

**STUDI KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PEMAIN KLUB  
MUARO BODI KECAMATAN IV NAGARI  
KABUPATEN SIJUNJUNG**

**SKRIPSI**

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



Oleh

**INDRA GUNAWAN  
NIM. 53532**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2014**

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN 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 : Studi Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola  
Pemain Klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari  
Kabupaten Sijunjung

Nama : Indra Gunawan

NIM : 53523

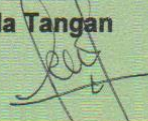

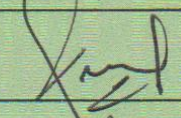

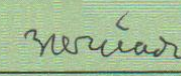
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2014

Tim Penguji :

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dra. Rosmawati, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Edwarsyah, M.Kes	2. 
3. Anggota	: Dr. H. Emral Abus, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Dra. Erianti, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	5. 

## ABSTRAK

### **Indra Gunawan (53532) : Studi kemampuan teknik dasar sepakbola pemain klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung**

Masalah dalam penelitian ini yaitu penulis beranggapan bahwa kemampuan teknik dasar sepakbola Klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung, belum begitu baik. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar sepakbola Klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepakbola yang terdaftar dan aktif latihan berjumlah sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 30 orang. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola, meliputi; *heading, passing & stopping, dribbling* dan *shooting*. Data dianalisis dengan menggunakan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan teknik menyundul bola (*heading*), tidak ada pemain kategori baik sekali, hanya 12 orang kategori baik, selebihnya kategori sedang, kategori kurang dan kategori kurang sekali. Kemampuan teknik *passing dan stopping*, hanya 1 orang kategori baik sekali, 9 orang kategori baik dan selebihnya kategori sedang, kategori kurang, dan kategori kurang sekali. Kemampuan menggiring bola (*dribbling*), tidak ada satu orangpun pemain kategori baik sekali, untuk kategori baik ada 14 orang. Kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*) tidak ada pemain kategori baik sekali, hanya 10 orang kategori baik, dan selebihnya pada kategori sedang, kategori kurang dan kategori kurang sekali. Artinya kemampuan menyundul bola (*heading*), *passing dan stopping* menggiring bola (*dribbling*) dan menendang ke gawang (*shooting*) sebagian besar pemain sepakbola klub Muaro Bodi perlu ditingkatkan.

## KATA PENGANTAR

Pertama sekali penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Studi kemampuan teknik dasar sepakbola pemain klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari 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 Keolahragan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Dra. Rosmawati, M.Pd selaku pembimbing I dan Drs. Edwarsyah, M.Kes selaku pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan

bimbingan, pemikiran, pengarahan yang sangat berarti kepada penulis.

4. Dr. Emral Abus, M.Pd, Drs. Willadi Rasyid, M.Pd dan Dra. Erianti, 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 orang tuaku yang selalu memberikan dukungan secara moril maupun materil, serta seluruh keluarga tercinta yang memberikan semangat dan motivasi yang begitu berarti bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. M. Malin Ameh dan Seprison yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melibatkan pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung dalam penelitian ini.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Semoga segala bantuan dan bimbingan yang diberikan mendapat pahala dari Allah SWT. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Januari 2014

**Penulis**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Kegunaan Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori	
1. Permainan Sepakbola .....	7
2. Pengertian Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola ..	8
3. Teknik Menyundul Bola ( <i>Heading</i> ) .....	9
4. Teknik <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> .....	13
5. Menggiring Bola ( <i>Dribbling</i> ) .....	17
6. Menendang Bola Ke Gawang ( <i>Shooting</i> ) .....	22
B. Kerangka Konseptual .....	26
C. Pertanyaan Penelitian .....	28
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
C. Populasi dan Sampel .....	30
D. Jenis dan Sumber Data .....	31
E. Defenisi Operasional .....	32
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	33

G. Teknik Analisis Data .....	41
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	42
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan .....	49
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	59
B. Saran .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian .....	31
2. Distribusi Hasil Data Menyundul Bola ( <i>Heading</i> ).....	42
3. Distribusi Hasil Data Menyepak dan Menghentikan Bola ( <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> ).....	44
4. Distribusi Hasil Data Menggiring Bola ( <i>Dribbling</i> ).....	46
5. Distribusi Hasil Data Menendang Bola Ke Gawang ( <i>Shooting</i> ).....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Heading</i> Dengan Cara Melompat .....	11
2. <i>Passing</i> Menggunakan Kaki Bagian Dalam .....	15
3. <i>Dribbling</i> Dengan Menggunakan Sisi Kaki Bagian Dalam.....	19
4. Teknik Menggiring bola Dengan Kecepatan Tinggi.....	21
5. <i>Dribbling</i> Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Bagian Luar.....	24
6. Menendang Dengan Punggung Kaki.....	26
7. Kerangka Konseptual .....	28
8. Dinding Pantul dan Dinding Sasaran.....	35
9. Posisi Pelaksanaan Tes dan Dinding Pantul.....	37
10. Lintasan Pelaksanaan Tes <i>Dribbling</i> .....	39
11. Dinding Sasaran Untuk <i>Shooting</i> .....	41
12. Histogram Menyundul Bola ( <i>Heading</i> ).....	43
13. Histogram Menyepak & Menghentikan ( <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> ) .....	45
14. Histogram Menggiring Bola ( <i>Dribbling</i> ).....	47
15. Histogram Menendang Bola Ke Gawang ( <i>Shooting</i> ).....	49

