

**HUBUNGAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN
DRIBBLE PEMAIN SSB SONYAK PRATAMA USIA 13-16
TAHUN KOTA PAYAKUMBUH**

SKRIPSI

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan Guna memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh.

**ANDRE MAULANA
NIM. 16086085**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2020**

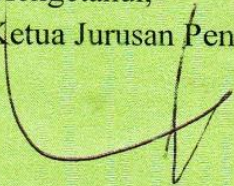
PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN KOORDINASI MATA KAKI DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLE PEMAIN SSB SONYAK PRATAMA USIA 13-16 TAHUN KOTA PAYAKUMBUH

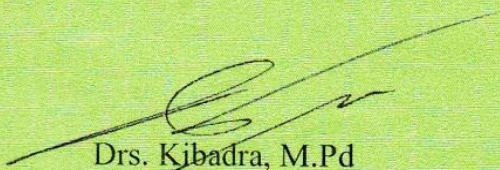
Nama : Andre Maulana
NIM : 16086085
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2020

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga


Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1003

Disetujui oleh
Dosen Pembimbing


Drs. Kibadra, M.Pd
NIP. 19570118 198503 1 003

HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

**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 : HUBUNGAN KOORDINASI MATA KAKI
DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLE PEMAIN
SSB SONYAK PRATAMA USIA 13-16 TAHUN
KOTA PAYAKUMBUH**

Nama : Andre Maulana
Nim : 16086085
Progam Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2020

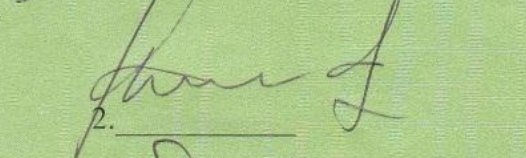
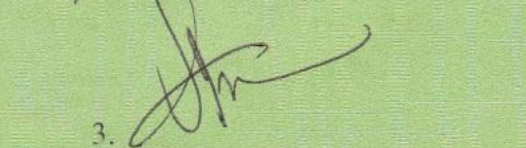
Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. Kibadra, M.Pd

2. Sekretaris : Drs. Yulifri, M.Pd

3. Anggota : Drs. Ali Asmi, M.Pd

1. 
2. 
3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Agustus 2020

Yang menyatakan,



ANDRE MAULANA

ABSTRAK

Andre Maulana (2020). Hubungan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan *Dribble* Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh

Masalah dalam penelitian ini berawal dari rendahnya kemampuan *Dribble* yang dimiliki pemain SSB Sonyak Pratama usia 13-16 tahun Kota Payakumbuh. Salah satu yang menyebabkan rendahnya kemampuan *Dribble* pemain yaitu berkenaan dengan koordinasi mata kaki. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *Dribble* pemain SSB Sonyak Pratama usia 13-16 tahun Kota Payakumbuh.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan teknik korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh yang berjumlah 52 orang. Sampel diambil menggunakan teknik *Purposive Sampling*, sehingga sampel adalah pemain SSB Usia 13-16 Tahun yang berjumlah 27 orang. Pengumpulan data koordinasi mata-kaki menggunakan tes koordinasi mata-kaki dan kemampuan *Dribble* menggunakan tes *Dribble*. Data dianalisis menggunakan rumus korelasi dan regresi sederhana pada $\alpha = 0,05$.

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan : terdapatnya hubungan yang signifikan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *Dribble* pemain SSB Sonyak Pratama usia 13-16 tahun Kota Payakumbuh ($t_{hitung} = 3,489 > t_{tabel} = 2,060$ atau nilai $Sig. = 0,002 < \alpha = 0,05$). Besarnya signifikansi regresi yaitu $F_{hitung} = 12,173 > F_{tabel} = 4,24$. Hal ini berarti, semakin tinggi tingkat koordinasi mata-kaki pemain SSB Sonyak Pratama usia 13-16 tahun Kota Payakumbuh, maka kemampuan *Dribble* juga semakin meningkat. Dalam arti lain, hipotesis diterima (signifikan).

