

**STUDI TENTANG KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BERMAIN SEPAK
BOLA SISWA SSB (SEKOLAH SEPAK BOLA) HALMEC
KECAMATAN KUBUNG KABUPATEN SOLOK**

SKRIPSI

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



Oleh
BENNY APRIALDI
NIM. 06840

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

PENGESAHAN

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

**Judul : STUDI TENTANG KEMAMPUAN TEKNIK DASAR
BERMAIN SEPAK BOLA SISWA SSB (SEKOLAH
SEPAK BOLA) HALMEC KECAMATAN KUBUNG
KABUPATEN SOLOK**

Nama : BENNY APRIALDI

NIM : 06840

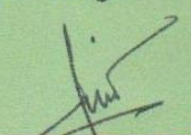
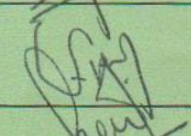
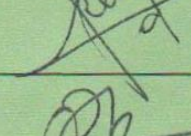
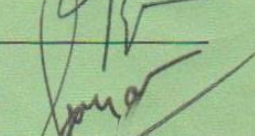
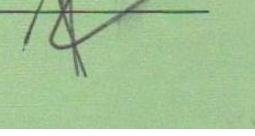
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2013

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Drs. Suwirman, M.Pd	1. 
2. Dra. Erianti, M.Pd	2. 
3. Dra. Rosmawati, M.Pd	3. 
4. Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO	4. 
5. Drs. Qalbi Amra, M.Pd	5. 

ABSTRAK

Benny Aprialdi (2013) : Studi Tentang Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepak Bola Siswa SSB (Sekolah Sepak Bola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi siswa SSB (sekolah sepak bola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar sepakbola siswa SSB (sekolah sepak bola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang aktif mengikuti latihan sebanyak 21 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 21 orang. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap kemampuan teknik passing dan kontrol, teknik *dribbling*, teknik menendang bola ke gawang. Data dianalisis dengan menggunakan persentase.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa sebagian besar dari jumlah siswa belum memiliki kemampuan teknik dasar bermain sepak bola yang baik. Untuk tes kemampuan teknik *passing* dan kontrol siswa dalam kategori baik sekali yakni 2 orang (9,52%), kategori baik yaitu sebanyak 3 orang (14,28%), kategori cukup yakni 14 orang (66,66%), dan kategori kurang yaitu 2 orang (9,52%). Untuk kemampuan teknik *dribbling* siswa dalam kategori baik sekali tidak seorangpun (0%), kategori baik yaitu sebanyak 3 orang (14,28%), kategori cukup yakni 13 orang (61,90%), dan kategori kurang yaitu 5 orang (23,80%). Dan untuk kemampuan teknik *shooting* siswa dalam kategori baik sekali yakni 1 orang (4,76%), kategori baik yaitu sebanyak 3 orang (14,28%), kategori cukup yakni 16 orang (76,19%), dan kategori kurang yaitu 1 orang (4,76%).

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Studi tentang kemampuan teknik dasar bermain sepak bola siswa SSB (sekolah sepak bola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok”. Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penulis sadar bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang..
3. Drs. Suwirman, M.Pd dan Dra. Erianti, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan yang sangat berarti kepada penulis.

4. Dra. Rosmawati, M.Pd , Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO, dan Drs. Qalbi Amra, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, saran, dan koreksi di dalam penyusunan skripsi ini, sehingga skripsi ini bisa lebih baik lagi.
5. Kedua orangtua ku serta seluruh keluarga ku tercinta yang selalu memberikan semangat dan motivasi yang begitu berarti bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh pihak SSB (sekolah sepak bola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melibatkan siswanya dalam penelitian ini.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Juni 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	
1. Permainan Sepakbola	8
2. Teknik Dasar Bermain Sepakbola	10
3. Teknik <i>Passing</i> dan Mengontrol Bola	12
4. Teknik <i>Dribbling</i>	16
5. Teknik <i>Shooting</i>	23
B. Kerangka Konseptual	27
C. Pertanyaan Penelitian	29
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian	30
D. Defenisi Operasional	31

E. Jenis dan Sumber Data.....	32
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	32
G. Prosedur Penelitian.....	37
H. Teknik Analisa Data	38
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	39
B. Pembahasan.....	44
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	51
B. Saran	52
 DAFTAR PUSTAKA	54

