

# **TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DALAM BERMAIN SEPAKBOLA**

(Studi Pada Pemain Sepakbola U-19 PS Sikabau Kecamatan Koto Balingka  
Kabupaten Pasaman Barat)

## **SKRIPSI**

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepelatihan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**HAVIAR SIDDIK**

**56165/2010**

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**

### HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Judul** : Tinjauan Kemampuan Teknik Dalam Bermain Sepakbola (Studi Pada Pemain Sepakbola U-19 PS Sikabau Kecamatan Koto Balingka Kabupaten Pasaman Barat)

**Nama** : Haviar Siddik

**NIM** : 56165

**Prodi** : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**Jurusan** : Kepelatihan olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2018

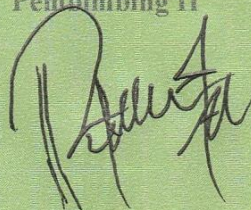
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. Alex Aldha Yudi, S, Pd. M.Pd  
NIP 198506032009121006

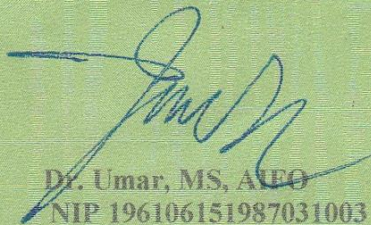
Pembimbing II



Dr. Roma Irawan, S, Pd. M.Pd  
NIP 19810726 200604 1 002

Mengetahui:

Ketua Jurusan Kepelatihan



Dr. Umar, MS, AIEO  
NIP 196106151987031003



## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama :Haviar Siddik

NIM :56165


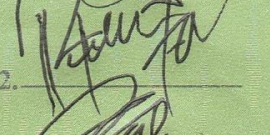
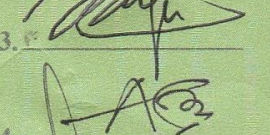
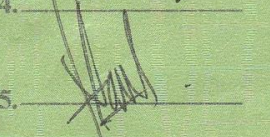

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

Dengan Judul

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DALAM BERMAIN SEPAKBOLA**  
(Studi Pada Pemain Sepakbola U-19 PS Sikabau Kecamatan Koto Balingka  
Kabupaten Pasaman Barat)

Padang, Januari 2018

### Tim Penguji

|               | Nama                               | Tanda Tangan   |
|---------------|------------------------------------|--|
| 1. Ketua      | : Dr. Alex Aldha Yudi, S, Pd. M.Pd | 1.  |
| 2. Sekretaris | : Dr.Roma Irawan, S, Pd. M.Pd      | 2.  |
| 3. Anggota    | : Drs. Hendri Irawadi, M.pd        | 3.  |
| 4. Anggota    | : Drs. Afrizal S, M.pd             | 4.  |
| 5. Anggota    | : Heru Syarli L S, Pd. M.Kes       | 5.  |



## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi dengan judul “Tinjauan Kemampuan Teknik Dalam Bermain Sepakbola Pemain U-19 PS Sikabau Kecamatan Koto Balingka Kabupaten Pasaman Barat” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing/Dosen Penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 24 Agustus 2017

Saya yang menyatakan,



Haviar Siddik

Nim/Bp.56165/2010

## ABSTRAK

**Haviar Siddik 2018: TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DALAM BERMAIN SEPAKBOLA (Studi pada Pemain Sepakbola U-19 PS Sikabau Kecamatan Koto Balingka Kabupaten Pasaman Barat)**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi Klub PS Sikabau yang berkemungkinan disebabkan oleh rendahnya kemampuan teknik dalam bermain sepakbola pemain PS Sikabau. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan teknik dalam bermain sepakbola Pemain *Under 19* PS Sikabau. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah pemain sepakbola Persatuan Sepakbola Sikabau yang berjumlah 20 orang. Seluruh populasi dalam penelitian ini dijadikan sebagai sampel. Untuk mengukur Keterampilan Bermain Sepakbola yang terdiri dari empat bentuk tes yaitu tes *shooting*, tes *dribbling*, tes *passing*, dan tes kontrol. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Kemampuan *Shooting* pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori sedang 55%. (2) Kemampuan *Dribbling* pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori baik 45%. (3) Kemampuan *Passing* pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori kurang 50%. (4) Kemampuan Kontrol pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori baik sekali 80%. (5) Kemampuan teknik pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori kurang 40%.

**Kata Kunci:** Kemampuan Teknik, Sepakbola, Pemain Bola

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis telah diberi kesempatan dan kemampuan dalam menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Tinjauan Kemampuan Teknik Dalam Bermain Sepakbola Pemain *Under 19 PS Sikabau* Kecamatan Koto Balingka Kabupaten Pasaman Barat”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penulisan skripsi ini, penulis mendapat bantuan berbagai pihak baik itu berupa motivasi, dorongan, bimbingan serta bantuan material dan non material. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Ganefri, Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr.Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Umar, MS. AIFO sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Dr. Alex Aldha Yudi, M. Pd selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan bimbingan kepada penulis, dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.

5. Bapak Dr. Roma Irawan, M.Pd selaku pembimbing II yang juga telah banyak memberikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Afrizal, M. Pd, dan Bapak Drs. Hendri Irawadi, M. Pd serta Bapak Heru Syarli Lesmana, S. Pd, M. Kes selaku tim penguji yang telah banyak memberikan masukan dalam penulisan skripsi ini.
7. Bapak/ibu staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP
9. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Januari 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

|   | <b>Halaman</b> |
|---|----------------|
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI .....</b>  | <b>i</b>       |
| <b>ABSTRAK .....</b>                      | <b>ii</b>      |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>               | <b>iii</b>     |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                    | <b>v</b>       |
| <br><b>BAB I. PENDAHULUAN</b>             |                |
| A. Latar Belakang Masalah.....            | 1              |
| B. Identifikasi Masalah .....             | 5              |
| C. Pembatasan Masalah .....               | 5              |
| D. Perumusan Masalah.....                 | 6              |
| E. Tujuan Penelitian.....                 | 6              |
| F. Manfaat Penelitian.....                | 6              |
| <br><b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>       |                |
| A. Landasan Teori.....                    | 7              |
| 1. Sepakbola .....                        | 7              |
| 2. Teknik Dalam Permainan Sepakbola ..... | 10             |
| B. Kerangka Berfikir.....                 | 27             |
| C. Hipotesis.....                         | 29             |
| <br><b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>     |                |
| A. Jenis Penelitian.....                  | 30             |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....      | 30             |
| C. Populasi dan Sampel .....              | 30             |
| D. Jenis dan Sumber Data .....            | 31             |
| E. Definisi Operasional.....              | 31             |
| F. Instrumen Penelitian.....              | 32             |
| G. Teknik Analisis Data .....             | 37             |
| <br><b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN</b>   |                |
| A. Verifikasi Data .....                  | 38             |
| B. Deskripsi Data .....                   | 38             |
| C. Pembahasan .....                       | 45             |



**BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| A. Kesimpulan.....          | 53        |
| B. Saran.....               | 53        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b> | <b>55</b> |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  | Halaman |
|--|---------|
| Lampiran 1. Data Kemampuan Shooting .....    | 57      |
| Lampiran 2. Data Kemampuan Dribbling.....    | 58      |
| Lampiran 3. Data Kemampuan Passing .....     | 59      |
| Lampiran 4. Data Kemampuan Kontrol .....     | 60      |
| Lampiran 5. Data Kemampuan Teknik Dasar..... | 61      |
| Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian .....     | 62      |

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan aktivitas yang sering dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat, sebab olahraga dewasa ini sudah menjadi kebutuhan masyarakat baik orang tua, remaja maupun anak-anak, karena olahraga ini mempunyai makna tidak hanya untuk kesehatan, tetapi lebih dari itu yaitu sebagai sarana pendidikan bahkan prestasi.

