

PROFIL TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAKBOLA TEAM SSB PUTRA WIJAYA KOTA PADANG

**Tomy Andri Sahputra¹, Atradinal², Muhammad arnando³,
Mardepi Saputra⁴**

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

tomyandrii05@gmail.com, atradinal@fik.unp.ac.id, muhammadarnandol@fik.unp.ac.id,

mardepisaputra@fik.unp.ac.id

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.9.1.2026.30>

Kata Kunci : Teknik Dasar; Sepakbola

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini yaitu belum maksimalnya prestasi pemain sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang, salah satu penyebabnya diduga karena rendahnya kemampuan teknik dasar yang dimiliki pemain. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar *passing*, *dribbling*, *shooting*, dan *heading* pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 18 Juli tahun 2025. Penelitian dilaksanakan di lapangan Tembak Kompi A Lapai, Kota Padang. Populasi pada penelitian ini adalah 33 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara purposive sampling. Jadi jumlah sampel yang akan diambil hanya 17 pemain SSB Putra Wijaya Under-17. Data dikumpulkan dengan menggunakan tes yaitu: 1) kemampuan sepak dan tahan bola dengan dinding pantul, 2) kemampuan menggiring bola melewati patok, 3) tes menendang bola ke sasaran, 4) Kemampuan menyundul bola (*heading*). Analisis data digunakan teknik analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh kemampuan teknik dasar pemain SSB Putra Wijaya yaitu kategori baik sekali 2 orang (5,88%), kategori baik 3 orang (17,65%), kategori sedang 6 orang (35,29%), kategori kurang 5 orang (29,41%), kategori kurang sekali 1 orang (5,88%). Secara keseluruhan kemampuan Teknik Dasar Pemain SSB Putra Wijaya dikategorikan Sedang.

Keywords : Basic technical; Soccer

Abstract : The problem in this study is the less than optimal achievement of SSB Putra Wijaya Padang City soccer players, one of the causes is thought to be due to the low basic technical abilities of the players. The purpose of this study was to determine the basic technical abilities of passing, dribbling, shooting, and heading of SSB Putra Wijaya Padang City players. The study was conducted on July 18, 2025. The study was conducted at the Tembak Kompi A Lapai field, Padang City. The population in this study was 33 people. The sampling technique was carried out by purposive sampling. So the number of samples to be taken was only 17 SSB Putra Wijaya Under-17 players. Data were collected using tests, namely: 1) the ability to kick and hold the ball with a rebound wall, 2) the ability to dribble the ball past the stake, 3) the test of kicking the ball to the target, 4) the ability to head the ball (*heading*). Data analysis used descriptive analysis techniques. The results of the study showed that the results obtained for the basic technical abilities of SSB Putra Wijaya players were in the very good category for 2 people (5.88%), good category for 3 people (17.65%), moderate category for 6 people (35.29%), poor category for 5 people (29.41%), and very poor category for 1 person (5.88%). Overall, basic the technical abilities of SSB Putra Wijaya players were categorized as moderate..

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan manusia gerak merupakan suatu kebutuhan dan mempunyai nilai yang sangat strategis bagi manusia dalam kehidupannya (Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M, 2018)

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Asnaldi, 2019).

Olahraga adalah kegiatan sistematis mendorong, membina, mengembangkan potensijasmuni, dan rohani (Asnaldi, 2016).

Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang bertujuan untuk kesehatan, kebugaran, pendidikan, rekreasi dan prestasi (Atradinal, 2018).

Perkembangan olahraga saat ini sangat berkembang dengan pesat, sehingga diperlukan penanganan yang lebih serius dan persiapan yang lebih matang (Nando, 2018).

Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencampai prestasi. Prestasi dapat di artikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target". (Putra & Vivali, 2017)

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan olahraga modern yang sangat digemari (Atradinal dan Sepriani, Rika, 2017).

Tujuan utama dari permainan sepak bola adalah untuk mencapai kemenangan dengan cara tim dapat memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan sebaliknya menjaga gawang dari kebobolan" (Putra, A. N : 2018). Menurut Emral (2016) Permainan sepakbola adalah permainan 11 dengan lawan 11 yang dipimpin seorang wasit, dibantu asisten 1 dan asisten 2, serta satu orang wasit cadangan. Permainan sepakbola begitu populer dan menjadi perhatian banyak orang dalam masyarakat kita (Nirwandi, 2018).

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan sepakbola modern yang sangat digemari dan disenangi banyak orang. Menurut Saputra (2019) Sepakbola merupakan salah satu cabang populer dan mendapat perhatian di seluruh dunia, hal ini terbukti dengan banyaknya klub dan tempat pelatihan yang muncul baik di tingkat anak-anak, remaja, dan dewasa. Sepak bola merupakan olahraga yang menuntut energy yang cukup tinggi dan memiliki daya tahan komponen aerobik dan anaerobik yang relatif tinggi bagi seseorang atlet. (Sulistio, D. (2019). Sepak bola adalah olahraga beregu yang membutuhkan kerjasama antar pemain dan keterampilan dari gerakan individu pemain yang matang untuk dapat memainkan bola dengan baik. (Mielke, Danny. (2007)

Teknik dasar dalam bermain sepakbola adalah hal yang sangat penting karena merupakan dasar keterampilan bermain sepak bola bagi para pemain. Syafruddin (2011) menyatakan bahwa teknik dasar dalam

olahraga adalah suatu cara yang digunakan atau dikembangkan oleh seseorang atau atlet untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien. Kemampuan teknik sangat berpengaruh terhadap performa pemain ketika bermain. Kemampuan teknik merupakan kemampuan yang harus terus dilatih oleh para pemain, karena kemampuan teknik dasar merupakan kemampuan motorik yang melibatkan banyak sekali koordinasi organ-organ tubuh” (Arsil, D.A. 2018)

.Yulifri (2010) menjelaskan bahwa teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seorang sudah dapat bermain sepakbola.

Dapat diartikan bahwa teknik dasar sepakbola merupakan suatu tugas gerakan efektif dan efisien yang harus dikuasai oleh seorang pemain dimana gerakan tersebut merupakan bentuk-bentuk aksi, perbuatan yang dilakukan seseorang untuk mencapai tujuan suatu gerakan dalam olahraga sepakbola.

Untuk mempertahankan teknik-teknik dasar permainan seperti keterampilan passing, dribbling, shooting, jugling, dan heading yang baik perlu ditunjang oleh kondisi fisik yang lebih baik pula. Kemampuan kondisi fisik meliputi daya tahan, kekuatan, kelincahan, kecepatan, serta kordinas (Hamdi & Wahyudhi, 2019).

Maka untuk memperbaiki dan peningkatan kualitas didalam permainan menuju prestasi, permasalahan teknik menjadi penentu permainan sepak bola (Soniawan, V., & Irawan, 2018)

SSB Putra Wijaya, sebuah klub sepakbola di Kota Padang, didirikan pada 10 September 2004. Klub ini telah mengikuti berbagai turnamen lokal, kota, dan provinsi. Namun, hasil yang diraih masih belum memuaskan. Berdasarkan wawancara dengan pelatih, salah satu penyebab rendahnya prestasi adalah penguasaan teknik dasar yang kurang maksimal. Banyak pemain melakukan kesalahan mendasar seperti kesalahan passing dan rendahnya kemampuan heading, yang berdampak pada rendahnya penguasaan bola di pertandingan.

Berdasarkan observasi, pemain SSB Putra Wijaya sering kali kalah dalam penguasaan bola selama pertandingan 2x45 menit, dengan rata-rata penguasaan bola di bawah 50%. Masalah ini memengaruhi peluang mencetak gol dan menyebabkan tim sering terhenti pada babak penyisihan turnamen. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk meninjau kemampuan teknik dasar pemain SSB Putra Wijaya, meliputi passing, dribbling, shooting dan heading

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu. Seperti yang diungkapkan oleh Arikunto (2010) yaitu “Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.

Sugiono (2018) mengatakan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek

penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang yang masih mengikuti latihan serta terdaftar sebagai pemain pada tahun 2025 yang berjumlah 33 orang pada Under-10 Sampai Under-13 sebanyak 16 orang dan Under-14 sampai Under-17 sebanyak 17 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, *purposive sampling* adalah sampel yang sengaja dipilih berdasarkan karakteristik tertentu, yang diperlukan dalam penelitian dengan beberapa pertimbangan (Arikunto 2014). Jadi jumlah sampel yang akan diambil hanya 17 pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang Under-17 berjumlah 17 pemain.

Jenis data dalam penelitian ini yaitu data primer dan data skunder. Data primer adalah data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti dengan melakukan tes kemampuan teknik dasar yang meliputi shooting, passing dan mengontrol bola, dribbling dan heading pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang. Sedangkan data sekunder yaitu data yang diperoleh dari dokumen-dokumen yang diberikan oleh pelatih SSB Putra Wijaya Kota Padang yaitu daftar nama pemain, usia dan sebagainya.

Sumber data dalam penelitian ini adalah dari hasil tes kemampuan teknik passing, mengontrol/stopping bola, dribbling, shooting, dan heading pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang, dan yang terpilih sebagai sampel.

Pengumpulan data dilakukan melalui tes kemampuan teknik dasar sepakbola yang mencakup:

1. Passing dan stopping : Menggunakan tes operan dan kontrol bola dengan dinding

pantul untuk mengukur ketepatan passing dan kontrol bola.

2. Dribbling : Menggunakan tes menggiring bola melewati patok untuk mengukur kelincahan dan penguasaan bola.
3. Shooting : Tes menendang bola ke sasaran untuk mengukur akurasi dan kekuatan tendangan.
4. Heading : Tes menyundul bola untuk mengukur kemampuan heading pemain

HASIL

Berikut akan diuraikan tentang kemampuan teknik dasar sepakbola tersebut yang terdiri dari kemampuan teknik mengoper bola (passing), control (stopping), menggiring bola (dribbling), menendang bola ke gawang (shooting), dan menyundul bola (heading).

1. Kemampuan Teknik Passing dan Stopping

Kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) dan mengontrol bola (*stopping*) pemain SSB Putra Wijaya terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 58,94, simpangan baku yaitu 8,89, skor tertinggi 74, skor terendah 50, dan nilai tengah yaitu 66.

Tabel 4. Distribusi data kemampuan mengoper bola (passing) dan mengontrol bola pemain SSB Putra Wijaya

Norma Tes	Fa	Fr	Kategori
$61 \geq$	9	52,94%	Baik Sekali
53- 60	0	0,00%	Baik
46-52	8	47,06%	Sedang
37-45	0	0,00%	Kurang
≤ 36	0	0,00%	Kurang Sekali
Jumlah	17	100%	

Sumber : Data Penelitian

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa 17 orang pemain Team SSB Putra Wijaya Kota Padang, pemain yang memiliki teknik mengoper dan menahan bola pada kategori baik sekali berjumlah 9 orang (52,94%), kategori sedang sebanyak 8 orang (47,06%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya pada kategori baik, kurang dan kurang sekali.

2. Kemampuan Teknik Dribbling

kemampuan teknik menggiring bola (dribbling) pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata adalah 57,53, simpangan baku yaitu 2,45, skor tertinggi 61, skor terendah 52, dan nilai tengah yaitu 59.

Tabel 3. Distribusi data kemampuan menggiring bola (dribbling) pemain SSB Putra Wijaya

Norma Tes	Fa	Fr	Kategori
$61 \geq$	1	5,88%	Baik Sekali
53- 60	15	88,24%	Baik
46-52	1	5,88%	Sedang
37-45	0	0,00%	Kurang
≤ 36	0	0,00%	Kurang Sekali
Jumlah	17	100%	

Sumber : Data Penelitian

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa 17 orang pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang, pemain yang memiliki kemampuan teknik dribbling pada kategori baik sekali berjumlah 1 orang (5,88%), kategori baik yaitu sebanyak 15 orang (88,24%), kategori sedang sebanyak 1 orang (5,88%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya berada pada kategori kurang dan kurang sekali.

3. Kemampuan Teknik Shooting

Berdasarkan deskripsi data di lapangan kemampuan teknik shooting pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 52,68, simpangan baku 4,4, skor tertinggi 58,5, dan skor terendah 44,5.

Tabel 3. Distribusi data kemampuan menendang bola (shooting) pemain SSB Putra Wijaya

Norma Tes	Fa	Fr	Kategori
$61 \geq$	0	0,00%	Baik Sekali
53- 60	9	52,94%	Baik
46-52	6	35,29%	Sedang
37-45	2	11,76%	Kurang
≤ 36	0	0,00%	Kurang Sekali
Jumlah	17	100%	

Sumber : Data Penelitian

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dari 17 orang pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang, pemain yang memiliki kemampuan teknik shooting pada kategori baik terdapat 9 orang (52,94%), pada kategori sedang sebanyak 6 orang (35,29%), pada kategori kurang sebanyak 2 orang (11,76%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya berada pada kategori baik sekali dan kurang sekali.

4. Kemampuan Teknik Heading

Berdasarkan deskripsi data di lapangan kemampuan teknik heading (menyundul bola) pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 58,59, simpangan baku 6,21, skor tertinggi 76, dan skor terendah 54.

Tabel 4. Distribusi data kemampuan menyundul bola (heading) pemain SSB Putra Wijaya

Norma Tes	Fa	Fr	Kategori
$61 \geq$	8	47,06%	Baik Sekali
53- 60	9	52,94%	Baik
46-52	0	0,00%	Sedang
37-45	0	0,00%	Kurang
≤ 36	0	0,00%	Kurang Sekali
Jumlah	17	100%	

Sumber : Data Penelitian

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dari 17 orang pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang, pemain yang memiliki kemampuan teknik heading pada kategori baik sekali sebanyak 8 orang (47,06%) pada kategori baik berjumlah 9 orang (52,94%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya berada pada kategori sedang, kurang dan kurang sekali.

5. Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang

Berdasarkan data kemampuan teknik dasar sepakbola teknik *passing*, *stopping*, *dribbling*, dan *shooting* yang dilakukan terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 56,93, simpangan baku 3,91, skor tertinggi 63,88, dan skor terendah 50,88.

Tabel 5 Distribusi data kemampuan teknik dasar pemain SSB Putra Wijaya

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
$\leq 51,07$	1	5,88%	Kurang Sekali
51,08– 54,98	5	29,41%	Kurang
54,99 – 58,89	6	35,29%	Sedang
58,90 – 62,79	3	17,65%	Baik
$\geq 62,79$	2	11,76%	Baik Sekali
Jumlah	17	100%	

Sumber : Data Penelitian

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dari 17 orang pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang, pemain yang memiliki kemampuan teknik dasar keseluruhan pada kategori baik sekali terdapat 2 orang (5,88%), pada kategori baik terdapat 3 orang (17,65%), pada kategori sedang sebanyak 6 orang (35,29%), pada kategori kurang sebanyak 5 orang (29,41%), pada kategori kurang sekali sebanyak 1 orang (5,88%).

PEMBAHASAN

1. Teknik Passing dan Stopping

Passing dan stopping adalah teknik dasar penting dalam sepak bola. Passing memungkinkan pemain memindahkan bola ke rekan satu tim, sementara stopping bertujuan mengontrol bola agar bisa dikuasai. Hasil tes menunjukkan dari 17 pemain SSB Putra Wijaya, hanya 9 pemain yang masuk kategori “baik sekali”. Ini menandakan perlunya latihan intensif untuk meningkatkan kontrol bola, akurasi umpan, dan kepercayaan diri saat bermain.



Gambar 2. Teknik *Passing* dan *Stopping*

Sumber : Data Penelitian

2. Teknik Dribbling (Menggingring Bola)

Dribbling membantu pemain menguasai bola saat bergerak. Dalam tes, hanya 1 pemain yang memiliki kemampuan dribbling “baik sekali”, sedangkan mayoritas berada di kategori “baik”. Namun masih ditemukan teknik yang belum sempurna, seperti bola

terlalu dekat dengan kaki atau tubuh kaku saat menggiring bola. Latihan rutin dan fokus pada kecepatan serta kelincihan sangat diperlukan.



Gambar 3. Teknik *Dribbling*
Sumber : Data Penelitian

3. Teknik Shooting (Menendang Bola ke Gawang)

Tujuan utama permainan sepak bola adalah mencetak gol, dan teknik shooting sangat menentukan keberhasilan tersebut. Dari tes yang dilakukan, hanya 9 pemain berada pada kategori “baik”. Banyak pemain belum mampu mengarahkan bola tepat sasaran, karena kesalahan posisi kaki tumpu atau teknik menendang yang belum tepat. Latihan teknik shooting yang benar harus terus ditingkatkan.



Gambar 3. Teknik *Shooting*
Sumber : Data Penelitian

4. Teknik Heading (Menyundul Bola)

Kemampuan heading rata-rata masih dalam kategori “cukup”. Hanya 8 pemain yang berhasil menunjukkan heading yang baik sekali. Penguasaan teknik heading sangat penting, baik untuk menyerang maupun

bertahan. Oleh karena itu, peningkatan teknik ini perlu dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan.



Gambar 4. Histogram *Heading*
Sumber : Data Penelitian

5. Kemampuan Teknik Dasar Pemain

Secara keseluruhan, kemampuan teknik dasar pemain SSB Putra Wijaya masih bervariasi. Dari 17 pemain, hanya 2 yang berada pada kategori “baik sekali”, dan 1 orang dalam kategori “kurang sekali”. Ini menunjukkan perlunya latihan terprogram, pelatihan teknik yang benar, dan peningkatan kondisi fisik serta mental. Teknik yang baik harus didukung oleh fisik yang prima dan mental yang kuat agar prestasi maksimal dapat tercapai..

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 17 pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang, diperoleh bahwa tingkat penguasaan teknik dasar sepak bola masih bervariasi. Pada teknik passing dan controlling, 9 pemain masuk kategori baik sekali dan 8 pemain sedang. Untuk teknik dribbling, 1 pemain berada pada kategori baik sekali, 15 pemain baik, dan 1 pemain sedang. Pada kemampuan shooting, 9 pemain berada pada kategori baik, 6 pemain sedang, dan 2 pemain kurang. Kemampuan heading menunjukkan hasil yang cukup baik dengan 8 pemain dalam kategori baik sekali dan 9 pemain baik.

Namun, jika dilihat secara keseluruhan, hanya 2 pemain yang berada dalam kategori baik sekali, 3 pemain baik, 6 pemain sedang, 5 pemain kurang, dan 1 pemain kurang sekali. Artinya, sebagian besar pemain masih belum menguasai teknik dasar sepak bola secara menyeluruh. Hal ini menunjukkan pentingnya peningkatan kualitas latihan, perbaikan teknik, serta penguatan kondisi fisik dan mental agar kemampuan teknik dasar para pemain dapat berkembang secara optimal..

DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal Menssana*, 4(1), 17-29.
- Asnaldi, A. (2016). Hubungan Pendekatan Latihan Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Bulutangkis. *Jurnal MensSana*, 1(2), 20.
- Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M. (2018). Hubungan Motivasi olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten PadangPariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16-27.
- Arsil, D. A. (2018). Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Padang: Wineka Media.
- Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola Psts Tabing. *Sporta Saintika*, 3(1), 432
- Atradinal, A., & Sepriani, R. (2017). Pemulihan Kekuatan Otot Pada Atlet Sepakbola. *Jurnal MensSana*, 2(2), 99-105.
- Arikunto, Suharmisi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharmisi. 2014. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Emral, 2016. *Sepakbola Dasar*. Padang: Sukabina Press.
- Hamdi, A., & Wahyudhi, A. S. B. S. E. (2019). Profil Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola Terhadap Siswa SMP Negeri 2 Kasimbar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, No. 1. Vol. 7.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-dasar Sepak Bola*. PT Intan Sejati.
- Nirwandi, N. (2018). Tinjauan Tingkat VO2 Max Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola Bima Junior Bukittinggi. *Jurnal Penjakora*, 4(2), 18-27.
- Nando, M. A. (2018). Pengaruh Latihan Ledder Drill (Agility) terhadap Kemampuan Footwork Bulutangkis Mahasiswa Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 109-109.
- Putra, A. N. 2018. Development of skill training model football basic techniques through approach global analytical global. *Jipes-journal of indonesian physical education and sport*, 4(2), 26-31.
- 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)
- Saputra, R. (2019). Studi Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 1(1), 14-20

- Syafruddin. (2011). Ilmu Kepelatihan Olahraga. FIK UNP Padang.
- Sulistio, D. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Passing, Dribbling, Dan Shooting Pada Pemain Sepak Bola SSB Putra U 10-12 Tahun Di Kabupaten Kaur. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(2), 241-248.
- Sugiono. 2018. Metodologi penelitian kualitatif dan kuantitatif.
- Soniawan, V. (2018). Metode bermain berpengaruh terhadap kemampuan long passing sepakbola
- Yulifri. (2010). Permainan Sepak Bola. FIK. Padang: UNP.