

## Studi Kemampuan Teknik Pemain Sekolah Sepakbola BBC Batuang Taba U-14 Kota Padang

Muhammad Farras Fatih, Edwarsyah, Erianti, Mardepi Saputra

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

[muhammadfarras1008@gmail.com](mailto:muhammadfarras1008@gmail.com), [edwarsyahfik@gmail.com](mailto:edwarsyahfik@gmail.com),

[erianti@fik.unp.ac.id](mailto:erianti@fik.unp.ac.id), [mardepi@fik.unp.ac.id](mailto:mardepi@fik.unp.ac.id)

Kata Kunci : Kemampuan, Teknik Dasar, Sepakbola

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi sekolah sepakbola BBC Batuang Taba U-14. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar pemain sekolah sepakbola BBC Batuang Taba U-14, yang terdiri dari teknik *passing&kontrol/menahan bola*, Teknik *dribbling*, teknik *shooting*, teknik *heading*. Penelitian ini adalah penelitian dengan metode kuantitatif dengan menggunakan analisis deskriptif. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain sepakbola (SSB) BBC Batuang Taba yang berjumlah 75 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 22 orang. Data dianalisis dengan statistik deskriptif. Hasil penelitian studi kemampuan teknik pemain sekolah sepakbola BBC Batuang Taba U-14 dari 22 pemain yang diteliti rata-rata Teknik pemain sekolah sepakbola BBC Batuang Taba U-14 dalam kategori baik dengan persentase 36,36% ,selanjutnya kategori baik sekali 13,64% ,kategori sedang 22,75% kategori kurang 18,18%,dan terakhir kategori kurang sekali 9,09%.

Keywords : Skill,basic techniques,football

Abstract : The problem in this study is the low achievement of the BBC Batuang Taba U-14 football school. This study aims to determine the level of basic technical ability of the BBC Batuang Taba U-14 football school players, which consist of passing & controlling / holding the ball techniques, dribbling techniques, shooting techniques, heading techniques. This research is a research with quantitative methods using descriptive analysis. The population in this study were all BBC Batuang Taba football players (SSB), totaling 75 people. The sampling technique used purposive sampling. Thus the sample in this study amounted to 22 people. Data were analyzed with descriptive statistics.

The results of the study of the technical ability of the BBC Batuang Taba U-14 football school players, of the 22 players studied, the average technique of the BBC Batuang Taba U-14 football school players was in the good category with a percentage of 36.36%, then the very good category was 13.64%. , moderate category 22.75% less category 18.18%, and finally very less category 9.09%.

### PENDAHULUAN

Pada saat ini olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang

berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Menurut Atradinal (2018) Olahraga adalah suatu kegiatan fisik

yang bertujuan untuk kesehatan, kebugaran, pendidikan, rekreasi dan prestasi. Sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi yang baik dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Olahraga memiliki peranan yang sangat penting baik untuk peningkatan prestasi, kesegaran jasmani bahkan pembinaan generasi muda. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 11 tentang sistem keolahragaan tahun 2022 yang dijelaskan bahwa: Keolahragaan bertujuan a) memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kecerdasan, dan kualitas manusia, b) menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, kompetitif, dan disiplin, c) mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, d) memperkuat ketahanan nasional, e) mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa, dan f) menjaga perdamaian dunia. "Dalam upaya membina prestasi sepakbola, adanya bibit pemain yang bagus perlu pengolahan secara ilmiah agar nantinya muncul prestasi maksimal pada usia- usia tertentu, pemain berbakat muda dapat ditemukan di sekolah sekolah klub, organisasi pemuda dan kampung-kampung serta di Sekolah Sepakbola" Arsil (2023).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa prestasi olahraga akan dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa di level internasional. Sepakbola merupakan salah satu olahraga terpopuler yang telah menarik banyak perhatian masyarakat dunia saat ini. Banyaknya informasi tentang sepakbola yang disediakan oleh media elektronik dan cetak merupakan salah satu tanda yang paling jelas bahwa sepak bola merupakan olahraga yang paling diminati.

Arne Pettersen (2015) menyatakan "*soccer is one of the most popular among youth world*

*wide, with an increasing number of young female player*" artinya sepakbola adalah salah satu olahraga paling populer di kalangan generasi muda di seluruh dunia, dengan peningkatan jumlah anak muda dan pemain wanita. Proses menjadi pemain yang profesional dan andal sangat panjang dan membutuhkan pelatihan pemrograman berkelanjutan berdasarkan metode, sistem, dan kurikulum yang disesuaikan.

Menurut Irfan (2020) Tujuan sepakbola yaitu "permainan yang bisa dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri dari 11 pemain, setiap tim akan berusaha memainkan bola dan menjaga bola supaya tidak direbut oleh lawan dengan tujuan akhir memasukan bola ke gawang lawan untuk memperoleh skor". Seperti dinyatakan Syukur & Soniawan, n.d. (2015) sepakbola adalah suatu permainan yang harus memiliki banyak energi, memiliki kepintaran saat berada di lapangan sehingga memunculkan semangat, sehingga memberikan kesenangan dalam sebuah tim. Sedangkan Septian Nosa (2013) bahwa sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan secara beregu atau tim, dimana tim atau regu yang bermain baik dan disiplin yang akan mampu melakukan permainan yang solid dan struktur yang artinya tim atau regu memiliki kerjasamayang baik .

Di dalam bukunya Danurwinda menyatakan di Indonesia saat ini memiliki perkembangan pemain bola begitu pesat, hal tersebut dibuktikan melalui ditemukannya banyak sekolah-sekolah sepak bola (SSB) yang di buat di berbagai daerah di Indonesia (Danurwinda et al., 2017). Menurut Emral (2021) "Upaya pencapaian prestasi

menjadi penting karena dapat mengharumkan nama daerah dan negara suatu bangsa. Dalam upaya membina prestasi yang baik maka pembinaan tersebut harus dilakukan dari usia muda atau usia dini agar mencapai prestasi yang optimal khususnya olahraga sepakbola. Dari uraian di atas jelas kita lihat betapa pentingnya di laksanakan pembinaan mulai dari usia dini yaitu sebagai proses pengenalan hingga pembinaan yang sempurna agar memperoleh prestasi yang baik. Dalam upaya membina prestasi sepakbola, adanya bibit pemain yang unggul perlu pengolahan secara ilmiah agar nantinya muncul prestasi maksimal pada usia-usia tertentu, pemain berbakat muda dapat ditemukan di sekolah-sekolah klub, organisasi pemuda dan kampung-kampung serta di Sekolah Sepak bola. Seiring dengan bermunculannya sekolah sepakbola (SSB) ini sangat berpengaruh dan menguntungkan bagi persepakbolaan di Indonesia khususnya di sekolah sepak bola BBC Batuang Taba Kota Padang. menurut Astuti (2020) "bahwa pemain yang sudah menguasai teknik dasar dengan baik maka hal ini sudah merupakan modal awal yang dimilikinya".

Dari uraian di atas dijelaskan bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan seorang pemain tersebut, namun penulis hanya terfokus pada kemampuan teknik dasar pemain sepakbola sekolah sepakbola BBC Batuang Taba yang belum dikuasai dengan baik. Teknik yang dimaksud adalah teknik sepakbola, menurut Syafruddin (2011) adalah "suatu cara yang digunakan atau dikembangkan oleh seorang atlet menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga

secar efektif dan efisien". Misalnya saja bagaimana caranya seorang menendang bola, melakukan passing, mengontrol dan menggiring bola, sehingga bola dapat terarah kepada sasaran yang diinginkan

Dari uraian di atas dijelaskan bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan seorang pemain tersebut, namun penulis hanya terfokus pada kemampuan teknik dasar pemain sepakbola sekolah sepakbola BBC Batuang Taba yang belum dikuasai dengan baik. Teknik yang dimaksud adalah teknik sepakbola, menurut Syafruddin (2011) adalah "suatu cara yang digunakan atau dikembangkan oleh seorang atlet untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secar efektif dan efisien". Misalnya saja bagaimana caranya seorang menendang bola, melakukan passing, mengontrol dan menggiring bola, sehingga bola dapat terarah kepada sasaran yang diinginkan.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penilitian deskriptif. Menurut Lehmann dalam A. Muri Yusuf (2014) penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendriskipsikan secara sistematis, factual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail. Dalam penelitian ini akan diungkapkan/digambarkan tentang kemampuan teknik dasar sepakbola (SSB) BBC Batuang Taba U-14. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain (SSB) Batuang Taba yang telah terdaftar dan aktif latihan. Berjumlah sebanyak 75 orang pemain untuk lebih jelasnya rincian jumlah populasi sesuai dengan kelompok umur. Menurut Arikunto. (2010) Sampel adalah "sebagian atau wakil populasi yang diteliti maka

penarikan sample dalam penelitian berdasarkan keadaan tertentu sehingga tidak semua populasi dijadikan sample". Dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling. Menurut Sugiyono (2014) adalah "Teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu".

Dengan demikian sample hanya mengambil pemain SSB BBC Batuang Taba U-14, yang aktif latihan, aktif mengikuti pertandingan, bersedia latihan selama penelitian berlangsung. Berdasarkan pertimbangan tersebut peneliti mengambil pada kelompok umur 10 atau yang masih dibawah umur 14 tahun dengan jumlah 22 pemain.

### 1. Teknik *Passing&kontrol*/menahan bola

Dari hasil data dapat dilihat bahwa rata-rata dari tes *passing&control* (SBB) BBC Batuang Taba U-14 adalah 5,77 yang dibulatkan menjadi 6 yang masuk dalam kategori sedang dengan presentasi 40,91%. Perincian kategori baik terdapat 4 frekuensi dengan presentasi 18,18%, kategori Sangat Baik terdapat 1 frekuensi dengan presentasi 4,55%, selanjutnya kategori kurang terdapat 7 frekuensi dengan presentasi 31,82%. Dan terakhir yaitu kategori kurang sekali terdapat 1 frekuensi dengan presentasi 4,55%. Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 6 *passing&Kontrol* pemain (SSB) BBC Batuang Taba U-14. Dapat disimpulkan bahwan kemampuan *passing& control* pemain (SSB) BBC Batuang Taba U-14 berada pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya bias dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1.** Hasil Data Kemampuan Teknik *Passing&kontrol*/menahan bola

Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
≥7,74	1	4,55%	Baik sekali
6,43-7,74	4	18,18%	Baik
5,12-7,74	9	40,91%	Sedang
3,80-5,12	7	31,82%	Kurang
≤3,80	1	4,55%	Kurang sekali
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>	

### 2. Teknik *Dribbling* bola

Dari hasil data dapat dilihat bahwa rata-rata dari tes *Dribbling* (SBB) BBC Batuang Taba U-14 adalah 15,57 detik yang dibulatkan menjadi 16 detik yang masuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 9 dengan presentasi 40,91%. Perincian kategori baik terdapat 6 frekuensi dengan presentasi 27,27%, kategori Sangat Baik terdapat 1 frekuensi dengan presentasi 4,55%, selanjutnya kategori kurang terdapat 4 frekuensi dengan presentasi 18,18%. Dan terakhir yaitu kategori kurang sekali terdapat 2 frekuensi dengan presentasi 9,09%. Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 16 *detik* kemampuan *dribbling* pemain (SSB) BBC Batuang Taba U-14. Dapat disimpulkan bahwan kemampuan *dribbling* pemain (SSB) BBC Batuang Taba U-14 berada pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil data *Dribbling* bola

Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
≥12,72	1	4,55%	Baik sekali
12,72 - 14,62	6	27,27%	Baik
14,62 - 16,52	9	40,91%	Sedang
16,52 - 18,42	4	18,18%	Kurang
≤18,42	2	9,09%	Kurang sekali
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>	

### 3. Teknik *Shooting* bola

Dari hasil data dapat dilihat bahwa rata-rata dari tes *shooting* (SBB) BBC Batuang Taba U-14 adalah 2,82 skor *shooting* yang dibulatkan menjadi 3 skor *shooting* yang masuk dalam kategori baik dengan frekuensi 9 dengan presentasi 40,91%. Perincian kategori baik sekali terdapat 4 frekuensi dengan presentasi 18,18%, kategori sedang terdapat 8 frekuensi dengan presentasi 36,36%, selanjutnya kategori kurang terdapat 1 frekuensi dengan presentasi 4,55%. Dan terakhir yaitu kategori kurang sekali terdapat frekuensi dengan presentasi 0%. Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 3

skor kemampuan *shooting* pemain (SSB) BBC Batuang Taba U-14. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan *shooting* pemain (SSB) BBC Batuang Taba U-14 berada pada kategori baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 3.** Hasil Data *Shooting* bola

Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
≥4,29	4	18,18%	Baik sekali
4,29-3,31	9	40,91%	Baik
3,31-2,33	8	36,36%	Sedang
1,34-2,33	1	4,55%	Kurang
≤1,34	0	0%	Kurang sekali
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>	

#### 4. Teknik *Heading* bola

Dari hasil data dapat dilihat bahwa rata-rata dari tes *heading* (SBB) BBC Batuang Taba U-14 adalah skor 4,09 *heading* yang dibulatkan menjadi 4 skor *heading* yang masuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 9 dengan presentasi 40,91%. Perincian kategori kurang terdapat 5 frekuensi dengan presentasi 22,27%, kategori kurang sekali terdapat 1 frekuensi dengan presentasi 4,55%, selanjutnya kategori baik terdapat 5 frekuensi dengan presentasi 22,27%. Dan terakhir yaitu kategori baik sekali terdapat 2 frekuensi dengan presentasi 9,09%. Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 4 skor kemampuan *heading* pemain (SSB) BBC Batuang Taba U-14. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan *heading* pemain (SSB) BBC Batuang Taba U-14 berada pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4.** Hasil Data *Shooting* Bola

Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
>5,58	2	9,09%	Baik sekali
4,59 - 5,58	5	22,27%	Baik
3,59 - 4,59	9	40,91%	Sedang
2,60 - 3,59	5	22,27%	Kurang
>2,60	1	4,55%	Kurang sekali
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>	

#### 5. Kemampuan Teknik dasar

Dari hasil keseluruhan data teknik dasar yang di uji di atas dapat dilihat bahwa rata-rata dari tes teknik pemain sepakbola (SBB) BBC Batuang Taba U-14 adalah skor rata-rata 28,25 yang dibulatkan menjadi 28 skor, keseluruhan teknik dasar dengan simpangan baku (standar deviasi) sebesar 1,90 yang masuk dalam kategori baik dengan frekuensi 8 dengan presentasi 36,36%. Perincian kategori baik sekali terdapat frekuensi 3 dengan presentasi 13,64%, kategori sedang terdapat 5 frekuensi dengan presentasi 22,73%, selanjutnya kategori kurang terdapat 4 frekuensi dengan presentasi 18,18%. Dan terakhir yaitu kategori kurang sekali terdapat 2 frekuensi dengan presentasi 9,09%. Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 28 skor kemampuan teknik dasar pemain sepakbola (SSB) BBC Batuang Taba U-14. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar pemain sepakbola (SSB) BBC Batuang Taba U-14 berada pada kategori baik. Untuk lebih jelasnya \1 data yang dapat dilihat pada table 5.

**Tabel 5.** Hasil Data Kemampuan Teknik Dasar

Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
≥31,10	3	13,64%	Baik sekali
29,20-31,10	8	36,36%	Baik
27,31-29,20	5	22,73%	Sedang
25,41-27,31	4	18,18%	Kurang
≤25,41	2	9,09%	Kurang sekali
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>	

#### PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan teknik adalah semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seorang sudah dapat bermain sepakbola. Kita tahu bahwa seluruh kegiatan bermain sepakbola dilakukan dengan gerak-gerakan, baik gerakan yang dilakukan tanpa bola, maupun gerakan yang dilakukan dengan bola.oleh sebab itu teknik

dasar sepakbola dikatakan teknik dasar sepakbola terdiri dari teknik tanpa bola dan teknik dengan bola.

Menurut Syafruddin (2012) teknik dasar sering disebut sebagai teknik standar yang terdapat pada setiap cabang olahraga. Menurut Yulifri (2011) teknik dasar merupakan salah satu "pondasi" bagi seorang untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Menurut Zalfendi dkk (2006) teknik dasar sepakbola adalah "1) Teknik dengan bola yaitu menendang bola (memberikan bola dan menembak bola), menggiring bola, menahan bola dan mengontrol bola, melempar bola dan teknik penjaga gawang. 2) Teknik tanpa bola menyerang dan bertahan yakni lari, melompat, tackling, rempeln, dan teknik penjaga gawang". Dalam penelitian ini yang diteliti adalah kemampuan teknik pemain sepakbola sekolah sepakbola BBC Batuang Taba U-14 yang meliputi, Teknik *passing&control* /menahan bola, teknik *dribbling*, teknik *shooting*, dan teknik *heading*.

Berdasarkan hasil penelitian kemampuan teknik dasar pemain sekolah sepakbola BBC Batuang Taba U-14 dari 22 orang pemain terdapat 8 orang pemain kategori baik (36,36%), 3 orang pemain dalam kategori baik sekali (13,54), 5 orang pemain dalam kategori sedang(22,73%), 4 orang pemain kategori kurang (18,18%), dan 2 orang pemain masuk dalam kategori kurang sekali (9,09%). Artinya studi kemampuan teknik pemain sepakbola (SSB) Batuang Taba U-14 rata-rata masih dalam kategori baik walaupun dikategorikan baik tapi masih belum keseluruhan pemain yang cukup untuk memiliki teknik dasar sepakbola yang baik. Yulifri (2018) "Meningkatnya kemampuan dan keterampilan para pelatih sepakbola dalam meningkatkan komponen metode latihan yang sesuai untuk

mengembangkan prestasi pemain SSB di kota padang". Untuk perlu lebih ditingkatkan lagi dan secara konsisten berlatih pada teknik.

Selain latihan teknik dasar, penting juga untuk menerapkan aspek-aspek fisik, seperti kekuatan, kecepatan, dan daya tahan, serta aspek mental, seperti fokus, konsentrasi, dan kepercayaan diri. Menurut Aldo naza (2017) "menyundul bola dapat digunakan untuk meneruskan bola atau mengoperkan bola kepada teman atau operan jarak pendek, untuk memasukkan bola ke mulut gawang lawan untuk membuat gol, memberikan umpan kepada teman didaerah depan gawang lawan untuk membuat gol (operan melambung atas), menyapu bola didaerah pertahanan sendiri untuk mematahkan serangan lawan, mempertahankan daerah gawang sendiri". Melibatkan pemain dalam pertandingan dan kompetisi juga akan membantu mereka mengaplikasikan keterampilan teknik dalam situasi permainan yang sebenarnya.

Penting untuk memastikan pemain mendapatkan bimbingan dan pelatihan yang kompeten dari pelatih yang berkualitas. Evaluasi dan pengukuran kemampuan secara berkala juga penting untuk melacak perkembangan pemain dan menyesuaikan program latihan secara tepat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pada kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran untuk memperbaiki teknik pemain yaitu:

### 1. Teknik *Passing & kontrol* / menahan bola:

Fokus pada latihan *passing* dan kontrol bola dengan variasi teknik, seperti *ground pass*, *lofted pass*, dan kontrol bola dengan bagian tubuh yang berbeda. Latihan intensif untuk meningkatkan keakuratan dan kekuatan *passing*. Mengembangkan

pemahaman taktikal tentang situasi permainan yang membutuhkan passing dan kontrol yang baik.

#### 2. Teknik *dribbling* bola

Lakukan latihan *dribbling* dengan beragam latihan dan tantangan, termasuk menghadapi pemain lawan. Latihan intensif untuk meningkatkan kecepatan dan kelincahan dalam menggiring bola. Fokus pada pengembangan keterampilan menghadapi tekanan dan menjaga kontrol bola.

#### 3. Teknik *shooting* bola

Tingkatkan keakuratan dan kekuatan *shooting* melalui latihan yang fokus pada teknik dasar tembakan. Latihan situasional di area penyelesaian serangan untuk meningkatkan keterampilan dalam mencetak gol. Menguasai teknik kaki yang berbeda untuk *shooting*, termasuk *shooting* dengan kaki lemah.

#### 4. Teknik *heading* bola

Latihan secara khusus untuk meningkatkan kemampuan *heading*, seperti latihan melompat dan membidik bola yang diumpangkan dengan berbagai tinggi dan kecepatan. Fokus pada pengembangan kekuatan leher dan otot-otot yang terlibat dalam *heading*. Pahami pergerakan taktikal saat melakukan *heading* dalam situasi permainan.

### DAFTAR PUSTAKA

Raif, J., & Arsil, A. 2023. Tinjauan Kondisi Fisik dan Teknik Dasar Sepak Bola Pemain Klub ALTA Kecamatan Basa Ampek Balai. *Jurnal JPDO*, 6(1), 40-46.

Astuti, Y. (2020). Studi Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Siswa SMP Negeri 3 Kota Padang. *Jurnal Ilmu*

*Keolahragaan Undiksha*, 8(2), 92-99.

- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasar sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta : PT. Rineka Cipta. 2010).
- Undang-Undang Republik Indonesia. nomor 11. Ayat 3 pasal 22 Tahun 2022. Tentang Keolahragaan.
- Danurwindo, Indra Sapri. 2017. *Panduan Kepelatihan Sepak Bola*. Erlangga Group
- Sugiyono, 2014. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. "Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2 (2017).
- Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola PSTS Tabing. *Sporta Sainika*, 3(1), 432-441.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang : FIK UNP. UNP Press.
- Emral. Yudi, Alex, Alda. 2021. *Pelatihan Coaching Clinic Festival FIFA Grassroots Pelatih Sepakbola Se-Kabupaten 50 Kota*. Jurnal : *Bekarya Pengabdian Masyarakat* Volume 3 No 1 : 1-5

- A.Muri Yusuf (2014). Metode penelitian, kuantitatif, kualitatif, dan penelitian. Jakarta: PT. Fajar Interpratama Mandiri
- Yulifri, Y. (2018). Pembinaan Prestasi Sekolah Sepakbola di Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Stamina*, 1(1), 451-457.
- Yulifri. 2011. Buku Ajar Sepakbola. Padang. FIK UNP.
- Zalfendi. (2006). Buku Ajar Sepak Bola, FIK. Padang: UNP
- Nosa, A. S. S. (2013). Survei tingkat kebugaran jasmani pada pemain persatuan sepakbola Indonesia Lumajang. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- Syukur, A., & Soniawan, V. (2015). The effects of training methods and achievement motivation toward of football passing skills. *Jipes-Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 1(2), 73-84.
- Alice J Wuermli, Carly C Tubbs, Anne C Petersen, J Lawrence Aber. (2015). *Child Development Perspectives*