

## Analisis Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Sepakbola SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas

**Susilo Dwi Kuncoro<sup>1</sup>, Arsil<sup>2</sup>, Sepriadi<sup>3</sup>, Haripah Lawanis<sup>4</sup>**

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

[sslodwikncro@gmail.com](mailto:sslodwikncro@gmail.com), [arsil@fik.unp.ac.id](mailto:arsil@fik.unp.ac.id), [sepriadi@fik.unp.ac.id](mailto:sepriadi@fik.unp.ac.id)

[haripahlawanis@fik.unp.ac.id](mailto:haripahlawanis@fik.unp.ac.id)

Doi JPDO: <https://doi.org/10.24036/JPDO.9.2026.0019>

**Kata Kunci** : Sepakbola, Analisis, *Heading, Passing&stopping, Dribbling, Shooting*

**Abstrak** : Permasalahan dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 secara menyeluruh. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang menganalisis keterampilan teknik dasar *heading, passing* dan *stopping, dribbling*, serta *shooting* sebagai indikator utama keterampilan bermain sepak bola. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive* sampling sehingga diperoleh sampel sebanyak 18 pemain yang memenuhi kriteria penelitian. Instrumen penelitian menggunakan tes keterampilan bermain sepak bola STO Bandung yang telah memiliki tingkat validitas sebesar 0,65 dan reliabilitas sebesar 0,77. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan rumus persentase  $P = F/N \times 100\%$  untuk mengetahui kategori tingkat keterampilan setiap teknik dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar *heading* pemain berada dalam kategori baik, kemampuan teknik dasar *passing* dan *stopping* berada dalam kategori cukup, kemampuan teknik dasar *dribbling* berada dalam kategori baik, dan kemampuan teknik dasar *shooting* berada dalam kategori sedang. Secara keseluruhan, tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 berada dalam kategori baik.

**Keywords** : Football, Analysis, *Heading, Passing&Stoping, Dribbling, Shooting*

**Abstract** : The problem in this study is that the level of basic football technical skills of SSB player Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 is unknown. This study aims to determine the level of basic football technical skills of SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 players as a whole. The type of research used is quantitative descriptive research that analyzes basic technical skills of *heading, passing* and *stopping, dribbling*, and *shooting* as the main indicators of football playing skills. The population in this study is 40 players. The sampling technique uses *purposive* sampling so that a sample of 18 players who meet the research criteria is obtained. The research instrument used the STO Bandung football playing skill test which had a validity level of 0.65 and reliability of 0.77. The data analysis technique used is quantitative descriptive analysis with a percentage formula of  $P = F/N \times 100\%$  to find out the skill level category of each basic technique. The results showed that the player's basic heading technique ability was in the good category, the

basic *passing* and *stopping* technique ability was in the sufficient category, the basic *dribbling* technique ability was in the good category, and the basic *shooting* technique ability is in the medium category. Overall, the level of basic football technique skills of SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 players is in the good category.

## PENDAHULUAN

Undang-Undang No 11 tahun 2022 tentang Keolahragaan yang menyatakan bahwa Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah membina dan mengembangkan olahraga yang berbasis teknologi digital/elektronik dalam lingkup Olahraga Masyarakat, Olahraga Pendidikan dan Olahraga Prestasi.

Olahraga sepakbola tidak hanya menuntut kemampuan fisik yang baik, tetapi juga dituntut untuk menguasai keterampilan teknik dasar. Bisanz (1982) dalam Yulifri dan Arsil (2018), mengatakan bahwa terdapat dua komponen teknik dasar sepakbola yaitu teknik tanpa bola dan teknik dengan bola.

Sepakbola bukan sekedar olahraga yang dimainkan oleh dua tim dengan tujuan mencetak gol. Sepakbola tidak hanya menarik perhatian visualnya tetapi juga memberikan manfaat fisik yang sangat signifikan bagi para pemainnya (Putra dkk, 2023).

Sekolah sepakbola merupakan salah satu tempat pembinaan serta pengembangan bakat sepakbola pada anak-anak dan remaja. Pembinaan atlet sepakbola bukan hanya bertujuan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar, tetapi juga menciptakan karakter positif pada atlet seperti sportivitas, kerja sama.

Menurut (Yulifri, 2019) menjelaskan teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasar seseorang sudah dapat bermain sepakbola. Teknik dengan bola meliputi *shooting, passing, controlling, dribbling*.

