



Global Journal Sport Health

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gisir>

Volume 1, Nomor 1 Maret 2025

e-ISSN: 7418-325V

DOI.10.35458

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN SEPAK BOLA DENGAN PENDEKATAN PERMAINAN SHOOTING COLOUR PADA SISWA KELAS VIII UPT SPF SMPN 24 Makassar

Muhammad Reza Najamuddin¹, Juhanis², Rapiyah Aup³

¹ PJKR Universitas Negeri Makassar

Email: muhreza8ndp@gmail.com

² PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: juhanis@unm.ac.id

³ PJKR, UPT SPF SMPN 24 Makassar

Email: rapihaup91@guru.smp.belajar.id

Artikel info	Abstrak
<i>Received: 02-03-2025</i>	Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran sepak bola melalui pendekatan permainan <i>shooting colour</i> di kelas VIII UPT SPF SMPN 24 Makassar. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus. Subjek penelitian meliputi seluruh siswa kelas VIII, sebanyak 34 siswa, terdiri atas 12 siswa laki-laki dan 22 siswa perempuan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, dokumentasi, dan foto.
<i>Revised: 03-04-2025</i>	
<i>Accepted: 04-05-2025</i>	
<i>Published, 25-05-2025</i>	
	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Penjasorkes) dengan pendekatan <i>shooting colour</i> dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Persentase ketuntasan belajar meningkat dari 61,76% pada siklus I menjadi 76,47% pada siklus II, berdasarkan rata-rata tiga aspek: pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Pada aspek pengetahuan, ketuntasan meningkat dari 47,06% pada siklus I menjadi 76,47% pada siklus II. Pada aspek sikap, ketuntasan naik dari 73,53% menjadi 82,35%, sementara pada aspek keterampilan meningkat dari 58,82% menjadi 82,35%. Secara keseluruhan, hasil belajar siswa meningkat sebesar 14,71%, dengan rincian peningkatan 29,41% pada aspek pengetahuan, 8,82% pada aspek sikap, dan 23,53% pada aspek keterampilan.
	Berdasarkan temuan ini, pendekatan pembelajaran penjas dengan metode <i>shooting colour</i> terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada materi sepak bola. Oleh karena itu, pendekatan ini direkomendasikan sebagai alternatif strategi pembelajaran untuk meningkatkan kualitas hasil belajar siswa di bidang ini.

Kata Kunci: Permainan Sepakbola, Shooting Colour



artikel global jurnal sport health dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0

PENDAHULUAN

Menurut Gagne (dalam Achmad Rifa'i & Chatarina Tri Anni, 2010), pembelajaran merupakan rangkaian peristiwa eksternal yang dirancang untuk mendukung proses belajar internal pada peserta didik. Di sisi lain, Pangrazi dan Duer dalam (Adang Suherman, 2000) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah bagian dari program pendidikan umum yang bertujuan mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan yang berfokus pada gerak sekaligus menggunakan gerak sebagai media pembelajaran, yang pelaksanaannya harus mengikuti prinsip dan konsep yang berlaku.

Pendidikan jasmani secara luas diakui sebagai sarana untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa. Namun, dalam pelaksanaannya, pembelajaran pendidikan jasmani sering kali belum berjalan dengan maksimal. Oleh karena itu, penting bagi guru untuk memiliki pemahaman mendalam tentang konsep dasar pendidikan jasmani serta mampu menerapkan model pembelajaran yang efektif. Guru harus mampu mengajarkan keterampilan gerak dasar, teknik olahraga, serta menanamkan nilai-nilai seperti sportivitas dan kerja sama yang dapat mendukung siswa dalam menerapkan gaya hidup sehat. Melalui pendidikan jasmani, diharapkan siswa dapat merasakan pengalaman yang menyenangkan, kreatif, inovatif, dan terampil, serta meningkatkan kebugaran fisik dan pemahaman mereka terhadap gerakan tubuh manusia.

Belajar adalah proses perubahan perilaku yang terjadi akibat pengalaman. Perilaku ini bisa berupa hal yang tampak, seperti berjalan, berlari, berenang, atau melakukan tembakan, tetapi juga bisa berupa hal yang tidak tampak, seperti berpikir, bersikap, dan berperasaan. Pengalaman tersebut dapat berupa aktivitas seperti membaca, mendengarkan, melihat, atau melakukan sesuatu baik secara mandiri maupun bersama orang lain (Ali Maksum, 2008).