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	31
2. Daftar Nama Tenaga Pembantu Pelaksanaan Penelitian.....	38
3. Distribusi Frekuensi Kategori Nilai Kemampuan Teknik <i>Passing</i> dan Kontrol	40
4. Distribusi Frekuensi Kategori Nilai Kemampuan Teknik <i>Dribbling</i> ..	41
5. Distribusi Frekuensi Kategori Nilai Kemampuan Teknik Menendang Bola Ke Gawang (<i>Shooting</i>)	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Passing</i> Dengan Kaki Bagian Dalam	14
2. Mengontrol Bola Dengan Kaki Bagian Dalam.....	16
3. Dribbling Dengan Menggunakan Sisi Kaki Bagian Dalam	19
4. <i>Dribbling</i> Bola Dengan Kontrol Yang Rapat	22
5. <i>Dribbling</i> Bola Dengan Cepat	23
6. <i>Shooting</i> Dengan Menggunakan Kura-Kura Atas.....	26
7. Diagram Lapangan Tes <i>Passing</i> Dan Mengontrol Bola.....	34
8. Diagram Lapangan Tes <i>Dribbling</i>	35
9. Diagram Lapangan Tes Menembak Bola Ke Sasaran.....	37
10. Histogram Kemampuan Teknik <i>Passing</i> dan Kontrol	40
11. Histogram Kemampuan Teknik <i>Dribbling</i>	42
12. Histogram Kemampuan Teknik <i>Shooting</i>	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Penelitian.....	55
2. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	60
3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari SSB Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok	61
4. Dokumentasi Penelitian	62

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Membangunan manusia seutuhnya dapat dilakukan melalui pengembangan dan pembinaan olahraga, karena banyak nilai-nilai luhur yang terkandung dalam olahraga antara lain adalah daya juang, disiplin, kesetiakawanan, tanggung jawab dan kejujuran. Hal ini sangat bermanfaat bagi generasi muda sebagai generasi penerus bangsa dalam menghadapi tantangan yang semakin berat. Dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 (2005:13) pada Pasal 22 ayat 1 dinyatakan bahwa:

Masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga melalui berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif, baik yang dilaksanakan atas dorongan Pemerintah dan/atau Pemerintah daerah, maupun atas kesadaran atau prakarsa sendiri. Pembinaan dan pengembangan olahraga oleh masyarakat sebagaimana dimaksud pada ayat 1 dilakukan oleh perkumpulan olahraga dilingkungan masyarakat setempat”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pengembangan dan pembinaan olahraga dapat dilakukan melalui kegiatan olahraga dalam masyarakat dengan dorongan pemerintah atau atas keinginan sendiri. Pembinaan bagi generasi muda yang memiliki minat dan bakat pada suatu cabang olahraga perlu tanggap dengan serius, secara terencana, sistematis, terpadu dan berkelanjutan. Kemudian pelaksanaannya diperlukan pengawasan dan pengelolaan pelatihan demi tercapainya prestasi yang diinginkan.

Olahraga permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak mendapat perhatian masyarakat daerah, mulai dari anak-anak, remaja, orang dewasa dan bahkan orang tua. Masyarakat daerah yang melakukan pengembangan dan pembinaan olahraga sepakbola tersebut diantaranya adalah di Kecamatan Kubung Kabupaten Solok berdirinya Sekolah Sepakbola (SSB) Halmec, yang didirikan oleh Rudi Deas Putra pada tahun 2008, merangkap sebagai pelatih.

Tujuan dari pembinaan sepakbola di SSB Halmec ini adalah untuk mengembangkan minat dan bakat anak-anak di daerah Kecamatan Kubung Kabupaten Solok. Mereka dilatih tiga kali seminggu yaitu pada hari rabu sore, Jumat sore dan Minggu pagi, bertempat di lapangan sepakbola Panyakalan kecamatan Kubung Kabupaten Solok. SSB Halmec juga salah satu klub yang mempunyai kepengurusan yang baik dan semua pengurusnya aktif dalam pengembangan klub serta memiliki sarana dan prasarana yang lengkap seperti memiliki lapangan sepakbola, peralatan latihan yang memadai.