Kata Kunci : Koordinasi Mata Kaki, Kemampuan *Dribble*

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
 BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	8
1. Permainan Sepakbola.....	8
2. <i>Dribble</i> Sepakbola	10
3. Koordinasi Mata Kaki.....	14
B. Kerangka Konseptual.....	16
C. Hipotesis Penelitian	18
 BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	19
B. Tempat dan waktu Penelitian.....	19
C. Populasi dan Sampel.....	19
D. Jenis dan Sumber Data.....	20
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	21
F. Teknik Analisis Data	24
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	26
B. Uji Persyaratan Analisis	29

C. Pengujian Hipotesis	31
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	34
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	37
B. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA.....	38
LAMPIRAN.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Mengiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam.....	12
2. Mengiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar	13
3. Mengiring bola dengan kura-kura kaki bagian atas	14
4. Kerangka Konseptual	17
5. Sasaran Tes Koordinasi Mata Kaki	22
6. Tes Menggiring Bola.....	24
7. Histogram Koordinasi Mata Kaki (X).....	27
8. Histogram Kemampuan <i>Dribble</i> (Y).....	29
9. Kurva <i>Linieritas</i> Kemampuan <i>Dribble</i> (Y) atas Koordinasi Mata Kaki (X) $Y = 21,38 + 0,572X$	33
10. Peneliti menjelaskan tes yang dilakukan.....	51
11. Tes Koordinasi Mata Kaki	52
12. Tes <i>Dribble</i>	53

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	20
2. Sampel Penelitian	20
3. Distribusi Data Koordinasi Mata Kaki (X)	27
4. Distribusi Data Kemampuan <i>Dribble</i> (Y)	28
5. Uji Normalitas K-S.....	30
6. Rangkuman Uji <i>Linieritas</i> Data Penelitian Y atas X	31
7. Rangkuman Pengujian Hipotesis.....	32
8. Daftar Anava Regresi Linier Sederhana $Y = 21,38 + 0,572X$	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Koordinasi Mata Kaki (X) Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh	39
2. Data Kemampuan <i>Dribble</i> (Y) Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh	40
3. Data Koordinasi Mata Kaki (X) dan Kemampuan <i>Dribble</i> (Y) Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh	41
4. Data <i>T-Score</i> Koordinasi Mata Kaki (X) dan Kemampuan <i>Dribble</i> (Y) Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh	42
5. Uji Normalitas Data Koordinasi Mata Kaki (X) dan Kemampuan <i>Dribble</i> (Y) Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh...	43
6. Uji <i>Linieritas</i> Data Koordinasi Mata Kaki (X) dan Kemampuan <i>Dribble</i> (Y) Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh...	44
7. <i>Matriks</i> Korelasi Data Koordinasi Mata Kaki (X) dan Kemampuan <i>Dribble</i> (Y) Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh	45
8. Uji Hipotesis Data Koordinasi Mata Kaki (X) dengan Kemampuan <i>Dribble</i> (Y) Pemain SSB Sonyak Pratama Usia 13-16 Tahun Kota Payakumbuh	46
9. Tabel <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	47
10. Tabel Distribusi F	48
11. Tabel <i>r</i> Pearson <i>Product Moment</i>	49
12. Tabel Distribusi <i>t</i>	50
13. Dokumentasi Penelitian.....	51

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aspek yang dapat meningkatkan kualitas manusia secara jasmani dan rohani. Dengan prestasi olahraga diharapkan dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia di masa yang akan datang, olahraga bukan hanya bersifat rekreasi tetapi juga bertujuan untuk kesegaran jasmani, pendidikan, dan peningkatan prestasi yang dilakukan individu maupun kelompok. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 27 Ayat 4 dijelaskan, “pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Tujuan pengembangan olahraga salah satu yang menjadi sasarannya adalah meningkatkan prestasi olahraga melalui pembinaan atlet yang berbakat, karena melalui upaya pembinaan prestasi atlet yang dilihat dari proses latihan secara kontiniu yang memiliki program terpadu. Prestasi atlet bukan hanya kebanggaan tersendiri bagi atlet, tetapi juga keluarga, masyarakat, dan negara.

Selain itu, untuk mencapai prestasi yang tinggi ada dua faktor yang mempengaruhi, seperti yang diungkapkan oleh Syafruddin (2011:58) ada dua faktor yang mempengaruhi prestasi yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental atlet, sedangkan faktor eksternal adalah pengaruh yang datang dari luar diri atlet itu

sendiri seperti sarana dan prasarana, pelatih gizi, keluarga dan sebagainya. Disamping pembinaan yang teratur, terarah, dan kontiniu hendaknya diarahkan kepada pembinaan kondisi fisik, taktik, teknik, dan mental. Salah satunya dengan pendekatan ilmiah, sebab keempat faktor inilah yang menjadi modal dalam meraih prestasi. Hubungan keempat faktor ini merupakan satu kesatuan yang saling terikat satu sama lainnya.

Cabang olahraga sepakbola merupakan salah satu permainan yang paling banyak disukai dan digemari oleh kalangan masyarakat. Dimana orang bukan saja gemar memainkan, tetapi juga gemar menontonnya. Mulai dari kanak-kanak sampai orang tua. Setiap ada tempat-tempat atau lahan yang kosong mereka jadikan sebagai tempat bermain sepakbola. Maka dari itulah di Indonesia sepakbola merupakan permainan yang merakyat yang sudah berkembang dari desa sampai ke kota.

Unsur penting yang harus dikuasai pemain dalam olahraga sepakbola agar bermain secara efektif dan efisien adalah unsur teknik. Adapun unsur teknik tersebut terbagi menjadi, teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Teknik tanpa bola seperti lari, melompat dan sebagainya. Sedangkan teknik dengan bola seperti, *Passing*, menendang bola ke gawang (*Shooting*), menahan dan mengontrol bola, menggiring bola (*Dribbling*), menyundal bola (*Heading*), gerak tipu (*Feinting*), penjaga gawang dan sebagainya.

Sesuai dengan ide permainan sepakbola yaitu memasukan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kebobolan, maka salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai yaitu *Dribble*.

Dribble adalah gerakan berlari dengan kaki mendorong bola sehingga adanya perpindahan bola dari suatu daerah ke daerah lain. Peranan *Dribble* dalam permainan sepakbola terlihat saat pemain melewati lawan, menarik perhatian lawan, dan melakukan serangan balik. Dengan kata lain, apabila pemain menguasai teknik *Dribble* dengan baik, maka tujuan dari permainan sepakbola yaitu mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya akan tercapai.

Payakumbuh merupakan salah satu penghasil pemain terbaik dimana pada Kejuaraan Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV), tim Persepak Payakumbuh selalu masuk 4 besar, bahkan PORPROV tahun 2010 tim Persepak Payakumbuh berhasil masuk final, namun hanya berhasil menjadi *Runner-Up* setelah dikalahkan tim Pasaman Timur dengan skor 4-5 lewat adu *Pinalty* setelah bermain imbang dengan skor 1-1. Hal ini tidak lepas dari pembinaan pemain sejak dini yang dilakukan oleh Ikatan Sekolah Sepakbola (ISSB) Kota Payakumbuh yang berdiri sejak tahun 2003 lalu. Sekarang ISSB kota Payakumbuh beranggotakan 16 SSB, dan salah satu SSB yang selalu konsisten sejak awal adalah SSB Sonyak Pratama.

Sekolah Sepakbola (SSB) Sonyak Pratama Kota Payakumbuh merupakan salah satu SSB yang sudah melakukan proses latihan dengan baik dimana mereka mempunyai jadwal latihan yang rutin, yaitu tiga kali dalam seminggu pada hari Rabu, Jumat, Minggu pukul 16.00 WIB, dan dibina oleh staff pelatih yang berstatus guru pamong pada SSB Sonyak Pratama kota Payakumbuh serta pelatih yang telah memiliki sertifikat dari PSSI. SSB ini memiliki program

latihan yang teratur, dan SSB Sonyak Pratama melakukan latihan di lapangan Mahad Islami Payakumbuh.

Berdasarkan pengamatan penulis bahwa pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh masih belum maksimal dalam melakukan *Dribble*, baik pada latihan maupun dalam pertandingan. Hal ini terlihat saat pemain melakukan *Dribble*, bola yang mereka kuasai sangat mudah dirampas oleh lawan, sehingga sulit bagi pemain untuk melakukan serangan dan menerobos pertahanan lawan. Koordinasi gerakan atau koordinasi mata kaki pemain saat melakukan *Dribble* masih kurang baik, sehingga bola tidak sepenuhnya dalam penguasaan pemain serta lambatnya pemain melakukan *Dribble* sehingga lepasnya bola dari *Dribble* yang dilakukan. Rendahnya kemampuan *Dribble* tersebut, mengakibatkan pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh sulit melakukan serangan, sehingga tujuan dari permainan sepakbola untuk menciptakan gol ke gawang lawan tidak tercapai dengan maksimal.

Rendahnya kemampuan *Dribble* pemain tidak terlepas dari unsur kondisi fisik seperti kecepatan, kelincahan, koordinasi mata-kaki dan unsur kondisi fisik penunjang lainnya. Kelincahan memiliki peranan dalam melakukan *Dribble*, seperti melewati pemain lawan atau menerobos pertahanan lawan, sehingga mampu mencetak gol ke gawang lawan. Kecepatan memiliki peranan dalam melakukan *Dribble* yaitu saat bergerak dan melakukan *Dribble* yang cepat, sehingga mampu mencetak gol ke gawang lawan. Selanjutnya, koordinasi mata-kaki memiliki peranan dalam melakukan *Dribble* yaitu agar bola tetap dalam penguasaan pemain sehingga dapat melewati dan menerobos

pertahan lawan, menarik perhatian lawan, melakukan serangan balik dan menciptakan peluang untuk mencetak gol ke gawang lawan. Komponen-komponen kondisi fisik tersebut saling mempengaruhi dalam menghasilkan kemampuan *Dribble* yang maksimal.