Salah satu jenis permainan olahraga yang merupakan bentuk aktivitas jasmani adalah sepak bola. Sepak bola adalah permainan tim yang terdiri dari 11 pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Dalam permainan sepak bola, hampir seluruh aktivitas dilakukan dengan menggunakan tungkai, kecuali bagi penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangan dalam area tendangan hukuman (Sucipto, 2000).

Menurut (Abdul Rohim, 2008), sepak bola adalah permainan tim yang dimainkan oleh 11 orang dalam setiap timnya, dan permainan ini digemari oleh semua kalangan, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Sepak bola populer karena tidak memerlukan biaya yang besar dan bisa dimainkan di berbagai tempat terbuka, meskipun tidak selalu di lapangan resmi. Beberapa teknik dasar dalam permainan sepak bola meliputi:

1. Menendang Bola (Kicking)
 - Menendang bola dengan kaki bagian dalam
 - Menendang bola dengan kaki bagian luar
 - Menendang bola menggunakan punggung kaki
2. Menggiring Bola
 - Menggiring menggunakan kaki bagian dalam
 - Menggiring menggunakan kaki bagian luar
 - Menggiring bola dengan menggunakan kura-kura kaki
3. Menyundul Bola (Heading)
4. Lepasan Bola Kedalam (Throw-In)
5. Merampas Bola (Tackling)
6. Menghentikan Bola (Stopping)

Modifikasi adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru untuk memastikan pembelajaran mencerminkan DAP. Salah satu hal yang harus selalu diperhatikan dalam memodifikasi pembelajaran pendidikan jasmani adalah "body scaling" atau ukuran tubuh siswa, yang menjadi prinsip utama dalam proses modifikasi tersebut (Yoyo Bahagia & Adang

Suherman, 2000).

Berdasarkan hasil observasi, peneliti mencatat bahwa dalam kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), siswa sering merasa kurang bersemangat. Hal ini disebabkan oleh penerapan model pembelajaran konvensional yang cenderung monoton, seperti metode ceramah atau pengajaran satu arah, tanpa adanya interaksi dua arah antara guru dan siswa. Akibatnya, pembelajaran menjadi kurang menarik dan membosankan. Oleh karena itu, guru pendidikan jasmani perlu menguasai model pembelajaran yang lebih efektif untuk menarik perhatian siswa dan meningkatkan partisipasi mereka.

Modifikasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah permainan Shooting Colour, yang merupakan permainan sepak bola yang dibagi menjadi dua tim, masing-masing terdiri dari 8-10 orang. Teknik dasar yang diterapkan dalam permainan ini meliputi shooting, passing, dan control. Poin dicetak dengan memasukkan bola ke arah gawang yang dibagi menjadi tiga bagian dengan warna yang berbeda, yaitu merah dan biru, di mana biru diletakkan di tengah gawang, sedangkan merah berada di sisi kanan dan kiri.

METODE

Penelitian Tindakan Kelas (PTK), menurut (Suharsimi Arikunto, 2013), adalah Jenis penelitian ini menyediakan metode dan prosedur baru untuk meningkatkan serta memperbaiki profesionalisme pendidik dalam proses pembelajaran di kelas, dengan tetap mempertimbangkan kondisi siswa. Dalam bukunya *Action Research Principles and Practice*, McNiff menggambarkan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sebagai penelitian reflektif yang dilakukan oleh pendidik untuk mengevaluasi kurikulum, mengembangkan sekolah, meningkatkan prestasi belajar, serta mengasah keahlian mengajar, dan aspek lainnya.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII UPT SPF SMPN 24 Makassar, yang terdiri dari 34 siswa. Sedangkan objek penelitian ini adalah peningkatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran sepak bola menggunakan pendekatan permainan shooting colour. Penelitian tindakan kelas (PTK) ini dilaksanakan pada bulan Oktober hingga November 2024 di UPT SPF SMPN 24 Makassar.m

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), sehingga pelaksanaannya dilakukan melalui serangkaian siklus penelitian yang terdiri dari empat tahapan.

