

## ANALISIS KELINCAHAN DAN KECEPATAN TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* ATLET SEPAKBOLA KOTA LINTAS MUARA BUNGO

**Ikhsan Maulana Putra<sup>1</sup>, Deka Ismi Mori Saputra<sup>2</sup>**

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
STKIP Muhammadiyah Muara Bungo

**e-mail:** [maulana.ikhsan101@gmail.com](mailto:maulana.ikhsan101@gmail.com)<sup>1</sup> [dekaismimori@gmail.com](mailto:dekaismimori@gmail.com)<sup>2</sup>

### Abstrak

*Dribbling* atau menggiring bola merupakan kemampuan individu atau tim yang memiliki aktivitas gerak dan keterampilan serta didukung oleh kondisi fisik yang prima bagi pelakunya dalam menampilkan permainan sedangkan kelincahan dapat disimpulkan sebagai suatu kemampuan seseorang dalam merubah-ubah gerakan dengan gesit dan lincah dengan keseimbangan tetap terjaga dengan baik kemudian Kecepatan (*speed*) adalah kemampuan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu, semakin jauh jarak yang ditempuh maka semakin tinggi kecepatannya. tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil kelincahan terhadap kemampuan *dribbling*, hasil kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* dan hasil kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kelincahan memberikan kontribusi (sumbangan) terhadap kemampuan *dribbling* atlet sebesar 43,30%, kecepatan memberikan kontribusi (sumbangan) terhadap kemampuan *dribbling* atlet sebesar 24,21%, Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo. Berdasarkan analisis data, ternyata kecepatan memberikan kontribusi (sumbangan) terhadap kemampuan *dribbling* atlet sebesar 43,59%. Artinya semakin baik kelincahan dan kecepatan, maka sejalan dengan itu semakin baik pula kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo

*Kata kunci:* Kelincahan, Kecepatan, Menggiring Bola

### ABSTRACT

Dribbling in football is the ability of an individual or team that has movement and skill activities and is supported by excellent physical conditions for the performer in displaying the game. Meanwhile, agility can be concluded as a person's ability to change movements agile and agile with a balance that is well maintained. Then, speed (speed) is an ability that is based on a certain unit of time, the farther the distance traveled, the higher the speed. The purpose of this study was to find out the results of agility on dribbling abilities, the results of speed on dribbling abilities and the results of agility and speed together on dribbling abilities. The results of this study indicate that agility contributes to the athletic dribbling ability of 43.30%, the speed of contribution (contribution) to the athlete's dribbling ability is 24.21%, there is a contribution of agility and speed together to dribbling abilities at SSB Kota Lintas Muara Bungo football athlete. Based on data analysis, it turns out that the speed of contributing (donating) to athletes' dribbling ability is 43.59%. This means that the better the agility and speed, so in line with that the better the dribbling ability of the Cross City of Muara Bungo SSB Soccer athletes.

*Keywords: agility and speed dribbling football*

### PENDAHULUAN

Diantara cabang olahraga prestasi yang banyak dilakukan pembinaan dan pengembangannya adalah cabang olahraga sepakbola. Permainan sepakbola adalah permainan 11 dengan lawan 11 yang dipimpin oleh seorang wasit, dibantu asisten 1 dan asisten 2 serta satu orang wasit cadangan. Permainan berlangsung pada satu lapangan yang berukuran panjang 100-110 m dan lebar 64-75 m. Sedangkan ide permainan sepakbola adalah memasukan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari kebobolan.

Berdasarkan observasi dan pengamatan penulis di lapangan pada atlet Sepakbola Kota Lintas Muara

Bungo dalam beberapa kali mengikuti latihan dan pertandingan persahabatan dengan daerah lain, kemampuan *dribbling* atau menggiring bola masih rendah. Rendahnya kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Kota Lintas Muara Bungo, mungkin disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah kekuatan otot tungkai, kecepatan, kelenturan atau kelenturan tubuh, koordinasi mata kaki, kelincahan, penguasaan teknik, perkenaan kaki dengan bola, kecondongan badan, pandangan, dan emosional atlet pada saat menggiring bola dalam situasi permainan.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Kota Lintas Muara Bungo. maka dapat

diidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut : Kelincahan, kecepatan, penguasaan teknik, perkenaan kaki dengan bola, sikap badan, kelenturan atau kelenturan tubuh, emosional atlet pada saat melakukan *dribbling*.

Dalam UU. RI No. 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 4 tentang sistem keolahragaan Nasional (2009: 16) dijelaskan bahwa: “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat Nasional dan Daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dapat dilaksanakan melalui perkumpulan olahraga dan menyelenggarakan pertandingan atau kompetisi secara teratur dan berkelanjutan, baik di tingkat daerah maupun ditingkat nasional. Dari uraian di atas banyak faktor yang ikut mempengaruhi kemampuan *dribbling* atlet sepakbola, penulis berpraduga rendahnya kemampuan *dribbling* menggiring bola atlet Sepakbola Kota Lintas Muara Bungo yang penulis anggap paling dominan mempengaruhinya adalah faktor kelincahan dan kecepatan

### Metode

Penelitian tergolong pada jenis penelitian korelasional yang dilanjutkan dengan menghitung besarnya kontribusi variabel bebas yaitu kelincahan ( $X_1$ ) dan

kecepatan ( $X_2$ ), sedangkan variabel terikatnya yaitu kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola Kota Lintas Muara Bungo (Y). Tempat penelitian ini dilakukan di lapangan sepakbola Kota Lintas Muara Bungo. Pemilihan lokasi berdasarkan tempat kegiatan latihan rutin atlet Kota Lintas Muara Bungo. Populasi Menurut Riduwan (2002:3) adalah “keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi objek penelitian”. Sementara Arikunto (2002:108) mengartika populasi yaitu “keseluruhan subjek penelitian”. Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah atlet sepakbola SSB Sanggar Kegiatan Belajar Muara Bungo yang berjumlah sebanyak 75 orang terdiri dari 3 (tiga) kelompok umur. Untuk lebih jelasnya rincian populasi ini dapat dilihat pada tabel 1 pada halaman selanjutnya.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2002 : 109). Menurut Riduwan (2005:63) teknik *purposive sampling* adalah teknik sampling yang digunakan peneliti mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampelnya atau penentuan sampel untuk tujuan tertentu”.

Berdasarkan uraian di atas, maka penarikan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling* dengan pertimbangan program latihannya telah mengacu kepada kebutuhan kondisi fisik sepakbola. Maka yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah kelompok U.17 – U.20 tahun, yang berjumlah

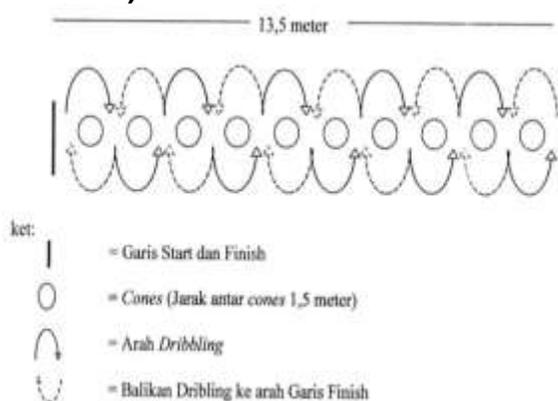
sebanyak 30 orang atlet sepakbola Kota Lintas Muaro Bungo.

Agar pengumpulan data secara teratur, sistematis dan tertib maka perlu adanya langkah-langkah yang harus dipersiapkan dengan jelas yakni:

1. Menyiapkan alat-alat instrumen secara lengkap sesuai dengan yang diperlukan (dibutuhkan).
2. Menyiapkan atlet atau sampel yang akan melakukan tes.
3. Memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan tentang instrumen.
4. Menyiapkan blangko dan alat tulis yang diperlukan dalam pengumpulan data.

Berikut uraian tentang masing-masing jenis tes yang dilaksanakan untuk mengumpulkan data yaitu sebagai berikut :

**1. Tes Kemampuan Dribbling (Poerwono, 1985: 13-14).**



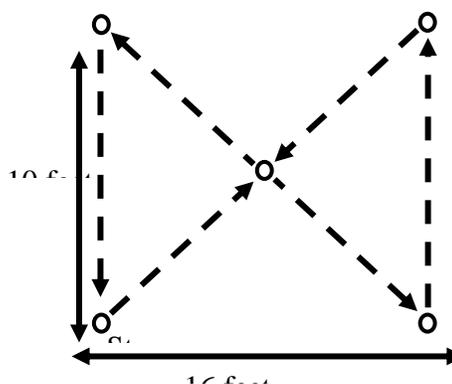
Gambar 1 : Bentuk pelaksanaan

kemampuan *dribbling*.

Sumber : (Poerwono, 1985: 13-14).

**2. Tes Kelincahan (Nurhasan, 1984:55) digunakan dalam metode penelitian secara nasional.**

Gambar 2 : Bentuk pelaksanaan Tes Kelincahan melalui tes lari *zig-zag*. (Sumber : Nurhasan, 1984:55)



Keterangan :  
 ○ = Tiang/ Tonggak  
 - - - -> = Arah Lari

**3. Tes Kecepatan**

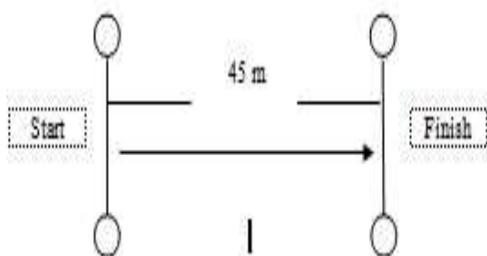
Untuk mengukur kecepatan dilakukan dengan sprint 50 yard (45 meter) diawali dengan start berdiri (Pate, 1984).

- a. Peralatan
  1. Stop watch
  2. Meteran

3. Cones
  4. Lapangan sepak bola
  5. Pena dan kertas
- b. Pelaksanaan

Testee berdiri dibelakang garis start, dengan salah satu kaki didepan, pada aba-aba “ya” pemain segera lari secepat mungkin kearah garis finish dengan jarak 50 yard(45m) dan melewati garis finish.

Gambar 3 : Bentuk pelaksanaan Tes Kecepatan



Gambar 5. Test kecepatan

Sumber : Pengukuran Keagregaran Jasmani, Dinas Pendidikan Nasional (1999)

Keterangan :

- = Cones
- = Start & finish
- = Arah lari

Menetapkan *judgment* dan operator/pelaksana pengumpul data dan bekerja sesuai dengan masing-masing

tugas yang telah diberikan penjelasan dan arahan.

Sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai, maka jenis data dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang langsung diambil dari tes dan pengukuran terhadap atlet sepakbola yang terpilih menjadi sampel, data tersebut meliputi data kemampuan *dribbling* dan kelincahan. Sedangkan data sekunder yaitu data yang diperoleh dari dokumen-dokumen yang diberikan oleh pelatih sepakbola yang bersangkutan seperti biodata atlet Kota Lintas Muara Bungo yang terpilih sebagai sampel.

Agar pengumpulan data secara teratur, sistematis dan tertib maka perlu adanya langkah-langkah yang harus dipersiapkan dengan jelas yakni: Menyiapkan alat-alat instrumen secara lengkap sesuai dengan yang diperlukan (dibutuhkan), menyiapkan atlet atau sampel yang akan melakukan tes, memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan tentang instrumen, menyiapkan blangko dan alat tulis yang diperlukan dalam pengumpulan data., menetapkan *judgment* dan operator/pelaksana pengumpul data dan bekerja sesuai dengan masing-masing tugas yang telah diberikan penjelasan dan arahan. Data yang telah terkumpul dari pre-test dan post-test di analisis dengan menggunakan statistik uji normalitas dan uji-t dengan langkah-langkah perhitungan antara lain: 1) uji normalitas dengan menggunakan *lilliefors*, 2) untuk melihat gaya tersebut digunakan *uji-t* sampel dengan rumus

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi sederhana dan koefisien determinan untuk satu variabel bebas dan variabel terikat. Sebelum melakukan analisis terhadap data di atas, dilakukan uji persyaratan, yaitu uji normalitas untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi yang berdistribusi normal, dilakukan dengan uji *Lilliefors*. Analisis digunakan untuk membuktikan hubungan ke dua variabel yang diteliti menggunakan rumus korelasi *productmoment* oleh Pearson dalam Sudjana (1992:382), untuk rumus tersebut adalah :

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan berarti maka  $r_{hitung}$  dikonsultasikan dengan melihat  $r$  Pruduct Moment. Bila  $r_{hitung} > r_{tabel}$  0,95 maka  $H_0$  ditolak yang berarti terdapat hubungan yang berarti antara satu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y).

Untuk menguji keberartian korelasi dilanjutkan dengan uji t dengan rumus

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

### Hasil dan Pembahasan

Dalam penelitian ini sebagai variabel bebasnya adalah: kelincahan ( $X_1$ ) dan kecepatan ( $X_2$ ). Sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan *dribbling* (Y) atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo. Selanjutnya akan diuraikan hasil penelitian yang mencakup: deskripsi data, uji persyaratan analisis hipotesis, uji hipotesis dan pembahasan.

#### 1. Kelincahan

Dari hasil pengukuran tes kelincahan yang dilakukan terhadap 30 orang atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo, didapatkan skor tertinggi 14.76 dan skor terendah 11.09, sedangkan *range* (jarak pengukuran) 3,67. Berdasarkan data kelompok tersebut rata-rata hitung (*mean*) 12,60 dan nilai tengah (*median*) 12,48 dan simpangan baku (*standar deviasi*) 0,99. Distribusi hasil data kelincahan atlet dapat dilihat pada tabel 4.

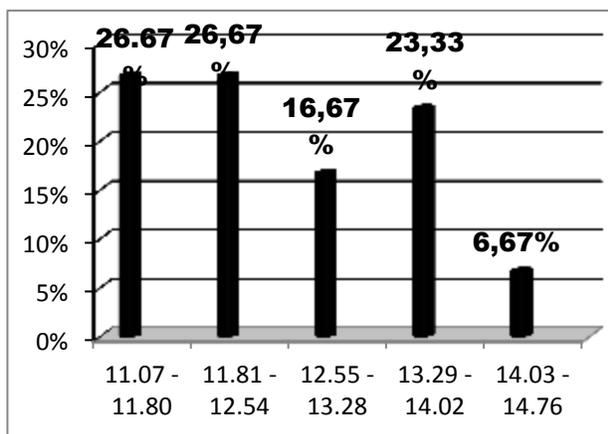
**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kelincahan**

Skor	fa	fr
11,07 – 11,80	8	26,67
11,81 – 12,54	8	26,67
12,55 – 13,28	5	16,67
13,29 – 14,02	7	23,33
14,03 – 14,76	2	6,67
Jumlah	30	100

**Keterangan :**

- fa** : frekuensi absolut
- fr** : frekuensi relatif dalam bentuk persen

Berdasarkan Tabel 4, dapat disimpulkan bahwa dari 30 orang atlet, yang memiliki hasil data kelincahan skor 11,07 – 11,80 dan skor 11,81 – 12,54 adalah sebanyak 8 orang (26,67%), skor 12,55 – 13,28 adalah 5 orang (16,67%) dan skor 13,29 – 14,02 adalah 7 orang (23,33%). Sedangkan untuk skor 14,03 – 14,76 adalah 2 orang (6,67%). Untuk lebih jelasnya variabel kelincahan atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo dapat dilihat histogram pada gambar 6 berikut ini:



Berdasarkan hasil data yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa yang memiliki kelincahan, skor di atas kelompok rata-rata adalah sebanyak 13 orang (43,33%) dan tidak ada atlet yang memiliki skor dalam kelompok rata-rata. Sedangkan untuk di bawah skor

kelompok rata-rata yaitu sebanyak 17 orang (56,67%).

**2. Kecepatan**

Berdasarkan hasil tes kecepatan atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo yang dilakukan terhadap 30 orang atlet, didapatkan skor tertinggi 6,54 dan skor terendah 4,23 sedangkan range (jarak pengukuran) 2,31. Berdasarkan data kelompok tersebut diperoleh nilai rata-rata hitung (*mean*) adalah 5,16 dan nilai tengah (*median*) 5,10. Sedangkan simpangan baku (*standar deviasi*) sebesar 0,60. Selanjutnya distribusi hasil data kecepatan atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo tersebut dapat dilihat pada tabel 5.

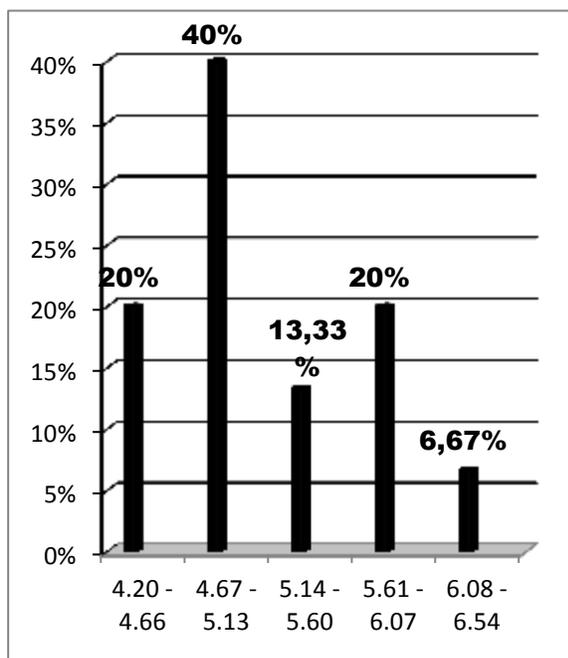
**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kecepatan**

Skor	fa	fr
4,20 – 4,66	6	20
4,67 – 5,13	12	40
5,14 – 5,60	4	13,33
5,61 – 6,07	6	20
6,08 – 6,54	2	6,67
Jumlah	30	100

**Keterangan :**

- fa** : frekuensi absolut
- fr** : frekuensi relatif dalam bentuk persen

Pada Tabel 5 di atas, dapat disimpulkan bahwa dari 30 orang atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo untuk variabel kecepatan, yang memiliki skor 4,20 – 4,66 adalah sebanyak 6 orang (20%). Selanjutnya untuk skor 4,67 – 5,13 adalah sebanyak 12 orang (40%). Sedangkan untuk skor 5,14 – 5,60 adalah 4 orang (13,33%) dan skor 5,61 - 6,07 adalah sebanyak 6 orang (20%). Selanjutnya untuk skor 6,08 – 6,54 adalah 2 orang (6,67%). Untuk histogram variabel kecepatan atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo tersebut dapat dilihat pada gambar 7 berikut.



Berdasarkan hasil data yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa atlet yang memiliki kecepatan dengan skor di atas

kelompok rata-rata adalah sebanyak 12 orang (40%) dan tidak ada satu orangpun atlet yang berada dalam kelompok rata-rata. Sedangkan untuk skor di bawah kelompok rata-rata yaitu sebanyak 18 orang (60%).

### 3. Kemampuan *Dribbling*

Dari tes kemampuan *dribbling* yang dilakukan terhadap 30 orang atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo didapatkan skor tertinggi adalah 20,83 dan skor terendah 15,08. Sedangkan range (jarak pengukuran) adalah 5,75. Berdasarkan data kelompok tersebut diperoleh nilai rata-rata hitung (*mean*) 17,77 dan nilai tengah (*median*) 17,99. Sedangkan simpangan baku (*standar deviasi*) adalah 1,50. Selanjutnya distribusi frekuensi hasil data kemampuan *dribbling* atlet dapat dilihat pada tabel 6.

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Dribbling**

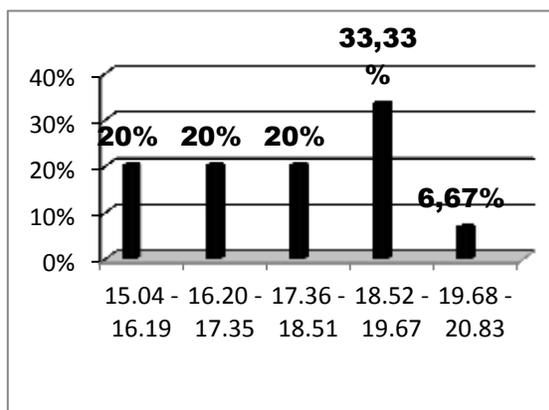
Skor	fa	fr
15,04 – 16,19	6	20
16,20 – 17,35	6	20
17,36 – 18,51	6	20
18,52 – 19,67	10	33,33
19,68 – 20,83	2	6,67

Jumlah	30	100
--------	----	-----

**Keterangan:**

- fa** : frekuensi absolut
- fr** : frekuensi relatif dalam bentuk persen

Berdasarkan pada Tabel 6 di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dari 30 orang atlet yang terpilih menjadi sampel, yang memiliki skor 15,04 – 16,19, skor 16,20 – 17,35 dan skor 17,36 – 18,51 masing-masing adalah sebanyak 6 orang (20%). Sedangkan untuk skor 18,52 – 19,67 adalah sebanyak 10 orang (33,33%) dan skor 19,68 – 20,83 adalah 2 orang (6,67%). Untuk lebih jelasnya variabel kemampuan *dribbling* atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo, dapat dilihat pada gambar 8.



**Gambar 8. Histogram Frekuensi Kemampuan Dribbling**

Berdasarkan uraian penskoran tentang variabel kemampuan *dribbling* atlet sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa atlet

yang memiliki kemampuan *dribbling* dengan skor di atas kelompok rata-rata adalah sebanyak 17 orang (56,67%) dan tidak ada siswa yang berada dalam skor kelompok rata-rata. Sedangkan untuk di bawah skor kelompok rata-rata yaitu sebanyak 13 orang (43,33%).

**Kesimpulan**

Berdasarkan kepada hasil analisis dan pembahasan yang telah di uraikan, maka pada bagian ini dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut: Kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* atlet sepakbola SSB Kota Lintas Kegiatan Belajar Muara Bungo adalah sebesar 43,30%. Kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* atlet sepakbola SSB Kota Lintas Kegiatan Belajar Muara Bungo adalah sebesar 24,21%. Terdapat kontribusi kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo. Berdasarkan analisis data, ternyata kecepatan memberikan kontribusi (sumbangan) terhadap kemampuan *dribbling* atlet sebesar 43,59%. Artinya semakin baik kelincahan dan kecepatan, maka sejalan dengan itu semakin baik pula kemampuan *dribbling* atlet Sepakbola SSB Kota Lintas Muara Bungo.

Dari uraian di atas, jelaslah bahwa faktor kelincahan dan kecepatan berkontribusi terhadap kemampuan *dribbling* atlet, namun faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan *dribbling* seperti kekuatan otot tungkai,

koordinasi mata-kaki, penguasaan teknik, perkenaan kaki dengan bola, sikap badan, kelenturan tubuh dan emosional atlet pada saat melakukan *dribbling* dalam situasi bermain. Akan tetapi dalam penelitian ini karena kelincahan dan kecepatan memberikan kontribusi atau sumbangan terhadap kemampuan *dribbling* atlet, untuk itu perlu latihan-latihan kelincahan seperti *zig-zag run* dan lari bola-balik dan latihan-latihan kecepatan misalnya melakukan lari cepat 30 meter, 40 meter dan lari 50 meter.

Meskipun kelincahan dan kecepatan memberikan kontribusi terhadap kemampuan mendribbling atlet dalam permainan sepakbola, amun faktor lain seperti kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki, perkenaan kaki dengan bola, sikap badan dan kelenturan atau kelenturan tubuh serta penguasaan teknik mendribbling itu penting dalam meningkatkan kemampuan mendribbling. Artinya banyak faktor lain yang mempengaruhi kemampuan mendribbling dalam permainan sepakbola. Hal ini harus menjadi perhatian dan pertimbangan bagi atlet dan pelatih dalam melakukan latihan-latihan dalam upaya meningkatkan kemampuan teknik dalam permainan sepakbola seperti teknik mendribbling.

#### Daftar pustaka

Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan*

- dan Praktek. Edisi Revisi. Jakarta: Rineke Cipta.
- Batty. J. Vickers. 1984. *Swimming Fourth Edition*. Dubuque. Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers.
- Depdiknas. 2009. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka..
- Joseph. A. Luxbacher. 2004. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Krejci, V & Peter, Koch. 1976. *Muscle had tendon Injuries in athletics*. Stuttgart: Univercity Book Publishing Company.
- Nurhasan. 1984. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung: FPOK IKIP Padang.
- Poerwadarminta. 1986. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- PSSI. 2015. *Law of The Game*. Jakarta: FIFA.
- Ridwan, 2005. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Sneyers, Jef. 1988. *Sepakbola (Latihan dan Strategi Bermain)*. Jakarta: PT. Rosda Jaya Putra.
- Soejono. 1984. *Olahraga dan Umur*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Sudjana. 1992. *Metode Statistik (Edisi IV)*. Bandung: Tarsito.
- Suharno. 1985. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta: Yayasan Sekolah Tinggi Olahraga.

Suharno. 1993. Metodologi Pelatihan Olahraga. Seri Bahan Penataran Pelatih Tingkat Muda/ Madya. Jakarta: KONI Pusat. Pusat Pendidikan dan Penataran.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005. *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Tersedia:

<http://kppo.bappenas.go.id/files/ri-inkasan-eksekutifbidang-Olahraga%202010-2014.pdf>.

Tim Sepakbola. 2006. Metode Melalui Ide Permainan Teknik, Taktik Dan Sejarah Sepakbola. Jakarta: FIK UNP.