Berpedoman pada uraian di atas, maka diharapkan nantinya Siswa SSB halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok, dapat berprestasi yang bisa dibanggakan di daerah ini. Memang untuk mencapai prestasi dicabang olahraga sepakbola banyak faktor yang mempengaruhi diantaranya adalah kemampuan teknik, kondisi fisik, taktik dan mental seorang/atlet dalam suatu pertandingan. Menurut

Syafruddin (2011:76) kemampuan seorang atlet dalam suatu pertandingan atau kompetisi pada dasarnya ditentukan oleh empat faktor yaitu “1) Kondisi fisik, 2) teknik, 3) taktik, dan 4) faktor mental (psikis)”. Artinya keempat faktor inilah yang harus dimiliki atlet, sebagai unsur-unsur yang ditampilkan atau diperagakan dalam pertandingan, baik secara perorangan maupun berkelompok (tim).

Perpaduan dari kemampuan kondisi fisik, teknik, taktik, dan kemampuan mental yang dimiliki atlet tersebut, merupakan dasar untuk memperoleh prestasi, seperti prestasi bermain sepakbola. Begitu juga bagi siswa SSB Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok, dalam mengikuti pertandingan sepakbola harus memiliki empat kemampuan tersebut. Di samping itu didukung oleh faktor lain seperti pelatih, sarana dan prasarana, organisasi, lingkungan, dan partisipasi masyarakat daerah.

Sesuai dengan uraian di atas, maka jelaslah bahwa kemampuan teknik dalam bermain sepakbola penting untuk dimiliki siswa SSB Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok. Teknik dasar bermain sepakbola menurut Zalfendi dkk (2005: 64) adalah “teknik tanpa bola yaitu ; lari, melompat, tackling, dan rempel. Sedangkan teknik dengan bola; menendang, menahan, mengontrol, dan menggiring bola (*dribbling*) “.teknik menendang ada beberapa jenis diantaranya menendang bola ke gawang (*shooting*), teknik *passing* dan teknik long *passing*. Dengan demikian dapat di artikan bahwa kemampuan

seseorang atlet sepakbola seperti lari, melompat, menendang, menahan, menggiring, dan mengontrol bola dengan baik harus mereka kuasai.

Berdasarkan observasi dan beberapa kali penulis menyaksikan pertandingan yang pernah diikuti siswa SSB Halmec antar Club Sepakbola, baik di Kecamatan Kubung maupun Kecamatan lain di Kabupaten Solok, belum pernah juara. Artinya prestasi siswa SSB Halmec masih rendah. Hal ini terlihat pada saat bergerak membawa bola dengan teknik menggiring bola (*dribbling*) senantiasa pergerakannya kandas dan dirampas lawan.

Kemudian sering tidak tepat sasaran ketika memberi operan bola (*passing*) pada teman satu tim, sehingga bola berpindah dikuasai siswatim lawan. Begitu juga mengontrol dan menahan bola terlalu kaku, akhirnya bola memantul tidak dikuasai lagi. Selanjutnya ketika siswa SSB Halmec melakukan beberapa kali tendangan jarak jauh (*long passing*) untuk umpan atau bola crossing ke depan daerah pertahanan gawang tidak sampai pada yang dituju, begitu juga untuk melakukan tendangan gawang (*shooting*), bolanya terlalu tinggi dan gol tidak pernah tercipta.

Dari uraian di atas, maka penulis ingin melakukan suatu penelitian dan menduga bahwa tidak berprestasinya siswa SSB Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok ini, salah satu faktor penyebabnya adalah kemampuan teknik bermain sepakbola belum

mereka kuasai dengan baik. Di samping itu banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi rendahnya prestasi siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec pada cabang olahraga permainan sepakbola seperti kemampuan kondisi fisik, taktik, mental, sarana dan prasarana, organisasi, kompetisi, kemampuan pelatih, lingkungan dan dukungan masyarakat.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi kurang prestasinya siswa SSB Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok dalam cabang olahraga sepakbola yaitu:

1. Kemampuan teknik
2. Kemampuan kondisi fisik
3. Kemampuan taktik
4. Kemampuan mental
5. Kemampuan pelatih
6. Sarana dan prasarana yang tersedia
7. Dukungan masyarakat
8. Lingkungan

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi prestasi siswa SSB Halmec tersebut, dan karena keterbatasan yang penulis miliki, serta lebih fokusnya penelitian ini, maka penulis hanya membatasi atas beberapa faktor yaitu:

1. Kemampuan teknik *Passing* dan *control*
2. kemampuan teknik *dribbling*
3. Kemampuan teknik *shooting*
- 4.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan masalah yakni sebagai berikut :

1. Bagaimanakah kemampuan teknik *passing* dan *control* siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok ?
2. Bagaimanakah kemampuan teknik *dribbling* siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok ?
3. Bagaimanakah kemampuan teknik *shooting* siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok ?
- 4.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Kemampuan teknik *passing* dan *control* siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok ?
2. Bagaimanakah kemampuan teknik *dribbling* siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok ?
3. Bagaimanakah kemampuan teknik *shooting* siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok ?