Dalam tahap perencanaan, peneliti merinci apa yang akan dilakukan, alasan melakukannya, waktu pelaksanaannya, lokasi, pelaksana, serta cara tindakan tersebut dijalankan. Penelitian tindakan kelas yang ideal sebaiknya dilakukan secara bersama-sama antara pihak yang melaksanakan tindakan dan pihak yang mengamati prosesnya. Pendekatan semacam ini dikenal sebagai penelitian kolaboratif..

Tahap kedua dalam penelitian tindakan adalah pelaksanaan, yang merupakan implementasi atau penerapan dari rencana yang telah disusun, yaitu pelaksanaan tindakan kelas. Hal yang perlu diperhatikan adalah bahwa dalam tahap ini, guru harus berusaha mengikuti apa yang telah direncanakan, namun tetap berlaku secara wajar dan tidak dibuat-buat.

Tahap ketiga adalah kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat. Sebenarnya, kurang tepat jika pengamatan dipisahkan dari pelaksanaan tindakan, karena pengamatan seharusnya dilakukan bersamaan dengan tindakan yang sedang berlangsung. Dengan demikian, keduanya terjadi secara bersamaan.

Tahap keempat adalah kegiatan untuk merefleksikan apa yang telah dilakukan. Refleksi berasal dari kata bahasa Inggris *reflection*, yang dalam bahasa Indonesia berarti pemantulan. Kegiatan ini dilakukan dua kali pada setiap tahapan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pembelajaran pendidikan jasmani dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dilaksanakan dalam dua kali pertemuan, yaitu pada siklus I dan siklus II. Pada siklus I, peneliti berkolaborasi dengan guru penjasorkes untuk melaksanakan kegiatan PTK.

Dari hasil pembelajaran pada siklus I, masih banyak siswa yang belum berhasil menguasai beberapa teknik dalam permainan shooting colour. Siswa belum terbiasa dengan permainan shooting colour yang menggunakan gawang yang dimodifikasi. Selain itu, masih banyak peraturan yang dilanggar, mulai dari teknik hingga batasan dalam melakukan shooting. Hasil belajar tersebut dievaluasi berdasarkan tiga aspek, sebagai berikut:

1. Aspek Pengetahuan Siklus I

Hasil belajar aspek pengetahuan pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1 Hasil pembelajaran aspek pengetahuan siklus I

Jumlah siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
34	75	87	60	75,94	16	18

Berdasarkan hasil pembelajaran pada aspek pengetahuan dalam mata pelajaran penjas melalui permainan sepak bola dengan pendekatan shooting colour, terdapat 16 siswa atau 47,06% yang mencapai ketuntasan, sementara 18 siswa atau 52,94% belum tuntas. Siswa yang belum mencapai ketuntasan pada aspek pengetahuan di siklus I banyak yang memberikan jawaban salah pada soal mengenai kepanjangan FIFA, teknik dasar sepak bola, ukuran lapangan dalam permainan shooting colour, jumlah warna yang digunakan, dan durasi permainan. Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat ketuntasan kognitif pada siklus I masih sangat rendah, dengan jumlah siswa yang belum tuntas lebih besar dibandingkan yang tuntas.

2. Aspek Sikap Siklus I

Hasil belajar aspek sikap pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Hasil pembelajaran aspek sikap siklus I

Jumlah siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
34	75	100	66,67	81,18	25	9

Berdasarkan hasil pembelajaran pada aspek sikap dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan sepak bola dengan pendekatan *shooting colour*, tingkat ketuntasan mencapai 25 siswa (73,53%), sedangkan 9 siswa (26,47%) belum tuntas. Ketidakuntasan pada aspek sikap di siklus I disebabkan oleh kurangnya tanggung jawab sebagian siswa selama pembelajaran serta adanya siswa yang kurang disiplin selama kegiatan berlangsung.

3. Aspek Keterampilan Siklus I

Hasil belajar aspek keterampilan pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3 Hasil pembelajaran aspek keterampilan siklus I

Jumlah siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas

34	75	85	70	73,82	20	14
----	----	----	----	-------	----	----

Berdasarkan hasil pembelajaran pada aspek keterampilan dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan sepak bola dengan pendekatan shooting colour, tercatat 20 siswa (58,82%) mencapai tingkat ketuntasan, sedangkan 14 siswa (41,18%) belum tuntas. Ketidaktuntasan siswa pada aspek keterampilan di siklus I disebabkan oleh kurang optimalnya penguasaan teknik dasar sepak bola, seperti passing dan control, dalam permainan shooting colour. Dari hasil siklus I ini, dapat disimpulkan bahwa tingkat ketuntasan aspek keterampilan masih tergolong rendah karena belum memenuhi kriteria ketuntasan belajar minimal, yaitu 75%.

4. Rekapitulasi Hasil Belajar Siklus I

Hasil pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour pada siswa kelas VIII yaitu pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil pembelajaran siklus I

Jumlah siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
34	75	88,4	69,44	77	21	13

Dari hasil pembelajaran pada siklus I yang tercantum dalam tabel tersebut, menunjukkan bahwa tingkat keberhasilan penggunaan pendekatan permainan shooting colour dalam pembelajaran penjas untuk permainan sepak bola masih relatif rendah. Siswa yang tuntas belajar dengan model tersebut berjumlah 21 siswa atau 61,76%, sementara 13 siswa atau 38,24% belum tuntas. Siswa yang belum tuntas pada pembelajaran siklus I disebabkan oleh rendahnya pencapaian pada setiap aspek.

Setelah pembelajaran pada siklus I, pembelajaran pada siklus II lebih difokuskan pada permainan shooting colour. Dari hasil pembelajaran tersebut, aktivitas gerak dan kemampuan siswa dalam permainan sepak bola mengalami peningkatan. Banyak siswa yang berhasil memperoleh nilai di atas batas minimal ketuntasan. Hasil belajar tersebut dievaluasi berdasarkan tiga aspek, sebagai berikut:

1. Aspek Pengetahuan Siklus II

Hasil belajar aspek pengetahuan pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 5 Hasil pembelajaran aspek pengetahuan siklus II

Jumlah siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
34	75	100	67	87,18	26	8

Dari hasil pembelajaran pada aspek pengetahuan dalam pembelajaran penjas melalui permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour, tingkat ketuntasan mencapai 26 siswa atau 76,47%, sementara 8 siswa atau 23,53% belum tuntas. Siswa yang belum tuntas pada aspek pengetahuan di siklus II banyak yang menjawab salah pada soal mengenai kepanjangan FIFA, jumlah warna yang digunakan dalam permainan shooting colour, dan durasi permainan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat ketuntasan aspek pengetahuan pada siklus II sudah menunjukkan perbaikan yang baik, dengan jumlah siswa yang tuntas meningkat dibandingkan siklus I.

2. Aspek Sikap Siklus II

Hasil belajar aspek sikap pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6 Hasil pembelajaran aspek Sikap siklus II

Jumlah siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
34	75	100	73,33	82,16	28	6

Dari hasil pembelajaran pada aspek sikap dalam pembelajaran penjas melalui permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour, tingkat ketuntasan mencapai 28 siswa atau 82,35%, sementara 6 siswa atau 17,65% belum tuntas. Siswa yang belum tuntas pada aspek sikap di siklus II disebabkan oleh masih banyaknya siswa yang kurang bertanggung jawab selama pembelajaran dan sebagian siswa yang masih kurang disiplin. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat ketuntasan aspek sikap pada siklus II sudah menunjukkan hasil yang baik.

3. Aspek Keterampilan Siklus II

Hasil belajar aspek keterampilan pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7 Hasil pembelajaran aspek Ketrampilan siklus II

Jumlah siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
34	75	90	70	77,87	28	6

Dari hasil pembelajaran pada aspek keterampilan dalam pembelajaran penjas melalui permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour, tingkat ketuntasan mencapai 28 siswa atau 82,35%, sementara 6 siswa atau 17,65% belum tuntas. Siswa yang belum tuntas pada aspek keterampilan di siklus II disebabkan oleh belum maksimalnya pelaksanaan teknik dasar sepak bola, seperti passing dan control, dalam permainan shooting colour. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pada aspek keterampilan dari siklus I ke siklus II. Nilai rata-rata pada siklus II juga mengalami peningkatan menjadi 77,87%.

4. Rekapitulasi Hasil Belajar Siklus II

Hasil pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour pada siswa kelas VIII yaitu pada tabel sebagai berikut:

Tabel 8 Hasil Pembelajaran siklus II

Jumlah siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
34	75	92,78	72,61	82	26	8

Dari hasil pembelajaran pada siklus II yang tercantum dalam tabel tersebut, menunjukkan bahwa tingkat keberhasilan pembelajaran penjas melalui permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour mengalami peningkatan. Sebanyak 26 siswa atau 76,47% tuntas belajar dengan model tersebut, sementara 8 siswa atau 23,53% belum tuntas. Siswa yang belum tuntas pada pembelajaran siklus II disebabkan oleh masih rendahnya pencapaian pada setiap aspek, sehingga nilai akhir pembelajaran belum mencapai kriteria ketuntasan minimal. Nilai rata-rata pada siklus II juga meningkat menjadi 82, dibandingkan dengan siklus I yang hanya mencapai 77.

Pembahasan

Penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dalam pembelajaran penjas melalui permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour berhasil meningkatkan hasil belajar siswa selama proses pembelajaran. Untuk mengukur adanya peningkatan, peneliti

berkolaborasi dengan guru penjasorkes untuk mengamati sikap, melaksanakan tes tertulis, dan melakukan penilaian terhadap kerja siswa pada akhir pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour.

Tabel 9 Hasil ketuntasan belajar setiap aspek pada siklus I dan siklus II

Ket	Siklus I			Siklus II		
	Aspek Pengetahuan	Aspek Sikap	Aspek Keterampilan	Aspek Pengetahuan	Aspek Sikap	Aspek Keterampilan
Tuntas	16	25	20	30	28	28
Persentase	47,50%	73,53%	58,82%	76,47%	82,35%	82,35%

Ketuntasan hasil belajar siswa pada setiap siklus dihitung rata-ratanya dari aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Ketuntasan belajar pada aspek pengetahuan pada siklus I sebesar 47,05%, sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 76,47%. Ketuntasan belajar pada aspek sikap pada siklus I mencapai 73,53%, dan pada siklus II meningkat menjadi 82,35%. Ketuntasan pada aspek keterampilan pada siklus I sebesar 58,82%, sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 82,35%.

Tabel 10 Hasil pembelajaran siklus I dan siklus II

ket	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
Tuntas	21	26	5
Persentase	61,76%	76,47%	14,71%

Hasil belajar penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour pada siklus I menunjukkan bahwa 21 siswa tuntas, dengan persentase 61,76%. Sedangkan pada siklus II, 26 siswa tuntas, atau 76,47%. Dapat dilihat bahwa persentase peningkatan hasil belajar penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dari siklus I ke siklus II adalah sebesar 14,71%, atau meningkat sebanyak 5 siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan pendekatan permainan shooting colour berhasil meningkatkan hasil belajar dan meningkatkan aktivitas gerak siswa dalam permainan sepak bola di kelas VIII UPT SPF SMPN 24 Makassar. Peningkatan hasil belajar dan keaktifan gerak siswa tersebut terlihat dari tingkat ketuntasan nilai siswa pada siklus I dan siklus II. Pada siklus I, persentase ketuntasan nilai mencapai 61,76%, sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 76,47%. Peningkatan hasil belajar siswa dalam permainan sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour dari siklus I ke siklus II adalah sebesar 14,71%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada kedua Orang Tua, Dosen Pembimbing, Guru Pamong yang telah memberikan dukungan yang luar biasa kepada saya sehingga sampai di titik ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rohim. (2008). *Bermain Sepak Bola*. CV. Aneka Ilmu.
 Achmad Rifa'i, & Chatarina Tri Anni. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Unnes Press.
 Adang Suherman. (2000). *Dasar-dasar Penjaskes*. Depdikbud.

Global Journal Sport Health

- Ali Maksum. (2008). *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Unesa University Press.
- Sucipto. (2000). *Sepakbola*. Dirjen Dikti.
- Suharsimi Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta.
- Yoyo Bahagia, & Adang Suherman. (2000). *Prinsip-prinsip Pengembangan Dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Depdikbud.