



Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola Siswa SMP Negeri 4 Kota Padang

Angga Wiranata¹, Willadi Rasyid²

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

¹anggawiranata407@gmail.com will@yahoo.com

Kata Kunci : Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 4 kota Padang. Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 4 kota Padang yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola sebanyak 25 orang, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *total sampling* sehingga berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan data adalah dengan observasi dan menyebarkan angket kepada pemain yang menjadi sampel penelitian. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$. Hasil penelitian adalah : 1) Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang indikator kemampuan pelatih dapat diklasifikasikan kurang. 2) Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang indikator sarana dan prasarana dapat diklasifikasikan kurang.

Keywords : *Football Extracurricular Activities*

Abstract : *This study aims to determine the implementation of football extracurricular activities in SMP Negeri 4 Padang. This research belongs to the type of descriptive research. The population in this study were students of SMP Negeri 4 Padang who participated in the football extracurricular activities of 25 people. The sampling was carried out using total sampling techniques so that there were 25 people. The technique of collecting data is by observing and distributing questionnaires to players who become research samples. Analysis of research data using frequency distribution techniques with the calculation of the percentage $P = F / N \times 100\%$. The results of the study are: 1) The implementation of football extracurricular activities for students of SMP Negeri 4 Kota Padang indicators of the ability of coaches can be classified as poor. 2) The implementation of football extracurricular activities for students of SMP Negeri 4 Kota Padang indicators of facilities and infrastructure can be classified as poor.*

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan salah satu pendidikan formal yang menyelenggarakan proses pembelajaran untuk membimbing, mendidik, melatih dan mengembangkan kemampuan siswa untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan pendidikan yang ingin dicapai tentunya tidak terlepas dari tujuan pendidikan nasional sebagaimana dituangkan dalam undang - undang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) Nomor 20 Tahun 2003 sebagai berikut:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk

watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Berdasarkan tujuan pendidikan nasional yang telah diuraikan di atas, jelaslah bahwa melalui pendidikan dapat mencerdaskan anak bangsa. Sehingga mereka mempunyai watak dan berakhlak mulia serta bertaqwa kepada Tuhan

Yang Maha Esa. Di samping itu berilmu, kreatif, sehat dan mandiri serta memiliki tanggung jawab. Dengan arti lain dapat juga dikatakan melalui pendidikan akan mampu menciptakan manusia-manusia yang terdidik.

Salah satu bidang pendidikan yang mendapat perhatian dari pemerintah adalah pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang merupakan bidang pelajaran di sekolah. Dalam kurikulum Dimiyati (2006) tujuan dari pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan ini adalah:

1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani olahraga, 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, demokratis, 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri, orang lain dan lingkungan, 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif.

Dari kutipan di atas, jelaslah bahwa banyak sekali manfaat dari pendidikan jasmani yang sangat berarti bagi seseorang, apabila tujuan dari pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan betul-betul dapat dipahami dan dilaksanakan terutama bagi siswa. Di samping berguna untuk perkembangan fisik dan meningkatkan kebugaran jasmani serta kesehatan yang lebih baik, juga dapat memperkaya keterampilan gerak dasar. Selanjutnya hal ini bermanfaat untuk menjaga diri, orang lain dan lingkungan karena dalam aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan banyak mengandung nilai-nilai positif yang berguna dalam kehidupan.

Selanjutnya di sekolah-sekolah, khususnya pada sekolah menengah pertama (SMP) aktivitas atau kegiatan yang harus dilakukan oleh siswa terdiri dari: intrakurikuler, kurikuler, dan

ekstrakurikuler. Umar (1990) menjelaskan pengertian dari masing-masing kegiatan tersebut adalah: 1) Kegiatan intrakurikuler adalah kegiatan pengajaran yang rutin dilakukan oleh siswa pada jam sekolah dengan alokasi waktu yang telah ditentukan, 2) Kegiatan kurikuler adalah kegiatan mempelajari bahan pengajaran yang diberikan diluar jam pelajaran tatap muka sebagai tugas atau pekerjaan rumah, untuk menunjang bahan pengajaran yang diberikan dalam tatap muka tersebut, 3) Kegiatan ekstrakurikuler adalah merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran tatap muka (termasuk di waktu libur).

Berpedoman pada kutipan di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa, ada tiga bentuk atau jenis kegiatan yang harus diikuti siswa di sekolah. Masing-masing jenis kegiatan tersebut mempunyai tujuan yang berbeda-beda, akan tetapi secara keseluruhan merupakan upaya dan usaha dalam meningkatkan dan mengembangkan kemampuan atau potensi yang dimiliki siswa. Begitu juga dalam mengembangkan kemampuan dan keterampilan dalam cabang olahraga, khusus melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Dalam kurikulum, ada program yang bersentuhan dengan proses pendidikan sebagai program inti yang kemudian dinamakan program kurikuler. Program kurikuler merupakan program inti dari proses pendidikan di sekolah. Program kurikuler dilaksanakan sesuai kalender pendidikan nasional dan dilaksanakan terjadwal secara pasti oleh sekolah. Program kurikuler wajib diikuti oleh semua siswa, untuk menempuh suatu program pendidikan. Di samping itu, ada program penunjang yang sifatnya membantu ketercapaian tujuan kurikuler/program intiyang kemudian disebut program ekstrakurikuler. Walaupun program ekstrakurikuler hanya sebagai program penunjang, namun memiliki fungsi dan peran yang sangat penting dalam mencapai tujuan pendidikan. Program ekstrakurikuler memiliki peran yang sama pentingnya dengan program kurikuler karena program ekstrakurikuler dapat menjangkau apa yang tidak dapat dijangkau oleh program kurikuler dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Dengan demikian, sudah selayaknya program ekstrakurikuler dikelola sebaik mungkin oleh pihak sekolah dalam usaha mencapai tujuan

pendidikan. Selama ini, pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah di kota Padang masih belum terprogram dengan baik. Kegiatan ekstrakurikuler dikelola dengan dengan tidak sistematis, dalam artian berjalan seadanya tanpa pengelolaan secara baik.

Dalam hal ini, sekolah sering melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler tidak direncanakan dan diorganisasi secara baik, pelaksanaan dilakukan seadanya tanpa dukungan sarana dan prasarana yang memadai, evaluasi keterlaksanaan kegiatan ekstrakurikuler jarang dilakukan oleh sekolah. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler membutuhkan biaya yang besar, untuk itu perlu pengelolaan secara baik oleh pihak sekolah, agar pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dapat menunjang pengembangan bakat dan minat siswa dalam hal tertentu. Di samping itu, kegiatan ekstrakurikuler benar-benar mampu menunjang kegiatan pada program kurikuler.

Menurut Abus, Emral (2005) bahwa: "dalam permainan sepakbola akan terjadi kontak akan terjadi kontak langsung antara pemain satu kesebelasan dengan pemain kesebelasan lawan". Sedangkan Menurut Depdikbud (2001) juga lebih jauh mengatakan bahwa "Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan belajar yang dilakukan di luar jam tatap muka, dilaksanakan diluar sekolah atau dalam sekolah untuk lebih menambah wawasan dan kemampuan yang telah dipelajari berbagai cabang olahraga yang diminati".

Program ekstrakurikuler yang hampir semua ada di sekolah adalah sepakbola. Sepakbola sudah lama masuk di Indonesia sejak jaman dulu, tetapi lambat perkembangannya karena hanya bisa dimainkan kalangan atau kaum tertentu. Namun seiring berjalannya waktu, sepakbola menjadi semakin berkembang di Padang terbukti dari even-even yang sering diselenggarakan baik even kecil maupun besar. Sepakbola sendiri menjadi salah satu pilihan ekstrakurikuler sekolah di Kota Padang. Rata-rata sekolah di Kota Padang mempunyai lapangan sepakbola yang jauh dari sekolah ada juga yang harus menggunakan lapangan warga karena tidak mempunyai lapangan. Sepakbola lebih efektif dan efisien karena hanya memerlukan lapangan yang luas. Mungkin hal tersebut yang membuat sepakbola menjadi berkembang dengan pesat.

Pengelolaan ekstrakurikuler olahraga dalam bidang sepakbola adalah salah satu cara guna meraih prestasi dan mencetak bibit muda yang berbakat atau unggul. Jadi tidak hanya kurikuler saja yang perlu dikelola, tetapi juga ekstrakurikulernya pun harus tidak luput dari pengelolaan. Dimulai dari perencanaan, pelaksanaan hingga evaluasi perlu dikelola dengan baik supaya tujuan dapat tercapai.

Untuk mencapai tujuan, pihak sekolah dan pengurus ekstrakurikuler dituntut untuk dapat mengelola segala yang berkaitan dengan program ekstrakurikuler khususnya ekstrakurikuler olahraga sepakbola. Kenyataan masih ada, sebagian pihak masih belum menyadari akan pentingnya pengelolaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Kebanyakan menganggap program ekstrakurikuler adalah sebuah pengisi waktu luang guna menyegarkan dan menyehatkan tubuh. Hal tersebut memang tidak salah akan tetapi kurang tepat, karena menjadi salah satu dari manfaat ekstrakurikuler.

Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 4 Kota Padang, cabang-cabang olahraga yang dilaksanakan dalam kegiatan ekstrakurikuler pada semester Juli - Desember 2019 antara lain: Sepakbola, pramuka, bolavoli dan sepak takraw. Kegiatan ekstrakurikuler untuk masing-masing tersebut jadwal dan jumlah pertemuannya sudah diatur sedemikian rupa, yakni diluar jam pelajaran wajib. Khusus untuk cabang olahraga sepakbola dilaksanakan dua kali dalam seminggu yaitu hari Jum'at dan Sabtu sore jam 16.00 wib.

Sepakbola boleh dibilang sebagai olahraga paling terkenal didunia. Lebih dari 200 juta orang diseluruh dunia memainkan lebih dari 20 juta permainan sepakbola setiap tahunnya (Joseph A. Luxbacher 2012). "Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer, merakyat, dan digemari oleh semua kelompok umur hampir diseluruh dunia (Yulifri 2012)".

Berdasarkan Observasi Peneliti di SMP Negeri 4 Kota Padang ditemui dalam pelaksanaan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 4 Kota Padang tidak terlaksana dengan baik. Berdasarkan hasil observasi awal yang dinyatakan dari siswa ada beberapa faktor penghambat yang menghalangi siswa tidak bisa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola ini, diantaranya adalah sarana dan prasarana, dukungan orang tua, latar

belakang guru penjasorkes, minat siswa, kemampuan pelatih/guru PJOK, motivasi, dan proses pelaksanaan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 4 kota Padang yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola sebanyak 25 orang, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *total sampling* sehingga berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan data adalah dengan observasi dan menyebarkan angket kepada pemain yang menjadi sampel penelitian. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kemampuan Pelatih

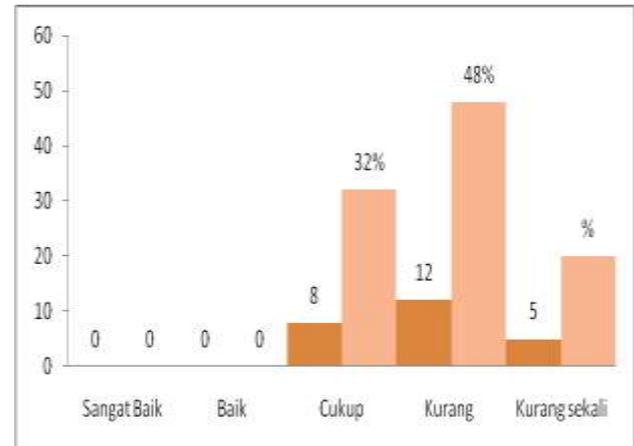
Berdasarkan hasil penelitin yang dilakukan di SMP Negeri 4 Kota Padang dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola indikator kemampuan pelatih maka diperoleh data tentang pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang. Berdasarkan data yang diperoleh tingkat capaian sebesar 61% berada pada kategori kurang. untuk lebih jelasnya dan masing-masing yang diperoleh dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kemampuan pelatih

Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase
Sangat Baik	0	0
Baik	0	0
Cukup	8	32
Kurang	12	48
Kurang sekali	5	20
Jumlah	25	100

Pada tabel 1 menunjukkan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang berdasarkan indikator kemampuan pelatih yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi cukup sebanyak 8 dari 25 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 32 %, klasifikasi kurang sebanyak 12 dari 25 responden dengan

rata tingkatan responden sebesar 48%, klasifikasi kurang sekali sebanyak 5 dari 25 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 20%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan baik tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran. Untuk lebih jelasnya distribusi presentase, lihat grafik berikut :



Gambar 2. Graik Kemampuan pelatih

2. Sarana dan Prasarana

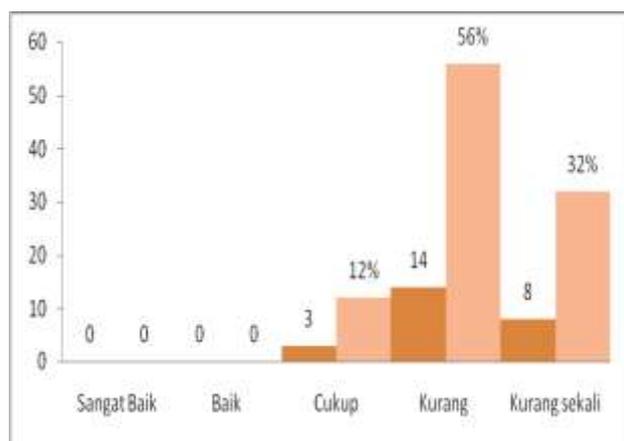
Berdasarkan hasil penelitin yang dilakukan di SMP Negeri 4 Kota Padang dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola indikator sarana dan prasarana maka diperoleh data tentang pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang. Berdasarkan data yang diperoleh tingkat capaian sebesar 57% berada pada kategori kurang. untuk lebih jelasnya dan masing-masing yang diperoleh dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sarana dan Prasarana

Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase
Sangat Baik	0	0
Baik	0	0
Cukup	3	12
Kurang	14	56
Kurang sekali	8	32
Jumlah	25	100

Pada tabel 2 menunjukkan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang berdasarkan indikator sarana dan prasarana yang telah dijabarkan sebelumnya

melalui distribusi presentase didapat klasifikasi cukup sebanyak 3 dari 25 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 12%, klasifikasi kurang sebanyak 14 dari 25 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 56%, klasifikasi kurang sekali sebanyak 8 dari 25 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 32%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan baik tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran. Untuk lebih jelasnya distribusi presentase, lihat grafik berikut :



Gambar 2. Grafik Batang Sarana dan Prasarana

PEMBAHASAN

1. Kemampuan Pelatih

Berdasarkan kuesioner atau angket yang telah di sebarakan kepada 25 orang responden, secara indikator kemampuan pelatih didapat tingkat capaian sebesar 61% yang mana angka tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang indikator kemampuan pelatih tergolong dalam kategori kurang.

2. Sarana dan Prasarana

Berdasarkan kuesioner atau angket yang telah disebarakan kepada 25 orang responden, secara indikator sarana dan prasarana didapat tingkat capaian sebesar 57% yang mana angka tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang indikator sarana dan prasarana tergolong dalam kategori kurang.

Kemudian dari hasil analisis di atas untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dikemukakan pada bagian terdahulu ternyata

pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang menunjukkan hasil yang cukup, hal ini tergambar dari indikator-indikator yang telah dibahas. Selanjutnya akan dilakukan pembahasan yang berkaitan dengan analisis tersebut. Dengan pembahasan ini akan diperoleh gambaran yang jelas tentang hasil penelitian yang telah dicapai.

Dari hasil analisis yang dikemukakan dapat diketahui bagaimana tingkat ekstrakurikuler sepakbola yang dilakukan di pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang. Sebagaimana pernyataan-pernyataan hasil penelitian yang telah ditampilkan menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang dikategorikan cukup.

Dilihat dari indikator kemampuan pelatih sebagaimana kemampuan pelatih menurut Harsono (1988) adalah orang yang membantu atlet dalam meningkatkan prestasi olahraga. Sebagaimana kemampuan pelatih berdaya upaya atau mengusahakan untuk mendorong, membimbing dan menarik atlet kearah peningkatan prestasi. Selanjutnya Syafruddin (2011) menyatakan bahwa ilmu kemampuan pelatihan olahraga adalah "a) Ilmu pengetahuan olahraga yang mempelajari dan membahas masalah atlet (orang yang berlatih), masalah latihan (training), dan masalah prestasi serta bagaimana meningkatkan dan mempertahankan prestasi seseorang atau atlet melalui suatu proses pembinaan yang terprogram secara efektif dan berkesinambungan. b) Ilmu pengetahuan olahraga yang memberikan informasi tentang pengalaman-pengalaman praktis dari proses latihan olahraga dan informasi hasil-hasil penelitian bidang-bidang ilmu olahraga lain yang terkait dalam upaya mengoptimalkan pencapaian prestasi olahraga". kemampuan pelatih idealnya harus menguasai ilmu kemampuan pelatihan dalam olahraga, guna memperlancar proses pembinaan olahraga dalam hal ini dalam cabang sepakbola agar bisa berprestasi seperti yang diharapkan. Dan untuk orang yang dibina atau atlet itu sendiri tentunya bisa kemampuan pelatih agar bisa lebih meningkatkan kemampuan yang dimiliki.

Atlet menurut Syafruddin (2011) adalah, "masukan (input) yang akan diolah atau diproses melalui suatu kegiatan latihan (training) yang

terprogram secara kontinyu, sistematis dan terarah sehingga menghasilkan suatu prestasi terbaik (output) sesuai dengan yang direncanakan untuk dicapai". Jadi atlet merupakan orang yang akan mendapat perlakuan atau menjadi objek utama dalam proses latihan. Untuk itu seorang atlet harus memiliki modal dan kemampuan awal dalam berlatih diantaranya, memiliki minat kemauan, konsentrasi, kegembiraan yang tinggi, keadaan fisik sehat dan segar, memiliki kondisi fisik yang prima dan daya pikir yang jernih serta kreatif.

Tentunya semua yang dimiliki baik kemampuan yang ada pada kemampuan pelatih di dalam menjalankan program latihan maupun kemampuan atlet yang di latih dan dibina menjadi kurang bermakna jika tidak diiringi oleh sarana dan prasarana yang mendukung dalam menjalankan suatu proses.

Sarana dalam Undang-Undang No.3 tahun 2005 dalam Bab 1 Pasal 1 ayat 21 dibunyikan Peralatan dan perlengkapan yang akan digunakan untuk kegiatan olahraga. Kemudian pada pasal 1 ayat 20 dijelaskan yang dimaksud dengan prasarana yaitu tempat atau ruang termasuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga atau penyelenggaraan keolahragaan. Karena sarana dan prasarana merupakan suatu aspek penunjang yang sangat penting dalam keberhasilan suatu kegiatan maka dari itu ketercapaian kualitas dan kuantitasnya harus sangat dipertimbangkan. Hendaknya sarana dan prasarana yang digunakan dalam pembinaan berupa kegiatan latihan sudah memakai aturan yang telah disepakati bersama atau dapat disebut berstandar internasional. Dalam hal ini bertujuan agar kemampuan pelatih dan atlet secara bersama kedepannya terbiasa dalam pertandingan atau momen sebenarnya.

SIMPULAN

1. Berdasarkan deskripsi data dan hasil analisis data pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang indikator kemampuan pelatih dapat diklasifikasikan kurang.
2. Berdasarkan deskripsi data dan hasil analisis data pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola siswa SMP Negeri 4 Kota Padang

untuk indikator sarana dan prasarana dapat diklasifikasikan kurang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abus, Emral. (2005). *Buku Ajar Sepak Bola*. Padang: FIK UNP Padang.
- Depdikbud. (2001) *Petunjuk Pelaksana Kegiatan Ekstrakurikuler*. Jakarta.
- Dimiyati. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Joseph.A Luxbacher. (2012). *Sepak Bola*. Jakarta: Pt Raja Grafindo Persada.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. FIK UNP Padang.
- Tim Sepakbola. (2006). *Metoda melalui Ide Permainan Teknik, Taktik, dan Sejarah Sepakbola*. FIK:UNP
- Umar, Husein. (1998). *Metode Penelitian Untuk Skripsi dan Tesis*. Jakarta: Raja Grafindo. Persada
- UU No.3 Tahun 2005 dan Peraturan Pemerintah RI Tahun 2007 tentang sistem *Keolahragaan Nasional*, Bandung: Citra Umbara
- Yulifri. (2012). *Sepakbola* .Padang: FIK UNP