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Penelitian.....	64
2. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan .....	65
3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari Klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung .....	66
4. Dokumentasi Penelitian .....	67

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Sepakbola merupakan olahraga prestasi yang bergengsi di dunia, dan seluruh wilayah Indonesia, begitu juga di Sumatra Barat. Pembinaan dan pengembangan olahraga permainan sepakbola banyak mendapat dukungan dari masyarakat, hal ini mengacu pada Undang-Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pasal 23 ayat 1 dan 2 berbunyi:

Ayat (1) 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. Ayat (2) Pembinaan dan pengembangan olahraga oleh masyarakat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh perkumpulan olahraga dilingkungan masyarakat setempat.

Berpedoman pada uraian di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga di daerah, melalui perkumpulan olahraga. Salah satu daerah di Sumatera Barat yaitu di Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung telah melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga permainan sepakbola.

Klub sepakbola Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung berdiri sejak tahun 2008, dan tahun 2010 pernah meraih juara 1 di tingkat Kecamatan dan namun belum berhasil juara di tingkat Kabupaten Sijunjung. Artinya pemain sepakbola Klub Muaro Bodi ini

belum berprestasi seperti yang diharapkan. Meskipun sudah memiliki seorang pelatih dan hari latihan tiga kali dalam seminggu yaitu sore hari rabu, jumat dan minggu dengan jumlah pemain sebanyak 31 orang.

Belum berprestasinya klub Muaro Bodi tersebut banyak faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi seseorang berprestasi dalam cabang olahraga permainan sepakbola adalah kemampuan teknik dasar sepakbola. Menurut Zalfendi dkk (2005:100) mengatakan teknik dalam permainan sepakbola terdiri dari: "1) teknik tanpa bola dan, 2) teknik dengan bola". Teknik tanpa bola seperti lari, lompat, merampas bola (*tackling*) dan rempel (*body chart*), sedangkan teknik dengan bola seperti *shooting*, menggiring bola (*dribbling*), *passing*, mengontrol bola dan *stopping*, menyundul bola (*heading*). Kemampuan teknik dasar sepakbola tersebut harus dimiliki oleh pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.

Dari uraian yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa salah satu kemampuan yang dapat mempengaruhi prestasi bermain sepakbola adalah kemampuan teknik. Dapat diartikan bahwa kemampuan teknik dasar sepakbola penting untuk dimiliki bagi seorang pemain sepakbola, karena teknik dasar dalam permainan sepakbola merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola. Teknik dasar adalah semua kegiatan yang

mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola.

Berdasarkan studi awal yang penulis lakukan di lapangan terhadap pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung, penulis beranggapan bahwa faktor dominan yang mempengaruhi prestasi pemain sepakbola tersebut adalah kemampuan teknik dasar sepakbola yang belum begitu baik mereka miliki. Hal ini terlihat dari beberapa kali latihan dan pernah penulis menyaksikan pertandingan, setiap serangan yang dilakukan oleh pemain klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung sering mengalami kegagalan terutama terjadi pada saat melakukan teknik menggiring bola mereka kurang gesit, banyak kesalahan-kesalahan yang dilakukan pemain, misalnya kurang mampu melindungi bola sehingga bola sering dirampas lawan, terlalu lama membawa bola, kemudian pada saat mengoper bola atau passing dilakukan tidak tepat sasaran, dengan mudah bola berpindah pada pemain lawan. Begitu juga dalam melakukan tendangan ke gawang dan melakukan *heading* tidak menghasilkan gol.

Berdasarkan kenyataan di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian tentang kemampuan teknik dasar sepakbola pemain klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung nantinya hal ini dapat dijadikan sebagai salah satu solusi apabila terjadi permasalahan, dengan suatu harapan prestasi

pemain sepakbola di daerah Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung dapat ditingkatkan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Lari
2. Lompat
3. Rempel
4. Merampas bola (*tackling*)
5. Kemampuan teknik *passing* dan *stopping*
6. Kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*)
7. Kemampuan menendang bola ke gawang (*shooting*)
8. Kemampuan mengontrol
9. Kemampuan teknik menyundul bola (*heading*)

## **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, banyak jenis teknik bermain sepakbola pemain klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung dan keterbatasan yang penulis miliki, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Kemampuan teknik menyundul bola (*heading*)
2. Kemampuan teknik *passing* dan *stopping*
3. Kemampuan teknik menggiring (*dribbling*)
4. Kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*)

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

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat di rumuskan masalah yakni sebagai berikut:

1. Bagaimanakh kemampuan teknik menyundul bola (*heading*) pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.
2. Bagaimanakah kemampuan teknik *passing* dan *stopping* pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.
3. Bagaimanakah kemampuan teknik menggiring (*dribbling*) pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.
4. Bagaimanakah kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*) pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.

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

Berdasarkan pembatasan masalah dan perumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kemampuan teknik menyundul bola (*heading*) pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.
2. Kemampuan teknik *passing* dan *stopping* pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.
3. Kemampuan teknik menggiring (*dribbling*) pemain sepakbola klub

Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.

4. Kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*) pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.
5. Kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini nantinya diharapkan berguna bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan Olahraga pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung, sebagai bahan masukan tentang kemampuan teknik dasar sepakbola.
3. Pemain sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung, dalam meningkatkan kemampuan teknik bermain sepakbola.
4. Pengcab olahraga sepakbola Kabupaten Sijunjung, sebagai masukan dan gambaran kemampuan teknik dasar pemain sepakbola pada salah satu klub sepakbola yang ada di daerah ini.
5. Peneliti selanjutnya dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan karakteristik yang berbeda.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kepada hasil analisis dan dan pembahasan yang telah di uraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

#### A. Kesimpulan

Pemain klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung, belum secara keseluruhan memiliki kemampuan teknik dasar sepakbola dengan baik. Hal ini terbukti bahwa dari 30 orang pemain untuk variabel:

1. Kemampuan teknik menyundul bola (*heading*), tidak ada pemain kategori baik sekali, hanya 12 orang kategori baik, selebihnya kategori sedang, kategori kurang dan kategori kurang sekali. Artinya masih banyak pemain belum memiliki kemampuan *heading* dengan baik.
2. Kemampuan teknik *passing dan stopping*, hanya 1 orang kategori baik sekali, 9 orang kategori baik dan selebihnya kategori sedang, kategori kurang, dan kategori kurang sekali. Artinya sebagian besar dari jumlah sampel masih rendah kemampuan teknik *passing dan stopping*.
3. Kemampuan menggiring bola (*dribbling*), tidak ada satu orangpun pemain kategori baik sekali , untuk kategori baik ada 14 orang. Artinya sebagian besar dari pemain memiliki kemampuan *dribbling* pada kategori sedang, kategori kurang dan kategori kurang sekali.

4. Kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*) tidak ada pemain kategori baik sekali, hanya 10 orang kategori baik, dan selebihnya pada kategori sedang, kategori kurang dan kategori kurang sekali. Artinya kemampuan menendang ke gawang (*shooting*), sebagian besar pemain sepakbola klub Muaro Bodi perlu ditingkatkan.

## **B. Saran**

Berdasarkan pada kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yaitu ditujukan kepada:

1. Pelatih sepakbola klub Muaro Bodi Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung agar:
  - 1) Dalam memberikan latihan-latihan berdasarkan program latihan yang telah dipersiapkan, sehingga target-target latihan dapat dicapai dengan baik.
  - 2) Menambah latihan-latihan kondisi fisik sesuai dengan kebutuhan olahraga sepakbola.
  - 3) Bekerjasama dengan masyarakat setempat, terutama tentang pengadaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam latihan-latihan karena hal ini dapat memperlancar proses latihan teknik dasar sepakbola.
2. Pemain sepakbola, agar lebih kontinyu latihan baik latihan untuk meningkatkan kemampuan kondisi fisik maupun kemampuan teknik sepakbola. Hal ini diperlukan disiplin, semangat/motivasi dan mental

yang baik, serta mengatur istirahat yang cukup dan mengatur pola makanan yang bergizi baik untuk kebutuhan berolahraga.

3. Masyarakat, termasuk orang tua pemain, agar memberikan dukungan, baik secara moril maupun secara materil, sehingga prestasi olahraga sepakbola di daerah ini dapat berkembang dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1997. *Prosedur Penelitian*, Jakarta. Bumi aksara
- Arsil. 2006. *Perbedaan Pengaruh Latihan Teknik Elementer dan Modifikasi Permainan Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola*. Tesis. Pascasarjana, Padang: UNP.
- Buku panduan penulisan tugas akhir/ skripsi Universitas Negeri Padang 2009. Padang UNP.
- Darwis, Ratinus. 1999. *Sepakbola*. Padang: FIK UNP Padang.
- Koger Robert. 2005. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten:Sakamitra.
- Luxbacher, Joe. 2004. *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- , 2011. *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke Danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- , 2009. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya
- Mukholid Agus. 2007 *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan*. Surakarta: Yudhistira.
- Sucipto. dkk 2000. *Olahraga Pilihan: Sepakbola*. Jakarta. Dirjen Diknasmen.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- UUD.RI No.3 tahun 2005. *Sistem Keolaharagaan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Winarno, 2006. *Tes Keterampilan Olahraga*. Penerbit: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolaharagaan. Malang: FIP.
- Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.