Berdasarkan permasalahan yang telah disebutkan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *Dribble* pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh. Pendapat mengenai hal tersebut, perlu adanya suatu kajian lebih lanjut melalui tes dan pengukuran untuk mengetahui bagaimana hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *Dribble* pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.

B. Identifikasi Masalah

Berpedoman dari latar belakang masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan *Dribble* pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh. Faktor-faktor tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kecepatan yang dimiliki pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.
2. Kelincahan yang dimiliki pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.
3. Koordinasi mata kaki yang dimiliki pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.
4. Mental yang dimiliki pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.
5. Taktik yang dimiliki pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.
6. Teknik *Dribbble* yang dimiliki pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.

7. Peran pelatih SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.
8. Sarana dan prasarana yang dimiliki SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, mengingat banyaknya variabel yang mempengaruhi kemampuan *Dribble* dalam olahraga sepakbola, serta terbatasnya kemampuan, dana dan waktu yang tersedia maka penulis membatasi penelitian ini pada satu variabel bebas yaitu koordinasi mata kaki dan satu variabel terikat yaitu kemampuan *Dribble*.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah : apakah terdapat hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *Dribble* pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *Dribble* pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan yang berguna bagi:

1. Peneliti, sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Pelatih SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh, diharapkan dapat memberikan latihan-latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *Dribble*, khususnya berkenaan dengan koordinasi mata-kaki.
3. Pemain SSB Sonyak Pratama Kota Payakumbuh, sebagai masukan dan sumbangan pengetahuan dalam meningkatkan kemampuan *Dribble* dalam permainan sepakbola, khususnya berkenaan dengan koordinasi mata kaki.
4. Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, sebagai bahan bacaan dan referensi.
5. Peneliti berikutnya, sebagai acuan untuk mengembangkan penelitian yang sejenis berkenaan dengan kemampuan *Dribble* dalam olahraga sepakbola.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan penelitian yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *Dribble* pemain SSB Sonyak Pratama usia 13-16 tahun Kota Payakumbuh ($t_{hitung} = 3,489 > t_{tabel(0,05/2=27-1-1)} = 2,060$ atau nilai $Sig. = 0,002 < \alpha = 0,05$).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dalam penelitian ini, maka saran yang dapat penulis berikan sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada pemain SSB Sonyak Pratama usia 13-16 tahun Kota Payakumbuh, agar memiliki koordinasi mata kaki yang baik sehingga kemampuan *Dribble* dapat meningkat.
2. Diharapkan kepada pelatih SSB Sonyak Pratama usia 13-16 tahun Kota Payakumbuh, untuk mempertimbangkan dan memberikan latihan-latihan koordinasi mata kaki kepada pemain dalam meningkatkan kemampuan *Dribble*.
3. Bagi peneliti berikutnya, diharapkan melakukan penelitian yang sejenis dengan jumlah variabel dan sampel yang lebih luas lagi terkait dengan kemampuan *Dribble* dalam sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Barlian, E. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Padang : Sukabina Press.
- Emral. 2013. *Pengembangan Model Latihan Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Siswa SSB PSTS Tabing Padang (Disertasi)*. Jakarta : Universitas Negri Jakarta.
- Emral. 2018. *Sepakbola Dasar*. Padang: Sukabina Press.
- Harsono. 2018. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Irawadi, H. 2018. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang : UNP Press.
- Koger, R. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Jakarta : Saka Mitra kompetensi.
- Luxbacher Joseph A. 2012. *Sepakbola: Langkah-Langkah Menuju Sukses (Cetakan 6)*. Jakarta: PT RajaGrafindoPersada.
- Mielke, D. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung : Pakar Raya
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Depdiknas : Direktorat Jenderal Olahraga.
- Sukadiyanto. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Syafrudin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang : FIK UNP.
- Syafruddin. 2017. *Perangkat Pembelajaran Ilmu Melatih Dasar*. Padang : FIK UNP.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 & Peraturan Pemerintah Tahun 2007. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Bandung : Citra Umbara.
- Widiastuti. 2017. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : Rajawali Pers PT Raja Grafindo Persada.
- Winarno. 2006. *Tes Keterampilan Olahraga*. Universitas Negeri Malang, Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan.
- Yulifri dan Arsil. 2011. *Permainan Sepakbola*. Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan.