# PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN BOLA STANDAR DAN BOLA PLASTIK TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA-KAKI

*(Studi Eksperimen Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2015-2016)*

**TESIS**

Diajukan untuk Penulisan Tesis Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Magister (S-2) Pada Jurusan Keguruan Olahraga
Program Pascasarjana UN PGRI Kediri

OLEH :

**EKO SUPRIADI**
NPM : 14.0.06.01.0013

**PROGRAM PASCASARJANA**

**UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA KEDIRI**

**UN PGRI KEDIRI**

**2016**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Tesis oleh :

**EKO SUPRIADI**
NPM : 14.0.06.01.0013

Judul :

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN BOLA STANDAR DAN BOLA PLASTIK TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA-KAKI**

*(Studi Eksperimen Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2015-2016)*

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Tesis Program Studi Keguruan Olahraga
Program Pascasarjana UN PGRI Kediri
Tangal : 29 JULI 2016

| Pembimbing I | Pembimbing II |
|---|---|
| **Prof. Dr. dr. Muchsin Doewes, AIFO** | **Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.** |
| **NIDN. 00310548004** | **NIDN. 0716046202** |

**Menyetujui**
**Ketua Jurusan/Prodi,**

**Dr. Atrup, M.Pd., M.M.**
**NIDN. 0709116101**

ii

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tesis oleh :

**EKO SUPRIADI**
NPM : 14.0.06.01.0013

Judul :

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN BOLA STANDAR DAN BOLA PLASTIK TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA-KAKI**

*(Studi Eksperimen Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2015-2016)*

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tesis
Program Studi Magister Keguruan Olahraga
Program Pascasarjana Universitas Nusantara PGRI Kediri
Pada tangal : 12 Agustus 2016

**Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan**

Dewan Penguji:

1. Ketua : Dr. Sri Aliami, M.M.
2. Sekretaris : Dr. Suryo Widodo, M.Pd.
3. Penguji I : Prof. Dr. Muchsin Doewes, AIFO
4. Penguji II : Dr. Sri Hj. Panca Setyawati, M.Pd.

Mengetahui,
Direktur Program Pascasarjana
UN PGRI Kediri

Dr. Rr. Forijati, M.M.
NIDN. 0028016701

# PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN BOLA STANDAR DAN BOLA PLASTIK TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA-KAKI

*(Studi Eksperimen Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2015-2016)*

Eko Supriadi
NPM; 14.0.06.01.0013
Keguruan Olahraga – Program Pascasarjana
*ekosupriadi@gmail.com*
Prof. Dr. dr. Muchsin Doewes, AIFO dan Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

## ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : 1) Perbedaan pengaruh antara latihan menggiring bola menggunakan bola standar dan bola plastik terhadap keterampilan menggiring bola; 2) Perbedaan keterampilan menggiring bola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah; dan 3) Interaksi antara latihan menggiring bola dan kordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen* dengan rancangan faktorial 2 x 2. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Kota Kediri tahun pelajaran 2015-2016 yang berjumlah 120 siswa. teknik sampling yang digunakan adalah *proportional purposive random sampling*. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini sebanyak 40 siswa. Teknik pengumpulan data dengan menggiring bola dengan *zig-zag* melewati lima rintangan dan untuk mengukur koordinasi mata-kaki dengan *soccer dribble test*. Teknik analisis data yang digunakan adalah ANAVA 2 X 2 dan uji *Newman Keuls*.

Hasil penelitian : 1) Ada pengaruh antara latihan menggiring bola menggunakan bola standar dan bola plastik terhadap keterampilan menggiring bola. Berdasarkan hasil analisis data, ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 pada taraf signifikansi 5% sehingga hipotesis nol ditolak; 2) Ada pengaruh terhadap keterampilan menggiring bola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi. Berdasarkan hasil analisis data, ternyata nilai Sig. = 0,002 < 0,05 pada taraf signifikansi 5% sehingga hipotesis nol ditolak; dan 3) Ada interaksi antara modifikasi bola dan kordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola. Berdasarkan hasil analisis data, ternyata nilai Sig. = 0,002 < 0,05 pada taraf signifikansi 5% sehingga hipotesis nol ditolak.

Kesimpulan penelitian ini adalah (1) Ada pengaruh antara latihan menggiring bola menggunakan bola standar dan bola plastik terhadap keterampilan menggiring bola. Latihan menggiring bola menggunakan bola plastik lebih baik terhadap keterampilan menggiring bola; (2) Ada pengaruh terhadap keterampilan menggiring bola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah. Siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki yang tinggi lebih baik daripada yang rendah dalam keterampilan menggiring bola; 3) Ada interaksi antara modifikasi bola dan kordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola. Koordinasi mata-kaki kategori tinggi lebih cocok diberi perlakuan modifikasi bola plastik

**Kata kunci** : latihan menggiring bola menggunakan bola standar, bola plastik, koordinasi mata-kaki, kemampuan menggiring bola.

## I. PENDAHULUAN

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga permainan yang menuntut keterampilan yang tinggi. Olahraga ini terdiri dari gerakan-gerakan yang sangat kompleks. Banyak faktor yang mempengaruhi untuk dapat bermain sepakbola dengan baik. Di antaranya yaitu faktor fisik, teknik, taktik dan mental yang harus dimiliki untuk menjadi pemain yang baik. Faktor-faktor tersebut adalah bagian-bagian yang tidak dapat dipisahkan dan saling mempengaruhi untuk mencapai sebuah prestasi.

Pada permainan sepakbola sering kita jumpai teknik-teknik dasar yang bermacam-macam. Salah satu teknik dasar yang paling sering kita jumpai adalah teknik menggiring bola. Menggiring bola merupakan gerakan lari sambil membawa bola dengan kaki, dimana bola didorong dengan bagian kaki terus bergulir di atas tanah. Menggiring bola dalam permainan sepakbola merupakan hal yang sangat penting dan berguna, karena sebuah tim dapat menguasai permainan sehingga tercapai tujuan akhir yakni sebuah gol. Adapun kegunaan menggiring bola menurut Soekatamsi (1988: 158) adalah sebagai berikut :

1. Untuk melewati lawan.
2. Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat.

Untuk menguasai bola atau menahan bola agar tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Masih rendahnya keterampilan siswa dalam menggiring bola perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya. Metode latihan yang diterapkan selama ini perlu dievaluasi untuk mencapai hasil latihan yang diharapkan.

Salah satu solusi yang dapat digunakan adalah dengan mengkombinasikan antara bola standar dan bola tidak standar (plastik). Dengan cara ini maka siswa dapat melakukan gerakan latihan menggiring bola dengan motivasi yang tinggi, sehingga rasa percaya diri akan tumbuh dengan sendirinya. Selain itu, latihan menggunakan bola plastik ini juga dapat membuat siswa tidak mudah bosan, tidak cepat lelah dan merasa ringan melakukannya.

Faktor lain yang bisa mempengaruhi dalam keterampilan menggiring bola adalah koordinasi mata-kaki. Koordinasi mata-kaki merupakan kapasitas dasar seseorang dalam melakukan gerakan dengan berbagai variasi. Keterampilan ini dimiliki oleh setiap individu dan tiap invidunya pasti berbeda-beda. Faktor ini juga sangat berpengaruh pada penguasaan keterampilan olahraga seseorang. Dengan kata lain bahwa tinggi rendahnya koordinasi mata-kaki yang dimiliki oleh seseorang akan mempengaruhi keterampilannya dalam menggiring bola.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan faktorial 2 x 2. Subyek yang akan di teliti kemudian di lakukan tes dan pengukuran koordinasi mata-kaki, kemudian dirangking dari skor tertingi sampai skor terendah. Setelah itu dicari nilai rata-rata *(mean)* untuk dibandingkan dengan perolehan skor individu. Siswa yang

mendapat skor tes dan pengukuran koordinasi mata-kaki diatas nilai rata-rata diklasifikasikan sebagai siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dan siswa yang mendapat skor tes dan pengukuran koordinasi mata-kaki dibawah nilai rata-rata diklasifikasikan sebagai siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah. Selanjutnya dikelompokkan menjadi 4 kelompok sesuai dengan rancangan faktorial 2 x 2, dimana setiap kelompok terdiri dari beberapa subyek, pengelompokan sampel tersebut adalah :

Kelompok I : Kelompok latihan dengan bola sebenarnya yang memiliki koordinasi mata kaki tinggi.

Kelompok II : Kelompok latihan dengan bola sebenarnya yang memiliki koordinasi mata kaki rendah.

Kelompok III : Kelompok latihan dengan bola plastik yang memiliki koordinasi mata kaki tinggi.