Sehubungan dengan hal di atas, maka olahraga dapat membuat hidup lebih sehat dan bugar, dan melalui olahraga dapat mengangkat kehormatan bangsa, dengan berjalannya waktu perkembangan ilmu pengetahuan serta teknologi dewasa ini yang berlangsung dengan cepat, banyak menyebabkan pergeseran nilai-nilai kehidupan, baik itu nilai sosial, budaya ekonomi, politik termasuk nilai-nilai olahraga itu sendiri. Olahraga yang dahulunya hanya bertujuan sebagai usaha peningkatan kualitas jasmani, telah berkembang menjadi multi fungsi, baik untuk kepentingan prestasi olahraga, ekonomi maupun politik. Bahkan dewasa ini olahraga telah menjadi suatu industri yang jika dikemas sedemikian rupa mampu menjadi suatu komoditi yang mempunyai nilai jual yang cukup tinggi.

Dalam undang-undang RI tentang sistem keolahragaan Nasional No.3 Tahun 2005 Pasal 1 Ayat 4 menyebutkan bahwa “Olahraga adalah segala sesuatu kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial”



Berkenaan dengan itu dalam pasal 4 disebutkan bahwa :

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa. Memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa (Bab II pasal 4 UU No.30 Tahun 2005: 3)

Kutipan di atas mengandung makna bahwa pembangunan manusia Indonesia harus berlangsung dalam keselarasan antar peningkatan kualitas fisik dengan perkembangan intelektual yang diiringi dengan mental spiritual. Di samping itu yang tidak boleh dilupakan adalah peningkatan prestasi yang mampu menumbuhkan rasa kebanggaan nasional melalui prestasi olahraga. Salah satu olahraga yang perlu mendapatkan perhatian khusus adalah sepakbola.

Sepakbola adalah permainan bola yang sangat populer dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan 11 orang (PSSI 2009:1-4) mengemukakan. Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang paling populer dan digemari di Indonesia. Kepopuleran olahraga Sepakbola terlihat dari banyaknya penggemar, jumlah penonton saat pertandingan berlangsung dan tingginya frekuensi jam tayang televisi, dan lain sebagainya. Selain itu, sepakbola merupakan olahraga yang dapat dilakukan mulai dari usia kanak-kanak sampai usia dewasa.

Di Indonesia telah banyak berdiri klub-klub sepakbola sebagai wadah untuk menyalurkan bakat yang ada dimasyarakat termasuk di Sumatera Barat salah satunya adalah kesebelasan Persatuan Sepakbola Sikabau. Klub ini

merupakan salah satu wadah pembinaan sepakbola di Kecamatan Koto Balingka Kabupaten Pasaman Barat. Sebagai wadah pembinaan, Klub PS. Sikabau sejak berdirinya belum mampu meraih juara ditingkat Kabupaten Pasaman Barat kondisi ini tentu sangat mengecewakan bagi para Pembina sepakbola PS. Sikabau serta masyarakat pecinta sepakbola di Sikabau. Berikut hasil beberapa pertandingan yang diikuti oleh PS Sikabau beberapa tahun terakhir:

Tabel 1. Hasil Pertandingan PS Sikabau Tahun 2013-2016

| <b>Pertandingan</b>           | <b>Skor</b> | <b>Event</b>     | <b>Tahun</b> |
|-------------------------------|-------------|------------------|--------------|
| PSAB Air Bangis vs PS Sikabau | 2-1         | PSAB Cup         | 2013         |
| PS Sikabau vs Muara Mais      | 0-2         | Porsis Cup       | 2014         |
| Lb. Gadang vs PS Sikabau      | 0-2         | Lubuk Gadang Cup | 2015         |
| PS Sikabau vs Madina          | 1-3         | Porsis Cup       | 2016         |

Tabel 2. Prestasi PS Sikabau Tahun 2013-2016

| <b>Event</b>     | <b>Peringkat</b> | <b>Tahun</b> |
|------------------|------------------|--------------|
| PSAB Cup         | II               | 2013         |
| Porsis Cup       | IV               | 2014         |
| Lubuk Gadang Cup | 32 Besar         | 2015         |
| Porsis Cup       | 33 Besar         | 2016         |

Dari 2 tabel di atas dapat diketahui hasil pertandingan dan prestasi PS Sikabau dari tahun 2013 sampai tahun 2016 terus mengalami penurunan. Sebagai suatu tim sepakbola yang telah melakukan pembinaan sejak lama dan menginginkan prestasi maksimal, maka sudah seharusnya pemain sepakbola PS. Sikabau memiliki kemampuan (teknik) bermain yang baik, karena dengan menguasai teknik yang baik pemain akan dapat bermain dengan efektif dan efisien.

Prestasi sepakbola dapat dipengaruhi oleh empat indikator yang perlu diperhatikan yaitu 1) kondisi fisik 2) teknik 3) taktik dan strategi 4) mental. Kondisi fisik merupakan elemen dasar yang dibutuhkan oleh semua cabang olahraga termasuk sepakbola, adapun unsur kondisi fisik yang paling dominan dalam sepakbola adalah daya tahan, kekuatan, kecepatan dan kelincahan. Selain kondisi fisik teknik juga menentukan dalam prestasi sepakbola karena dengan teknik baik maka akan dapat mendukung kondisi fisik yang dimiliki oleh pemain. Berikutnya adalah taktik dari pelatih yang akan menentukan keberhasilan teknik dan kondisi fisik dalam meraih kemenangan dalam suatu pertandingan sepakbola.

Selain dari ke 4 faktor tersebut terdapat hal lain yang dapat menunjang agar diperoleh prestasi maksimal dalam suatu organisasi sepakbola yaitu manajemen organisasi, dengan adanya kepengurusan pada suatu organisasi maka segala kebutuhan klub akan mudah terakomodir.

Berdasarkan observasi penulis dan informasi dari pelatih dari beberapa pertandingan yang diikuti tim Persatuan Sepakbola Sikabau masih banyak terdapat kekurangan dalam kemampuan penguasaan teknik bermain sepakbola pemain Persatuan Sepakbola Sikabau. Ini dibuktikan ketika dalam pertandingan dimana pemain sering melakukan kesalahan dalam melakukan *passing*, *shooting* yang kurang akurat dan *dribbling* yang kurang baik serta kontrol bola yang sering lepas sehingga bola dengan mudah direbut oleh lawan. Teknik bermain merupakan modal dasar yang harus dimiliki oleh



pemain untuk dapat meraih prestasi maksimal, dengan teknik yang baik maka pemain akan dapat bermain dengan efisien dan efektif.

Dari keterangan di atas maka penulis berasumsi menurunnya prestasi sepakbola PS Sikabau disebabkan oleh rendahnya kemampuan teknik pemain PS Sikabau itu sendiri, oleh sebab itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian. Dari penelitian ini diharapkan bisa melahirkan suatu langkah antisipatif terhadap masalah yang terjadi pada tim sepakbola PS. Sikabau kedepannya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti mengidentifikasi beberapa masalah yang diduga mempengaruhi prestasi pemain PS Sikabau adalah sebagai berikut:

1. Kemampuan teknik
2. Kondisi fisik
3. Metode latihan
4. Kemampuan intelegensi
5. Mental
6. Motivasi
7. Sarana dan prasarana

## **C. Pembatasan Masalah**

Oleh karena banyaknya permasalahan yang mempengaruhi kemampuan teknik sepakbola, maka perlu dilakukan pembatasan masalah agar penelitian ini lebih terfokus pada pencapaian tujuan penelitian. Maka penelitian ini dibatasi

pada kemampuan teknik dalam permainan sepakbola yang terdiri dari: *shooting*, *dribbling*, dan *passing* serta kontrol.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar *shooting* pemain PS Sikabau?
2. Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar *dribbling* pemain PS Sikabau?
3. Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar akurasi *passing* pemain PS Sikabau?
4. Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar kontrol pemain PS Sikabau?
5. Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar sepakbola pemain PS Sikabau?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kemampuan teknik dasar *shooting* pemain PS Sikabau?
2. Kemampuan teknik dasar *dribbling* pemain PS Sikabau?
3. Kemampuan teknik dasar akurasi *passing* pemain PS Sikabau?
4. Kemampuan teknik dasar kontrol pemain PS Sikabau?
5. kemampuan teknik dasar sepakbola pemain PS Sikabau

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan berguna dan dapat bermanfaat bagi:

1. Peneliti sendiri, dapat menambah pengetahuan untuk memperluas wawasan dalam kajian ini dan sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
2. Pemain Persatuan Sepakbola Sikabau dalam menyelenggarakan latihan untuk kemampuan teknik sepakbola.
3. Pengurus PS Sikabau dan pelatih sebagai pedoman dalam proses pembinaan pemain di PS Sikabau.
4. Peneliti lain, dapat mengembangkan lebih luas dan lebih baik lagi penelitian yang sejenis.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka peneliti menarika kesimpulan penelitian ini sebagai berikut:

1. Kemampuan *Shooting* pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu sebesar 40%.
2. Kemampuan *Dribbling* pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori baik yaitu sebesar 45%.
3. Kemampuan *Akurasi Passing* pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 55%.
4. Kemampuan Kontrol pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 55%.
5. Kemampuan teknik pemain sepak bola PS Sikabau sebagian besar berada pada kategori kurang dengan persentase sebesar 40%

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi pelatih dapat memperhatikan dan meningkatkan kemampuan Teknik pemain sepak bola PS Sikabau.
2. Bagi pemain agar dapat menjaga dan meningkatkan kemampuan tekniknya.

3. Pemain agar memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan Teknik.
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan prestasi sepak bola.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2008. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arsil. 2010. *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang: Suka Bina
- Djezed dan Darwis 1985. *Buku Pelajaran Sepakbola*. Padang: FPOK IKIP Padang
- <http://blogspot.com/2011/08/pengertian-pendekatan-bermain.html>
- <http://journal.unnes.ac.id/index.php/miki>
- <http://literaturkti.blogspot.com/2013/04/konsep-bermain.html> diakses 27 Mei 2016
- [http://mohammadmizanurohman.multiply.com/journal/item/6/Prinsip\\_Prinsip\\_Latihan](http://mohammadmizanurohman.multiply.com/journal/item/6/Prinsip_Prinsip_Latihan) diakses 27 Mei 2016
- [http://teknik\\_melakukan\\_kontrol](http://teknik_melakukan_kontrol). Diakses Selasa 8 Mei 2016
- [Http://www.Komponen\\_Latihan](Http://www.Komponen_Latihan). Diakses Selasa, 8 Mei 2016
- [http://www.Keterampilan\\_Bermain\\_Sepakbola](http://www.Keterampilan_Bermain_Sepakbola). Diakses Selasa, 8 Mei 2016
- <https://kampungbiru.wordpress.com/pengertian-sepak-bola/>. Diakses Kamis, 28 April 2016
- <http://harry-football.blogspot.co.id/2007/12/teknik-dasar-sepak-bola.html> Diakses Kamis, 28 April 2016
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. USA: the united states copyright
- Luxbacher, Joseph A. 2011. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Grafindo Persada
- Martiningtyas, Nining. 2011. *Statistika*. Jakarta: PT. Prestasi Pustakarya
- M. Sajoto. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya
- Nurhasan, 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.
- PBSI. (2007). *Penataran Pelatih Bulutangkis Tingkat Nasional*. Jakarta: PB PBSI.