F. Kegunaan Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Peneliti untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok, sebagai masukan dalam meningkatkan prestasi pada cabang olahraga permainan sepakbola.
3. Siswa SSB (Sekolah Sepakbola) Halmec, sebagai gambaran tentang kemampuan teknik dasar bermain sepakbola yang mereka miliki.
4. Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai menambah wawasan dalam bidang penelitian khususnya dan penyusunan karya ilmiah.
5. Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, sebagai tambahan bahan bacaan.
6. Peneliti selanjutnya dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran. Adapun kesimpulandan saran tersebut adalah:

A. Kesimpulan

Dari 21 orang siswa SSB (Sekolah Sepak Bola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok, dapat peneliti simpulkan:

1. Sebagian besar dari jumlah siswa belum memiliki kemampuan teknik *passing* dan kontrol yang baik. Untuk tes kemampuan teknik *passing* dan kontrol siswa dalam kategori baik sekali yakni 2 orang (9,52%), kategori baik yaitu sebanyak 3 orang (14,28%), kategori cukup yakni 14 orang (66,66%), dan kategori kurang yaitu 2 orang (9,52%).
2. Sebagian besar dari jumlah siswa belum memiliki kemampuan teknik *dribbling* yang baik. Untuk kemampuan teknik *dribbling* siswa dalam kategori baik sekali tidak seorangpun (0%), kategori baik yaitu sebanyak 3 orang (14,28%), kategori cukup yakni 13 orang (61,90%), dan kategori kurang yaitu 5 orang (23,80%).
3. Sebagian besar dari jumlah siswa belum memiliki kemampuan teknik *shooting* yang baik. Untuk kemampuan teknik *shooting* siswa dalam kategori baik sekali yakni 1 orang (4,76%), kategori baik yaitu sebanyak 3 orang (14,28%), kategori cukup yakni 16 orang (76,19%), dan kategori kurang yaitu 1 orang (4,76%).

B. Saran

Adapun beberapa saran yang dapat dikemukakan yang ditujukan kepada yakni sebagai berikut:

1. Pelatih agar lebih:
 - a. Memperhatikan siswanya dalam latihan-latihan teknik dasar sepakbola, sehingga tidak terjadi kesalahan dalam melakukannya.
 - b. Kreatif dan aktif menciptakan bentuk-bentuk latihan teknik seperti teknik *passing* dan *control*, teknik *dribbling* dan *shooting* atau menendang bola ke gawang, sehingga kemampuan teknik siswa SSB Halmec dapat ditingkatkan.
2. Siswa Sekolah Sepakbola Halmec, agar lebih disiplin dan rajin mengikuti latihan-latihan teknik dasar sepakbola, sehingga kemampuan teknik bermain sepakbola dapat ditingkatkan.
3. Masyarakat Kecamatan Kubung Kabupaten Solok, dapat memberikan dukungan terhadap pembinaan sepakbola, baik dukungan moril maupun materil sehingga prestasi siswa SSB (Sekolah Sepak Bola) Halmec Kecamatan Kubung Kabupaten Solok dapat ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 1997. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: P2LPTK.
- Arsil.2009. *Evaluasi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Padang.FIK-UNP.
- Bisanz G, Gerish.1980. *Football Training, Technique and, Tactics*. Hamburg: VerlagGmbh.
- Depdiknas. 2005. *Undang-undang Republik Indonesia No. 3*, Jakarta: Kemendiknas.
- Luxbacher, Joe. 2011. *Sepak Bola*. Penerbit PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Mielke Danny. 2009. *Dasar-dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Mukholid Agus. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan*. Surakarta: Yudhistira.
- Nurhasan, 2001.*Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta Pusat: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- Yusuf.A. Muri .2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.
- Zaini, 2008. *Tinjauan Pembinaan Pengembangan Diri Olahraga Sepak Bola di SMP Negeri 2 Padang*. FIK. Padang: UNP.
- Zalfendi, dkk. 2005. *Buku Ajar Sepak Bola*. FIK. Padang: UNP.