Analisis keterampilan teknik dasar bermanfaat bagi pelatih dalam merancang

program latihan. Hal ini sejalan dengan pandangan Setiawan (2023) yang menekankan pentingnya evaluasi berkala dalam proses pembelajaran olahraga.

## Sepakbola

Sepakbola mengandung arti dalam bentuk permainan beregu yang dimainkan masing-masing oleh 11 orang pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Menurut Taufik (2019), pada hakikatnya permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak. Panjang lapangan sepakbola sendiri antara 90 -120 meter dan lebar 45- 90 meter (Salim, 2022).

Sekolah sepakbola merupakan lembaga swadaya masyarakat yang berfungsi memberikan layanan kepada siswa, agar mampu dan memiliki keterampilan bermain sepakbola secara komprehensif berupa bekal teknik, fisik, taktik dan mental (Indartono & Indartono.,2021).

Menurut Yulifri dan Sepriadi (2018), untuk meraih prestasi olahraga yang baik, disamping usaha pembinaan dan pelatihan yang teratur, terarah dan kontiniu hendaknya pembinaan tersebut diarahakan kepada pembinaan kondisi fisik sebagai faktor yang paling dominan terhadap keberhasilan dalam meraih prestasi puncak.

Kondisi fisik manusia terdiri atas berbagai komponen yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain, sebab keberadaan salah satu komponen kondisi fisik berkaitan dengan komponen kondisi fisik lainnya (Asnaldi, 2020).

Menurut Sepriadi, dkk (2018), kondisi fisik merupakan elemen dasar yang paling menentukan permainan atlet dilapangan dan kondisi fisik merupakan salah satu faktor yang sangat penting karena untuk dapat melakukan teknik dengan baik maka harus didukung dengan kondisi fisik yang baik pula.

### Teknik Dasar Permainan Sepakbola

Menurut Emral (2020), Komponen teknik dasar sepakbola terbagi 2 yaitu dengan bola dan tanpa bola, teknik dengan bola meliputi menendang, memberikan bola, menembak, menggiring bola, menahan dan mengontrol bola, melempar bola serta teknik penjaga gawang.

Teknik dasar sepak bola ada beberapa macam yaitu : mengoper bola (*passing*), menggiring (*dribbling*), menendang(*shooting*) dan menyundul bola(*heading*)(Misbahrudin & Winarno, 2020).

*Passing* merupakan salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang mana pemain memberikan umpan ke teman satu tim dengan tujuan memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain. *Passing* ada beberapa jenis ada *passing* pendek dan *passing* jauh (*long pass*). (Wahyudi, 2020).

*Shooting* adalah menendang bola ke arah gawang dengan tujuan mencetak gol. Menurut Indriarsa(2021) dalam Sarifudin(2023), *Shooting* menjadi sebuah usaha menendang bola yang sangat keras dan akurat dengan tujuan bola dapat terarah kearah gawang dan tidak dapat dikendalikan oleh lawan.



Gambar 1. *Shooting* Sepakbola

Sumber : Data hasil penelitian

*dribbling* merupakan gerakan menguasai bola serta memindahkan bola dari suatu area lapangan ke area yang lain dengan melewati lawan. Gilford (2007) dalam Sudharto dkk (2020) berpendapat bahwa jika kamu berlari sambil membawa bola dan mencoba untuk mengalahkan atau melewati pemain bertahan ini disebut menggiring bola.



Gambar 2. *Dribbling* Sepakbola

Sumber : Data hasil penelitian

*Heading* merupakan proses perkenaan bola dengan bagian kepala dengan tujuan yang berbeda-beda diantaranya : 1) mengoper bola keteman, 2) melakukan serangan ke gawang lawan, 3) menjauhkan bola dari pertahanan tim. Menyundul bola atau *heading* dapat digunakan dalam situasi menyerang maupun bertahan.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 3 Januari 2026 di lapangan sepakbola S.Kertosari kecamatan Purwodadi Kabupaten Musi Rawas.

Menurut Sugiyono (2013) dalam Subhaktiyasa (2024), populasi didefinisikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek dengan karakteristik tertentu yang akan dipelajari untuk menarik kesimpulan.

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 yang berjumlah 40 pemain. Pengambilan sampel menggunakan *purposive* sampling. Jadi, sampel adalah bagian terpilih dari populasi yang diseleksi melalui metode sampling dalam sebuah metode penelitian (Swarjana, 2022). Jadi sampel penelitian ini berjumlah 18 orang.



Gambar 3. Sampel Penelitian  
Sumber : Data hasil penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik tes keterampilan bermain sepakbola yang disusun oleh Sekolah Tinggi Olahraga Bandung pada tahun 1971 dengan nilai validitas sebesar 0,65 dan reliabilitas tes sebesar 0,77.

Adapun jenis tesnya yaitu *heading*, *passing&stopping*, *dribbling*, dan *shooting*. (Winarno, 2006). Keempat jenis tes ini merupakan sebuah rangkaian tes yang harus dilakukan. Teknik analisis data menggunakan

analisis deskriptif kuantitatif dengan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

## HASIL

### 1. Keterampilan Teknik Dasar *Heading* Pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15.

Berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar *heading* diperoleh skor maksimal 90 dan skor minimal 54. Selain itu diperoleh rata-rata skor = 67 dan standar deviasi = 12. Lihat tabel dibawah ini untuk penjelasan lebih rinci mengenai data keterampilan teknik dasar *heading*.

Tabel 1. Distribusi frekuensi tes *heading*

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
≤ 36	0	0,00%	Kurang Sekali
37 - 45	0	0,00%	Kurang
46 - 52	0	0,00%	Sedang
53 - 60	6	33,33%	Cukup
≥ 61	12	66,67%	Baik
Total	18	100%	

Sumber : Data hasil penelitian

Berdasarkan tabel 1 diatas, dari 18 pemain, seluruh pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 memiliki kemampuan teknik *dribbling* dikategori baik.

### 2. Keterampilan Teknik Dasar *passing&stopping* Pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15.

Berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar *passing&stopping* diperoleh skor maksimal 74 dan skor minimal 50.

Selain itu diperoleh rata-rata skor = 60 dan standar deviasi = 12. Lihat tabel dibawah ini untuk penjelasan lebih rinci mengenai data keterampilan teknik dasar *passing&stopping*.

Tabel 2. Distribusi frekuensi tes *passing&stopping*.

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
≤ 36	0	0,00%	Baik
37 - 45	0	0,00%	Cukup
46 - 52	6	33,33%	Sedang
53 - 60	4	22,22%	Kurang
≥ 61	8	44,44%	Kurang Sekali
Total	18	100%	

Sumber : Data hasil penelitian

Berdasarkan tabel 2 diatas, dari 18 pemain, sebanyak 8 pemain (44,44%) memiliki kemampuan *passing&stopping* kategori baik, 4 pemain (22,22%) kategori cukup, 6 pemain (33,33%) kategori sedang, dan tidak ada pemain yang termasuk kategori kurang dan kurang sekali.

### 3. Keterampilan Teknik Dasar *Dribbling* Pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15.

Berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar *dribbling* diperoleh skor maksimal 73 dan skor minimal 68. Selain itu diperoleh rata-rata skor = 71 dan standar deviasi = 2. Lihat hasil analisis data dibawah ini untuk lebih rinci mengenai data keterampilan teknik dasar *dribbling*. Dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Distribusi frekuensi tes *dribbling*.

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
≤ 36	0	0,00%	Kurang Sekali
37 - 45	0	0,00%	Kurang
46 - 52	0	0,00%	Sedang
53 - 60	0	0,00%	Cukup
≥ 61	18	100,00%	Baik
Total	18	100,00%	

Sumber : Data hasil penelitian

Berdasarkan tabel 3 diatas, dari 18 pemain, seluruh pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 memiliki kemampuan teknik *dribbling* dikategori baik.

### 4. Keterampilan Teknik Dasar *Shooting* Pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15.

Berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar *shooting* diperoleh skor maksimal 59 dan skor minimal 21. Selain itu diperoleh rata-rata skor = 52 dan standar deviasi = 5. Kemampuan shooting lebih rinci dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4. Distribusi frekuensi tes *shooting*.

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
≤ 36	0	0,00%	Kurang Sekali
37 - 45	4	22,22%	Kurang
46 - 52	6	33,33%	Sedang
53 - 60	7	38,89%	Cukup
≥ 61	1	5,56%	Baik
Total	18	100	

Sumber : Data hasil penelitian

Berdasarkan tabel 4 diatas, dari 18 pemain, 1 pemain (5,56%) termasuk kategori baik, 7 pemain (38,89%) kategori cukup, 6 pemain (33,33%) kategori sedang, 4 pemain (22,22%) kategori kurang dan tidak ada pemain berkategori kurang sekali.

#### 5. Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15.

Berdasarkan tes keterampilan teknik dasar sepakbola yang terdiri dari 4 bentuk tes di peroleh skor maksimal 333 dan skor minimal 234. Selain itu diperoleh rata-rata skor = 61 dan standar deviasi = 4. Kemampuan teknik dasar lebih rinci mengenai data keterampilan teknik dasar sepakbola dapat dilihat pada tabel 5 dibawah ini.

Tabel 5. Distribusi frekuensi teknik dasar.

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
≤ 36	0	0,00%	kurang sekali
37 - 45	0	0,00%	Kurang
46 - 52	0	0,00%	Sedang
53 - 60	9	50,00%	Cukup
≥ 61	9	50,00%	Baik
Total	18	100%	

Sumber : Data hasil penelitian

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat dari 18 pemain 9 pemain (50%) memiliki teknik dasar sepakbola kategori baik, 9 pemain (50%) kategori cukup, serta tidak ada pemain termasuk kategori sedang, kurang maupun kurang sekali.

### PEMBAHASAN

1. *Heading* dalam permainan sepakbola merupakan salah satu teknik yang

penting. Teknik *heading* yang baik tentu didasari oleh pengetahuan secara teori dan praktek dilapangan, terutama pemahaman dalam langkah-langka melakukan *heading*.

Teknik *heading* dalam sepakbola dipengaruhi beberapa faktor seperti fisik, koordinasi serta eksekusi yang tepat, faktor-faktor ini memastikan *heading* dilakukan dengan akurat dan efektif baik saat bertahan maupun menyerang.

Jika dilihat dari kemampuan *heading* pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 sesuai dengan hasil penelitian dari 18 orang. 12 orang dalam kategori baik dan 6 orang dalam kategori cukup.

Maka diketahui mayoritas kemampuan teknik dasar *heading* pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 dalam kategori baik. Dengan ini para pemain sudah memahami teknik dasar *heading* baik secara teori maupun praktek dilapangan.

2. *Passing&stopping* merupakan teknik dasar yang saling melengkapi dimana *passing* untuk memberikan umpan, sementara *stopping* untuk menghentikan bola yang diterima dan dilanjutkan ke teman lainnya untuk dapat membangun serangan ke area pertahanan lawan dan mencetak gol.

Jika dilihat dari kemampuan *passing&stopping* pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 sesuai dengan hasil penelitian dari 18 orang. 8 orang dalam kategori baik, 4 orang dalam kategori cukup, dan 6 orang dalam kategori sedang. Maka diketahui mayoritas kemampuan teknik dasar *passing&stopping* pemain

SSb Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 dalam kategori cukup.

3. *Dribbling* menurut Herwin (2004) dalam Sasongko (2021), Menggiring dalam permainan sepakbola bertujuan untuk melewati lawan, untuk mendekati daerah pertahanan lawan, untuk membebaskan diri dari kawalan lawan, untuk mencetak gol, dan untuk melewati daerah bebas.

Jika dilihat dari kemampuan *dribbling* pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 sesuai dengan hasil penelitian dari 18 orang. Semua pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 berkategori baik.

Dengan itu pemain sudah memiliki modal untuk bermain sepakbola. *Dribbling* merupakan keterampilan dasar dalam permainan sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan (Kusuma,2018).

4. *Shooting* dapat diartikan menendang bola dengan keras kearah gawang lawan dengan tujuan mencetak gol. *Shooting* merupakan keterampilan teknik yang sangat penting karena dengan *shooting* gol sering terjadi dalam pertandingan sepakbola (Putra dkk,2022).

*Shooting* adalah faktor yang paling penting dalam melakukan penyelesaian akhir. Teknik yang buruk dalam *shooting* sering menyebabkan peluang mencetak gol menjadi terlewatkan ( Istofian& Amiq, 2016).

Jika dilihat dari kemampuan *shooting* pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 sesuai dengan hasil penelitian dari 18 orang. 1 orang

dalam kategori baik, 7 orang dalam kategori cukup, 6 orang dalam kategori sedang, dan 4 orang dalam kategori kurang.

Mayoritas kemampuan teknik dasar *shooting* pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 berkategori sedang.

5. Menurut Yulifri & Arsil (2018), teknik dasar sepakbola merupakan semua kegiatan yang mendasari permainan sepakbola sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola.

kemampuan bermain sepakbola adalah kemampuan untuk menguasai teknik-teknik permainan sepakbola. Hal itu diikuti dengan unsur-unsur lainnya seperti kondisi fisik, mental dan taktik. Jika dilihat dari kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15.

Sesuai dengan hasil penelitian dari 18 orang. 9 orang dalam kategori baik dan 9 orang dalam kategori cukup. Adapun rata-rata kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 dalam kategori baik.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang sudah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwasanya rata-rata kemampuan teknik dasar *heading* pada kategori baik, teknik dasar *passing&stopping* pada kategori cukup,, teknik dasar *dribbling* pada kategori baik, teknik dasar *shooting* pada kategori *sedang*, dan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Aryo Suryo Tani Musi Rawas U-15 pada kategori baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *Physical Activity Journal (PAJU)*,1(2), 160-175.
- Emral. (2020). *Sepakbola dasar*. Padang. Sukabina Press.
- Indartono, D., & Indartono, I. D. R. (2021). *Panduan dan manajemen sekolah sepak bola*. Semarang: CV. Sarana Gracia.
- Istofian, R. S., & Amiq, F. (2016). Metode drill untuk meningkatkan teknik menendang Bola (Shooting) dalam permainan sepakbola usia 13-14 tahun *Jurnal kepelatihan olahraga*, 1(1), 105-113.
- Kusuma, K. C. A. (2018). *Kepelatihan sepakbola*. PT RajaGrafindo Persada.
- Misbaharuddin, M. H., & Winarno, M. E. (2020). Studi kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang kelompok usia 15–16 tahun. *Sport Science and Health*, 2(4), 215–223.
- Putra, S., Emral, E., Arsil, A., & Sin, T. H. (2023). Konsep model latihan fisik pada sepakbola. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 974.
- Putra, A. N., Lawanis, H., & Bahtra, R. (2022). Efektifitas Latihan Small Side Games Terhadap Keterampilan Shooting Siswa SSB Usia !2 Tahun. *Jurnal Sporta Sanintika*, 7(1), 111-120.
- Republik Indonesia. (2022). *Undang-undang No.11 Tahun 2022 tentang sistem keolahragaan Nasional*. Bandung: Fukusindo Mandiri.
- Salim, A. (2022). *Buku Pintar Sepak Bola*. PT Intimedia Ciptanusantara.
- Sarifudin, A. I. (2023). Tingkat konsentrasi dan power otot tungkai terhadap ketepatan shooting sepak bola. *Jurnal Health Spectrum*.
- Sasongko, B. H (2021). *Ayo Bermain Sepakbola*. Istana Media.
- Sepriadi, S., Arsil, A., & Mulia, A. D. (2018). Pengaruh Interval Training Terhadap Kemampuan daya tahan aerobik pemain futsal. *Jurnal Penjakora*, 5(2), 121-127.
- Setiawan, B. (2023). Evaluasi berkala dalam pembelajaran olahraga: Studi kasus di sekolah sepak bola. *Jurnal Pelatihan Olahraga*, 8(4), 99–107.
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan populasi dan sampel: Pendekatan metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731.
- Sudharto, A., Pelana, R., & Lubis, J. (2020).

Latihan dribbling dalam permainan sepakbola. Gladi: *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(2), 140–150.

Swarjana, I. K. 2022. *Populasi-Sampel Teknik Sampling & Bias Dalam Penelitian*. Yogyakarta : Cv Andi Offset.

Taufik, M. S. (2019). Meningkatkan teknik dasar dribbling sepakbola melalui modifikasi permainan. Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Wahyudi, A. N. (2020). *Buku ajar sepak bola dasar*. Bayfa Cendekia Indonesia.

Yulifri. (2019). *Permainan Sepakbola*. Padang. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Yulifri dan Arsil. (2018). *Permainan Sepakbola*. Padang : FIK UNP.

Yulifri & Sepriadi. (2018). Hubungan daya ledak otot tungkai dan otot lengan dengan ketepatan smash atlet bolavoli gempar Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal Menssana*, 3(1), 19-32.

Winarno, M. E (2006). *Tes keterampilan olahraga*. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang.