

KOORDINASI MATA KAKI, KESEIMBANGAN, KELINCAHAN, DAN KETERAMPILAN MENGGIRING DALAM SEPAK BOLA

Adam Mappaompo dan Silatulrahmi

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar
Jalan Wijaya Kusuma Raya No. 14 Makassar

Abstract: Legs Eye Coordination, Balance, Agility and Herding Skills in Football. This study aims to determine the relationship together eye-foot coordination, balance, and agility with dribbling skills in the game of football. This research is a descriptive study with a sample of 30 players. Data were analyzed using correlation analysis. The results showed that (1) there is a significant correlation eye-foot coordination with dribbling skills with ρ value of -0.622 (pvalue <0.05); (2) there is a significant relationship keseimbangan dengan dribbling skills with ρ value of -0.648 (pvalue <0.05); (3) there is a significant relationship with the agility skills of dribbling with ρ value of 0,747 (pvalue <0.05); (4) there is a significant relationship together eye-foot coordination, balance, and agility with dribbling skills with the R value of 772 (pvalue <0.05).

Abstrak: Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan, Kelincahan, dan Keterampilan Menggiring dalam Sepak Bola. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan secara bersama-sama koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dengan sampel 30 pemain. Data dianalisis dengan menggunakan analisis korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) ada hubungan yang signifikan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola dengan nilai ρ sebesar -0,622 ($P_{\text{value}} < \alpha$ 0,05); (2) ada hubungan yang signifikan keseimbangan dengan keterampilan menggiring bola dengan nilai ρ sebesar -0,648 ($P_{\text{value}} < \alpha$ 0,05); (3) ada hubungan yang signifikan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dengan nilai ρ sebesar 0,747 ($P_{\text{value}} < \alpha$ 0,05); (4) ada hubungan yang signifikan secara bersama-sama koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dengan nilai R sebesar 772 ($P_{\text{value}} < \alpha$ 0,05).

Salah satu cabang olahraga yang sering mendapat perhatian adalah cabang olahraga sepak bola. Cabang olahraga ini sangat digemari disegala lapisan masyarakat baik pada tingkat lokal maupun pada level nasional sampai internasional. Namun demikian perhatian masyarakat terhadap sepakbola masih sering berbanding terbalik dengan prestasi yang diraih. Sehingga cabang olahraga sepakbola telah populer dan mempunyai daya tarik tersendiri bagi masyarakat Indonesia.

Di Sulawesi Selatan khususnya di Kabupaten Sinjai cabang olahraga sepakbola adalah salah satu olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat ini terbukti banyaknya club-club sepakbola di daerah tersebut antara lain Tim Gelora. Tim Gelora Kabupaten Sinjai terletak di sebelah timur kota

Kabupaten Sinjai yang memiliki lapangan sepak bola sendiri dan membina pemain mulai dari usia dini, remaja dan dewasa. Tim Gelora membina pemain begitu banyak dan rutin latihan setiap sore dilapangan gelora massa layaknya club sepakbola yang profesional dan memiliki manajemen organisasi yang baik, serta adanya suasana dorongan dari masyarakat setempat maupun perhatian pemerintah daerah kabupaten Sinjai untuk memajukan olahraga sepakbola sebagai olahraga prestasi.

Menurut pengamatan dan hasil survei kami di Tim Gelora Kabupaten Sinjai, di ruangan sekretariat Club tersebut banyak piala dan sertifikat penghargaan yang telah diraih, namun masih bersifat tingkat daerah. Berdasarkan wawancara

dengan pengurus Tim Gelora Sinjai bahwa pemain Club tersebut merupakan penyumbang pemain bagi tim sepakbola Kabupaten Sinjai di Divisi Utama dan PORDA. Tim Gelora Sinjai yang memiliki banyak pemain sepakbola dan telah memiliki prestasi di daerah tersebut, namun dilihat dari segi permainan pada saat latihan ataupun pertandingan banyak pemain yang mengalami kendala pada saat melakukan gerakan dalam menggiring bola, sehingga hasil yang diperoleh dari pemain tersebut adalah sebagian besar hasil dribell bolanya tidak maksimal dan mudah direbut oleh lawan. Dengan demikian keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola jelas membutuhkan unsur-unsur kemampuan fisik, dan kemampuan fisik yang dianggap dapat memberikan pengaruh terhadap keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola adalah; komponen fisik koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincahan. Dari analisa tersebut dapat dijelaskan bahwa dalam menggiring bola perlu ada dukungan dari kondisi fisik koordinasi, keseimbangan, kelincahan. Tiga faktor kondisi fisik ini sangat berperan untuk mendapatkan pola permainan sepakbola yang efektif dan menghidupkan permainan. Menggiring bola merupakan salah satu teknik yang terpenting dalam permainan sepak bola dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain. Hal ini dapat diamati dalam suatu pertandingan sepak bola, jika terdapat dua kesebelasan yang sedang bertanding, maka kesebelasan yang pemainnya memiliki teknik menggiring bola lebih baik itulah yang kemungkinannya memenangkan pertandingan.

Dikemukakan oleh Haddade dan Tola (1988: 51) bahwa teknik menggiring bola yaitu: (1) dengan menggunakan kaki sebelah dalam, (2) dengan kura-kura kaki bagian dalam, (3) dengan kura-kura kaki, dan (4) Dengan kura-kura kaki bagian luar. Aang Witarsa (1990:15) mengemukakan kegunaan teknik menggiring bola dalam pertandingan sebagai berikut; 1) untuk melewati lawan; 2) untuk mencari kesempatan memberikan umpan pada kawan; 3) untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan kita; dan 4) untuk menciptakan peluang mencetak gol. Karena pentingnya teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola, maka dituntut kepada seorang pelatih untuk mengetahui bagaimana teknik dan pelaksanaan keterampilan

menggiring bola, karena teknik menggiring bola sangat penting dalam permainan sepakbola.

Unsur fisik koordinasi mata-kaki dalam melakukan gerakan menggiring bola yaitu kemampuan koordinasi dalam melakukan menggiring bola tidak terbatas hanya pada kemampuan gerak saja, tetapi juga melibatkan pancaindra mata untuk melihat arah datangnya bola dan membawa bola ke sasaran. Menurut Harsono (1988:219) Koordinasi adalah kemampuan biomotorik yang sangat kompleks, yang juga sangat erat hubungannya dengan kecepatan (*speed*), kekuatan (*strenght*), daya tahan (*endurance*), dan kelentukan (*fleksibilitas*).

Pada dasarnya koordinasi adalah kemampuan untuk mengatasi keserasian gerak bagian-bagian tubuh, kemampuan berkembang dengan kontrol tubuh. Pernyataan ini jelas bahwa individu yang koordinasinya baik akan mampu mengendalikan gerak sesuai dengan kemampuannya.

Menurut D. Allen Phillips dan E Hornack (1979: 251) Koordinasi adalah kemampuan melakukan suatu pola gerakan yang membutuhkan keterampilan. Koordinasi juga merupakan bagian integral dari kemampuan motorik, pada kenyataannya pengertian koordinasi telah di anggap sebagai padanan dari kata kemampuan motorik dan keterampilan. Kelincahan adalah suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seorang atau pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas.

Pemain yang lincah adalah pemain yang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mempertahankan sistem tubuh baik dalam posisi statis maupun lebih-lebih dalam posisi gerak dinamis yang mana keseimbangan juga merupakan hal yang sangat penting di dalam melakukan suatu gerakan karena dengan keseimbangan yang baik, maka seseorang mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan dan dalam beberapa ketangkasan unsur kelincahan, seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1988:224) bahwa “Keseimbangan berhubungan dengan koordinasi diri, dan dalam beberapa keterampilan, juga dengan agilitas”. Dengan demikian untuk menjaga keseimbangan dalam melakukan kegiatan jasmani, maka gerakan-gerakan yang dilakukan perlu dikoordinasikan dengan baik sebagai usaha untuk mengontrol semua gerakan.

Harsono (1988:223) mengemukakan bahwa keseimbangan atau *balance* adalah “Kemampuan untuk mempertahankan sistem neuromuscular kita dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem neuromuscular tersebut dalam suatu posisi atau sikap yang efisien selagi kita bergerak” Sesuai dengan batasan kelincuhan sebagaimana yang telah dikemukakan, untuk itu pergerakan yang dilakukan dalam menggiring bola dengan jarak yang maksimal dalam permainan sepakbola sangat membutuhkan kelincuhan tubuh dan pergerakan anggota badan untuk menampilkan pola permainan yang lebih baik. Dalam setiap cabang olahraga mempunyai tuntutan kelincuhan yang berbeda secara spesifik, seperti halnya dalam proses gerakan untuk membalikkan badan dalam melakukan tipuan atau menggiring bola. Kelincuhan adalah kemampuan gerak seseorang untuk mengubah posisi badan dan arah secepat mungkin sesuai dengan yang dikehendaki. Menurut Harsono (1988:172) mengemukakan bahwa: Orang yang lincah adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu yang sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

P ini bertujuan mendeskripsikan hubungan antara koordinasi mata kaki, keseimbangan, kelincuhan, dan keterampilan menggiringbola dalam sepak bola.

METODE

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif yang akan mengungkap tentang

hubungan koordinasi mata-kaki, keseimbangan dan kelincuhan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola Club Gelora Kabupaten Sinjai. Lokasi penelitian ini adalah di Kabupaten Sinjai Sulawesi.

Populasi penelitian ini adalah keseluruhan pemain Club Gelora Kabupaten Sinjai. Sampel ialah sebagian dari anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik tertentu yang disebut teknik sampling. Karena jumlah populasi dalam penelitian ini relatif banyak, maka peneliti membatasi dengan melakukan pemelihan secara acak dengan mempergunakan teknik “Simple Random Sampling” dengan cara undian, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 30 orang pemain Club Gelora Kabupaten Sinjai. Variabel terikat pada penelitian ini adalah Keterampilan menggiring Bola. Variabel bebas adalah Koordinasi Mata-kaki, keseimbangan dan Kelincuhan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mendapatkan gambaran umum data suatu penelitian maka digunakanlah analisis data deskriptif. Analisis deskriptif dilakukan terhadap koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincuhan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai. Analisis ini dimaksudkan untuk memberi makna pada hasil analisis yang telah dilakukan. Hasil analisis deskriptif data tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan, Kelincuhan, dan Keterampilan Menggiring Bola

Nilai Statistik	koordinasi mata-kaki	Keseimbangan	kelincuhan	Keterampilan menggiring bola
N	30	30	30	30
Mean	14,10	71,03	11,0747	17,5540
SD	1,494	5,340	0,70285	1,62451
Varians	2,231	28,516	0,494	2,639
Range	6	18	2,38	6,27
Minimum	11	62	10,18	14,27
Maksimum	17	80	12,56	20,54

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan, Kelincahan dan Keterampilan Menggiring Bola

Nilai Statistik	koordinasi mata-kaki	Keseimbangan	Kelincahan	Keterampilan menggiring bola
N	30	30	30	30
Absolute	0,140	0,171	0,155	0,158
Positif	0,127	0,108	0,155	0,158
Negatif	-0,140	-0,171	-0,126	-0,133
KS-Z	0,767	0,938	0,848	0,864
As.Sig	0,599	0,343	0,469	0,444

Tabel 1 di atas merupakan gambaran data koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincahan, dan data keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai Untuk lebih jelasnya diuraikan sebagai berikut: 1) Koordinasi mata-kaki (X_1), diperoleh nilai rata-rata (*mean*)= 14,10 kali, simpangan baku (*standar deviasi*)= 1,494 kali, nilai terendah (*minimum*) = 11 kalidan nilai tertinggi (*maksimum*)= 17 kali. 2) Keseimbangan (X_2), diperoleh nilai rata-rata (*mean*)= 71,03 poin, simpangan baku (*standar deviasi*)= 5,340 poin, nilai terendah (*minimum*)= 62 poindan nilai tertinggi (*maksimum*)= 80 poin. 3) Kelincahan (X_3), diperoleh nilai rata-rata (*mean*)= 11,0747 detik, simpangan baku (*standar deviasi*)= 0,70285 detik, nilai terendah (*minimum*)= 10,18detik dan nilai tertinggi (*maksimum*) = 12,56 detik. 4) Keterampilan menggiring bola (Y), diperoleh nilai rata-rata (*mean*)= 17,5540 detik, simpangan baku (*standar deviasi*) = 1,62451 detik, nilai terendah (*minimum*)= 14,27 detikdan nilai tertinggi (*maksimum*)= 20,54 detik. 5) Salah satu persyaratan yang harus dipenuhi agar statistik parametrik dapat digunakan dalam menganalisis data penelitian adalah data harus mengikuti sebaran normal (berdistribusi normal). Untuk mengetahui apakah data koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincahan dan data keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai berdistribusi normal, maka dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov.

Berdasarkan Tabel 2, maka pengujian normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogrov-Smirnov (KS-Z) menunjukkan hasil; 1) Untuk data koordinasi mata-kaki, diperoleh nilai KS-Z = 0,767 ($P= 0,599 > \alpha 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data koordinasi mata-kaki mengikuti se-

baran normal atau berdistribusi normal. 2) Untuk data keseimbangan, diperoleh nilai KS-Z = 0,938 ($P= 0,343 > \alpha 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data keseimbangan mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal. 3) Untuk data kelincahan, diperoleh nilai KS-Z= 0,848 ($P= 0,469 > \alpha 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa data kelincahan mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal. 4) Untuk data keterampilan menggiring bola permainan sepakbola, diperoleh nilai KS-Z= 0,864 ($P= 0,444 > \alpha 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

Untuk menguji kebenaran hipotesis tentang ada tidaknya hubungan yang signifikan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai, dilakukan analisis korelasi.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Koordinasi Mata Kaki dengan Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	N	ρ	P_{value}	Keterangan
Koordinasi mata-kaki (X_1)				
Keterampilan menggiring bola Sepakbola (Y)	30	-0,622	0,000	Signifikan

Berdasarkan Tabel 3 di atas terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien korelasi dengan menggunakan uji korelasi dikemukakan sebagai berikut; nilai ρ diperoleh = -0,622 ($P_{value} < \alpha 0,05$) berarti ada hubungan yang signifikan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai.

Untuk menguji kebenaran hipotesis tentang ada tidaknya hubungan yang signifikan keseimbangan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai, dilakukan analisis korelasi.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Keseimbangan dengan Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	N	ρ	P_{value}	Keterangan
Keseimbangan(X_2)				
Keterampilan menggiring bola Sepakbola (Y)	30	-0,648	0,000	Signifikan

Berdasarkan Tabel 4 di atas terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien korelasi dengan menggunakan uji korelasi dikemukakan sebagai berikut; nilai ρ diperoleh = -0,648 ($P_{value} < \alpha$ 0,05) berarti ada hubungan yang signifikan keseimbangan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai.

Untuk menguji kebenaran hipotesis tentang ada tidaknya hubungan yang signifikan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai, dilakukan analisis korelasi Pearson. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	N	ρ	P_{value}	Keterangan
Kelincahan (X_3)				
Keterampilan menggiring bola Sepakbola (Y)	30	0,747	0,001	Signifikan

Berdasarkan Tabel 5 di atas terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien korelasi dengan menggunakan uji korelasi dikemukakan sebagai berikut; nilai ρ diperoleh = 0,747 ($P_{value} < \alpha$ 0,05) berarti ada hubungan yang signifikan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai.

Untuk mengetahui keeratan hubungan secara bersama-sama antara koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincahan dengan keterampilan

menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai, maka perlu dianalisis dengan menggunakan analisis korelasi ganda.

Tabel 6. Hasil Uji Regresi Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan, dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola

Variabel	R	R^2	F	P_{value}	Keterangan
Koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincahan	0,772	0,596	12,796	0,000	Signifikan
Keterampilan menggiring bola Sepakbola					

Berdasarkan Tabel 6 di atas terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien regresi dengan menggunakan uji-r regresi dikemukakan sebagai berikut; nilai r hitung (R) diperoleh sebesar 0,772, nilai Rsquare (R^2)diperoleh sebesar 0,596 ($P_{value} < \alpha$ 0,05) setelah dilakukan uji signifikan atau keberartian regresi dengan menggunakan uji F korelasi diperoleh F hitung sebesar 12,796 ($P_{value} < \alpha$ 0,05), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, berarti ada hubungan yang signifikan koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai

Pembahasan

Pengujian hipotesis menunjukkan bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada hubungan yang signifikan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai. Hal ini mengandung makna apabila nilai koordinasi mata-kaki tergolong baik, maka akan diikuti dengan nilai keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang baik pula. Begitu pula sebaliknya, apabila nilai koordinasi mata-kaki yang kurang baik, maka akan diikuti dengan nilai keterampilan menggiring bola permainan sepakbola yang kurang baik pula.

Pengujian hipotesis menunjukkan bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada hubungan

yang signifikan keseimbangan dengan keterampilan menggiring bola permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila nilai kelentukan tergolong baik, maka akan diikuti dengan nilai kemampuan passing bawah pada permainan sepakbola yang baik pula. Begitu pula sebaliknya, apabila nilai kelentukan yang kurang baik, maka akan diikuti dengan nilai keterampilan menggiring bola permainan sepakbola yang kurang baik pula.

Pengujian hipotesis menunjukkan bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada hubungan yang signifikan kelincuhan dengan keterampilan menggiring bola permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila nilai kelincuhan tergolong baik, maka akan diikuti dengan nilai keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang baik pula. Begitu pula sebaliknya, apabila nilai kelincuhan yang kurang baik, maka akan diikuti dengan nilai keterampilan menggiring bola permainan sepakbola yang kurang baik pula.

Pengujian hipotesis menunjukkan bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada hubungan yang signifikan koordinasi mata-kaki, kelentukan, dan keseimbangan dengan keterampilan meng-

giring bola permainan sepakbola Tim Gelora Kabupaten Sinjai. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila nilai koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincuhan, tergolong baik, maka akan diikuti dengan nilai keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang baik pula. Sebaliknya, apabila nilai koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincuhan yang kurang baik, maka akan diikuti dengan nilai keterampilan menggiring bola permainan sepakbola yang kurang baik pula.

SIMPULAN

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.. 1) Ada hubungan yang signifikan koordinasi mata-kaki dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. 2) Ada hubungan yang signifikan keseimbangan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. 3) Ada hubungan yang signifikan kelincuhan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. 4) Ada hubungan yang signifikan secara bersama-sama koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kelincuhan dengan keterampilan menggiring bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, Philips D, dan E, Hornack 1979. *Measurment And Evalution in Physical Education* . New York
- Arikunto, Suharsimi, 1996., *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Renika Cipta, Jakarta.
- Donnel Kavin O. Dan Seagrave, Corin. 1993. *Dinamika kecepatan*, Terjemahan Suyono. Jakarta.
- Haddade Ilyas dan Tola, Ismail, 1988., *Penuntun Mengajar dan Melatih Sepakbola*. FPOK IKIP Ujungpandang.
- Halim Ichsan Nur, 2004., *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Universitas Negeri Makassar, Makassar.
- Harsono, 1988., *Coaching dan Aspek-aspek psikologi dalam Coaching*. P2LPTK Depdiknas, Jakarta.
- Harrow, Anita J. A. 1972. *Taxonomi Of the Psychomotor Domain*, New York
- Hamidsyah Noor dkk.1993, *Kepelatihan Dasar,Depdikud* ,Jakarta 1993
- Ismaryati, 2006. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Luxbacher, Joe.1999. *Sepakbola, Taktik dan Teknik Bermain*.Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada
- Marta Dinata. 2007. *Dasar-dasar Mengajar SepakBola*. Jakarta : Penerbit Cerdas Jaya
- Muchtar, Remmy, 1992., *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Depdikbud Dikti PPTK, Jakarta.
- Rani, Adib, Abd, 1992., *Materi dan Evaluasi Permainan Sepakbola*. FPOK IKIP Ujungpandang.
- Rahantoknam, BE. 1988. *Belajar Motorik : Teori dan Aplikasinya Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: P2LPTK Depdikbud.
- Sajoto, Mochamad, 1988., *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Bidang Olahraga*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Sukatami, 1984. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Solo : Tiga Serangkai.