Kelompok IV : Kelompok latihan dengan bola plastik yang memiliki koordinasi mata kaki rendah

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan SMA Negeri 1 Kota Kediri. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November sampai dengan bulan Desember 2015, dengan frekuensi latihan tiga kali seminggu, yaitu hari Rabu, Jum'at dan Minggu, selama enam minggu. Hal ini sesuai dengan pendapat M. Sajoto (1995: 35) bahwa, "Para pelatih dewasa ini pada umumnya setuju untuk menjalankan program latihan 3 kali setiap minggu, agar tidak terjadi kelelahan yang kronis. Adapun lama latihan yang diperlukan adalah selama 6 minggu atau lebih". Diawali dengan tes awal tanggal 13 November2015, selanjutnya diberikan perlakuan (*treatment)* dari tanggal 18 November sampai dengan tanggal 30 Desember, dan diakhiri dengan tes akhir tanggal 8 Januari 2016.

Banyaknya sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 40 siswa dari 120 populasi yang diperoleh dengan teknik *purposive random sampling,* dikatakan teknik *purposive random sampling* yaitu sampelnya dalam penelitian ditentukan untuk mewakili populasi dan ikut dalam penelitian ini, misalnya dengan mengunakan tingkatan *score* tes yang didapat ketika mengikuti kegiatan tes. Dari hasil tes tersebut nantinya dapat diketahui pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki kategori tinggi dan rendah.

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui tes dan pengukuran. Pengambilan data koordinasi mata-kaki dilakukan dengan *soccer dribble test* (Faruq dan Fenanlampir, 2015:161). Keterampilan menggiring bola diperoleh dengan tes menggiring bola dengan *zig-zag* melewati lima rintangan dalam waktu sesingkat mungkin (Soekatamsi, 1988: 258). Tes ini ditujukan untuk melatih kelincahan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Tes dilakukan 2 kali, yaitu test awal (*pre test*) dan tes akhir (*post test*).

Uji prasyarat analisis yang digunakan dalam kelompok ini meliputi normalitas dan uji homogenitas. Adapun langkah-langkah uji prasyarat penelitian sebagai berikut :

**a) Uji Normalitas**

Uji prasyarat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan metode Lilliefors dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20. Perumusan hipotesis sebagai berikut:

1) Ho berbunyi data tidak berdistribusi normal.
2) Ha berbunyi data berdistribusi normal.

Pengujian hipotesis dengan aplikasi SPSS adalah

1) Nilai probability (sig) > 0,05, maka Ho ditolak
2) Nilai probability (sig) < 0,05, maka Ho diterima

**b) Uji Homogenitas**

Dalam uji homogenitas dilakukan dengan cara membagi varians yang lebih besar dengan varians yang lebih kecil. Uji homogenitas data dalam penelitian ini dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20. Perumusan hipotesis sebagai berikut:

1) Ho berbunyi tidak berasal dari varians yang sama.
2) Ha berbunyi berasal dari varians yang sama.

Pengujian hipotesis dengan aplikasi SPSS adalah

1) Nilai probability (sig) > 0,05, maka Ho ditolak
2) Nilai probability (sig) < 0,05, maka Ho diterima

**3. Pengujian Hipotesis**

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis varians dua arah dengan bantuan SPSS versi 23.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data dalam penelitian ini meliputi uji prasyarat analisis berupa uji normalitas, uji homogenitas. Berikut uraian penjelasan dari masing-masing analisis :

Dari data hasil prediksi keterampilan menggiring bola sebelum diberi perlakuan, setelah dianalisis menggunakan SPSS, maka diperoleh hasil pengujian seperti tercantum dalam tabel berikut :

Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas dengan *SPSS.*

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

| | | Menggirirng Bola |
|---|---|---|
| N | | 40 |
| Normal Parameters[a,b] | Mean | 2.8410 |
| | Std. Deviation | 1.11564 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .134 |
| | Positive | .134 |
| | Negative | -.083 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | .846 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .471 |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Dari hasil output SPSS diperoleh hasil uji normalitas dengan kolmogorov-smirnov dengan nilai Sig. = 0,846 ternyata lebih besar daripada 0,05, sehingga hipotesis nol ditolak yang artinya data berdistribusi normal.

Dengan data yang sama dianalisis menggunakan uji *Barlett*, maka diperoleh hasil pengujian yang tercantum dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Uji Homogenitas Dengan SPSS

**Levene's Test of Equality of Error Variances[a]**

Dependent Variable: Menggiring Bola

| F | df1 | df2 | Sig. |
|---|---|---|---|
| 2.242 | 3 | 36 | .100 |

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.
a. Design: Intercept + FAKTORA + FAKTORB + FAKTORA * FAKTORB

Dari hasil output SPSS diperoleh nilai Sig. 0,100. Setelah dibandingkan dengan nilai taraf signifikansi, ternyata nilai Sig. = 0,100 lebih besar dari 0,05. Sehingga Hipotesis nol ditolak, yang artinya data variabel memiliki varian yang sama atau homogen.

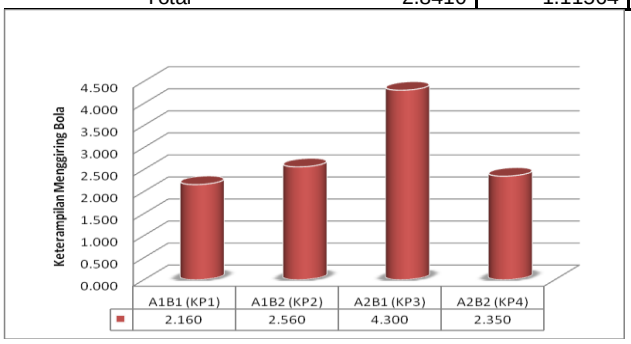
Deskripsi hasil analisis data keterampilan menggiring bola pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Kota Kediri tahun pelajaran 2015-2016 yang dilakukan sesuai dengan kelompok yang dibandingkan, disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4.3 Ringkasan Angka-angka Statistik Deskriptif Data Keterampilan menggiring bola Tiap Kelompok Berdasarkan Perlakuan.

**Descriptive Statistics**

Dependent Variable: Menggiring Bola

| Modifikasi Bola | Koordinasi Mata dan Kaki | Mean | Std. Deviation | N |
|---|---|---|---|---|
| Bola Plastik | Tinggi | 4.2980 | .97962 | 10 |
| | Rendah | 2.3500 | .73174 | 10 |
| | Total | 3.3240 | 1.30645 | 20 |
| Bola Standar | Tinggi | 2.1560 | .46736 | 10 |
| | Rendah | 2.5600 | .66652 | 10 |
| | Total | 2.3580 | .59737 | 20 |
| Total | Tinggi | 3.2270 | 1.32870 | 20 |
| | Rendah | 2.4550 | .68969 | 20 |
| | Total | 2.8410 | 1.11564 | 40 |




Gambar 4.1 Histogram Perbandingan Nilai Rata-Rata Keterampilan Menggirirng Bola tiap Kelompok Perlakuan.

**1. Pengujian Hipotesis Pertama**

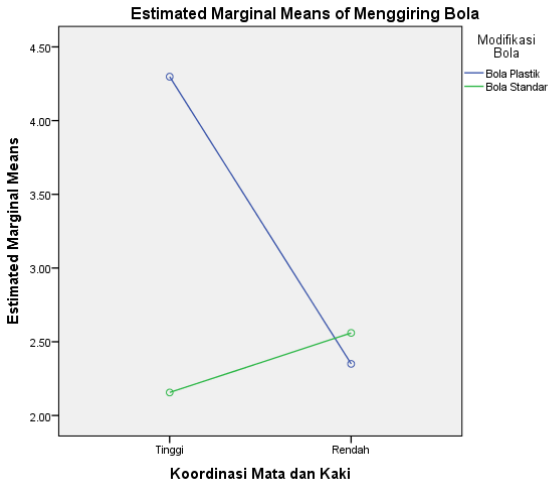
Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 sehingga Hipotesis nol ditolak. Yang artinya ada pengaruh latihan menggiring bola menggunakan bola standar dan bola plastik terhadap keterampilan menggiring bola.

**2. Pengujian Hipotesis Kedua**

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,002 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,002 < 0,05 sehingga Hipotesis nol ditolak. Yang artinya ada pengaruh terhadap keterampilan menggiring bola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi.

**3. Pengujian Hipotesis Ketiga**

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 sehingga Hipotesis nol ditolak. Yang artinya ada interaksi antara modifikasi bola dan kordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola.




Gambar 4.2 Grafik Interaksi Antara Modifikasi Bola dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah diungkapkan, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh antara latihan menggiring bola menggunakan bola standar dan bola plastik terhadap keterampilan menggiring bola. Latihan menggiring bola menggunakan bola plastik lebih baik terhadap keterampilan menggiring bola.
2. Ada pengaruh terhadap keterampilan menggiring bola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah. Siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki yang tinggi lebih baik daripada yang rendah dalam keterampilan menggiring bola.
3. Ada interaksi antara latihan menggiring bola dan kordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola. Koordinasi mata-kaki kategori tinggi lebih cocok diberi perlakuan modifikasi bola plastik.

## IV. DAFTAR PUSTAKA

Bahagia, Yoyo dan Suherman, Adang. 1999/2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bagain Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Batty, Eric C.. 2004. *Latihan Sepak Bola Metode Baru Serangan.* Bandung : Pioner Jaya.

Bompa, Tudor O. 1999. *Theory and Methodology of Training : The Key To Athletic Performance.* Dubuque, IOWA : Kendall /Hunt.

Caspersen, Carl J., Kenneth E. Powell, Gregory M. Christenson. 1995. *Physical Activity, Exercise,and Physical Fitness:Definitions and Distinctionsfor Health-Related Research.* Maret – April Vol 100 No 2 tahun 1995.

Depdiknas. 2000. *Pedoman dan Modal Pelatihan Kesehatan Olahraga bagi Pelatih Olahragawan Pelajar*. Jakarta : Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Faruq, M. Muhyi dan Fenanlampir A. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga.* Yogyakarta : Penerbit Andi.

Furqon, M. 2002. *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. PUSLITBANG-OR. Surakarta : UNS Press.

Gao, Bo., Jie Dong. 2014. *Football Best Shooting Area And Goal Ration Correlation Research Based On Multivariate Statistical Model*. Journal of Chemical and Pharmaceutical Research. ISSN : 0975-7384 Halaman 988-993 tahun 2014.

Hadisasmita, Yusuf dan Syarifuddin, Aip. 1996. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Jakarta : Depdikbud. Dirjendikti.

Huda, Muchamad Samsul. 20011. *Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa Kelas Viii Smp Negeri 37 Samarinda.* Jurnal ILARA Volume 11 No 2 Tahun 2011 halaman 73-80.

Huijgen, Barbara C. H., Marije T. Elferink-Gemser Dan Wendy Post Chris Visscher. 2010. *Development of dribbling in talented youth soccer*

*players aged 12–19 years: A longitudinal study*. *Journal of Sports Sciences*, May 2010; 28 (7): 689–698.

Lutan, Rusli dan Suherman, Adang. 2000. *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta : Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Luxbacher, Joseph A. 2004. *Sepak Bola*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.

Mathews, Donald K. *Measurement in Physical Education*. Philadelphia & London : W.B. Saunders Company.

Muchtar, Remmy. 1992. *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta : Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Mulyono. 2007. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta : UNS Press.

Noer, Hamidsyah. 1996. *Ilmu Kepelatihan Lanjut*. Surakarta : Universitas Sebelas Maret Surakarta Press.

Raut, Tanuja dan Bhat Tanveer A. 2013. *Assessment of Visual Impact on Motor Performance of Spectilised and Non Spectilised Children. International Educational E-Journal*, {Quarterly}, ISSN 2277-2456, 2 (4): 124 – 130.

Sajoto, M.. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang : IKIP Semarang Press.

Schmidt, RA. 1991. *Motor Learning and Performance* : From Principle to Practice. New York : Human Kinetics Ltd.

Singer RN & Dick, W. 1980. *Teaching Physical Education s System Approach*. Boston : Houghton Mifflin Company.

Soekatamsi. 1988. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Surakarta : Tiga Serangkai.

Sucipto, Bambang Sutiyono, Indra M. Thohir & Nurhadi. 2000. *Sepak Bola*. Depdikbud.

Sudjarwo. 1993. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Surakarta : UNS Press.

Sugiyanto. 1995. *Metodologi Penelitian*. Surakarta : UNS Press.

Sugiyono. 2013. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.

Suharno. 1993. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta : IKIP Yogyakarta.

Sukintaka. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung : Penerbit Nuansa.

Sneyers, Josef. 1990. *Sepak Bola Remaja Petunjuk dan Latihan Bagi Kesebelasan Remaja*. Jakarta : PT. Rusda Jaya Putra.

Tarigan, Beltasar. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Sepakbola*. Jakarta : Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bekerjasama Dengan Direktorat Jenderal Olahraga.

Tiu, Wilson., Salipot, C. Lee, Maquiraya, Charissa A., Burkley, D. M., Castaneda M.,dan Marie Grace Gomez. 2012. *Effects of a modified football program in improving foot-eye coordination among students with intellectual*

*disability*. Educational Research (ISSN: 2141-5161) Vol. 3(4) pp. 412-423 April 2012.

Wescott, Wayne L.. 1983. *Strength Fitness Physiological Principle and Training Technique*. Massachusetts : Allyn and Bacon. Inc.