense* bukan istilah teknik tetapi dapat digunakan untuk menggambarkan perasaan yang dimiliki pemain terhadap karakteristik bola. Lebih lanjut Soewarno menjelaskan *ballfeeling* adalah sesuatu yang dapat dipelajari/dilatih. *Ball feeling* yang baik adalah sebagai dasar untuk memiliki teknik yang baik. Makin sering atau banyak menyentuh bola atau bermain bola akan meningkatkan *ball feeling* atau *ball sense*. Menurut Herwin dalam Wibowo (2013: 43) tujuan latihan pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ballfeeling*) untuk memulai pembelajaran dan latihan sepakbola, diawali dengan pembelajaran dan latihan pengenalan bola dengan seluruh bagian tubuh (*ball feeling*) dengan baik dan benar. Dengan mempunyai penguasaan *ball feeling* yang baik seorang pemain akan mudah mengendalikan gerak dan arah bola. Kemampuan *ball feeling* yang baik akan membuat

pemain menyatu dengan bola. Dengan itu, maka penguasaan permainan pun akan dapat dikuasai dan dapat menampilkan mutu permainan yang bagus dan menarik.

Berdasarkan pra *survey* yang peneliti lakukan di SSB Gensab, terlihat dari pemain yang berlatih pada sesi game masih banyak yang mempunyai keterampilan bermain sepakbola yang rendah. Seperti yang ditunjukkan pada saat melakukan gerakan-gerakan teknik dalam bermain yaitu kemampuan *dribbling* yang masih rendah, saat pemain melakukan *dribbling* bola tidak dalam penguasaan, bola sering melambung sehingga mudah dirampas lawan. Pelaksanaan *passing* yang belum tepat sasaran antar individu, dan akurasi *passing* belum jelas dan pelaksanaan *shooting* yang masih rendah dan sering tidak mengarah ke gawang, pelaksanaan *ball control* saat menerima bola dari sesama pemain bola masih tidak dalam penguasaan, bola sering terangkat dan melambung jauh dari yang diharapkan.

Berdasarkan masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Latihan *Ball Feeling* terhadap keterampilan bermain sepakbola SSB Gensab Kabupaten Sijunjung”. Diharapkan dari penelitian ini akan mendapatkan solusi dan menjadi pedoman bagi pelatih SSB Gensab untuk lebih memperhatikan Metode latihan *ball feeling* yang digunakan untuk meningkatkan kualitas keterampilan bermain Sepakbola Pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kondisi Fisik berpengaruh terhadap keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung.
2. Metoda berpengaruh terhadap keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung.
3. Srana dan prasarana berpengaruh terhadap keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung.
4. Latihan *ball feeling* berpengaruh terhadap keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung.

C. Pembatasan Masalah

Dari permasalahan-permasalahan yang dikemukakan di atas sesuai dengan kesanggupan peneliti maka penelitian ini hanya akan membahas tentang “ Pengaruh Latihan *Ball Feeling* Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Pada SSB Gensab Kabupaten Sijunjung”.

D. Perumusan Masalah

Agar penelitian ini terarah dengan baik, maka terlebih dahulu diajukan perumusan masalah yang akan diteliti yaitu: Apakah terdapat pengaruh

latihan *ballfelling* terhadap keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengaruh latihan *ball feeling* terhadap keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna dan dapat bermanfaat bagi:

1. Secara Teoretis:

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan khususnya bidang sepakbola dalam rangka untuk meningkatkan prestasi atlet tingkat pelajar.

2. Secara Praktis:

- a. Pemain SSB Gensab Kabupaten Sijunjung dalam menyelenggarakan program latihan untuk keterampilan bermain sepakbola.
- b. Pelatih dan pendidik sebagai pedoman dan bahan pertimbangan dalam memberikan metode latihan untuk peningkatan keterampilan bermain sepakbola dan motivasi berlatih atlet sehingga menjadi manusia yang ideal yang mampu menghadapi keadaan yang bagaimanapun juga.

- c. Peneliti sendiri, dapat menambah pengetahuan untuk memperluas wawasan dalam kajian ini dan sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana (S1) pada jurusan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Padang.
- d. Peneliti lain, dapat mengembangkan lebih luas dan lebih baik lagi penelitian yang sejenis.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan, maka dapat dikemukakan kesimpulan bahwa:

Terdapatnya peningkatan secara nyata dari perlakuan yang diberikan dengan latihan *Ball Feeling*, dengan demikian terdapat pengaruh latihan *Ball Feeling* terhadap keterampilan bermain sepakbola, dapat dibuktikan dengan data $t_{hitung} = 8,04 > t_{tabel} = 1,90$ dengan rata-rata 50 pada *pre-test* dan 57 pada *post test* meningkat sebesar 7 point.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan, maka penulis memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam pelaksanaan meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola, yaitu:

1. Bagi pelatih, guru olahraga, dan atlet disarankan untuk menggunakan latihan *ball feeling* untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbol, karena berdasarkan dari hasil penelitian ini hasil dari latihan *ball feeling* memberikan pengaruh yang baik untuk peningkatan keterampilan bermain sepakbola.
2. Bagi pelatih, guru olahraga, dan atlet disarankan untuk menggunakan latihan *ball feeling* untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, karena berdasarkan dari hasil penelitian ini hasil dari latihan *ball feeling* memberikan pengaruh yang baik untuk peningkatan keterampilan bermain sepakbola.

3. Untuk lebih baiknya agar didapatkan hasil yang maksimal maka dalam melakukan program latihan ini hendaknya memperhatikan kesehatan atlet dan kesungguhan atlet dalam pelaksanaannya.
4. Pada pelaksanaan latihan hendaknya dilihat keseriusan atlet dalam pelaksanaan latihan, karena latihan yang tidak serius akan mempengaruhi hasil dari latihan itu sendiri.
5. Sebagai pelatih harus memperhatikan kemampuan atlet dalam menyusun program latihan yang akan dirikan.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Manajemen penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta

Buku Panduan. 2014. *Penulisan Tugas Akhir/Skripsi*. Padang: Universitas Negri Padang

<https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fencrypted-tbn1.gstatic.com> Diakses pada tanggal 15 November 2016, Jam 20.45 WIB.

<https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fd2jt95prv3gp8p>. Diakses pada tanggal 15 November 2016, Jam 20.45 WIB.

http://i.ytimg.com/vi/YcY_tWoRpHw/Hqdefault.jpg Diakses pada tanggal 15 November 2016, Jam 20.45 WIB.

<https://l.facebook.com> Diakses pada tanggal 15 November 2016, Jam 20.45 WIB.

Koger, Robert. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten: Macanan Jaya Cemerlang.

Luxbacher, Joseph. (2001). *Sepak bola: Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

----- (2011). *Sepakbola edisi kedua*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

Mielke, Danny. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola* (Alih bahasa: Eko Wahyu Setiawan). Bandung: Pakar Raya

Nugroho. (2015). *Hubungan antara Tinggi Badan, Keseimbangan, Kekuatan Otot Tugkai dan Ball Feeling Dengan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Sepakbola Pada Ekstrakurikuler Sepakbola Di Sma Negri 3 Wonogiri tahun ajaran 2013/2014. (Skripsi)*. Yogyakarta: FIK UNY

Nurhasan, 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Depdikbud.

PSSI. (2010). *Peraturan Permainan Sepak Bola*. Jakarta.

Scheunemann, Timo. (2012). *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepakbola Indonesia*. PSSI.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung. Alfabeta.