



ANALISIS KOMPONEN FISIK TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA TIM PERSIGOWA

Achmad Karim¹

¹Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,
Universitas Negeri Makassar
Email: achmad.karim@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan koordinasi mata kaki, keseimbangan, kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dan jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan melibatkan tiga variabel bebas yaitu koordinasi mata kaki, keseimbangan, kekuatan otot tungkai sedangkan variabel terikat yaitu kemampuan menggiring bola permainan sepakbola.. Populasi dalam penelitian ini adalah tim Persigowa dengan sampel 30 orang yang diambil secara *simple random sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah koefisien korelasi. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa: 1). Terdapat hubungan yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola dengan nilai $r = 0,315$. 2). Terdapat hubungan yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola dengan nilai $r = 0,363$. 3). Terdapat hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola dengan nilai $r = 0,530$. 4). Terdapat hubungan yang signifikan koordinasi mata kaki, keseimbangan, kekuatan otot tungkai secara Bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola dengan nilai $R = 0,856$.

Kata Kunci: koordinasi mata kaki, keseimbangan, kekuatan otot tungkai, kemampuan menggiring bola

PENDAHULUAN

Sepak bola adalah suatu permainan yang dimainkan di lapangan berumput dan menggunakan bola dalam permainannya. dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan masing-masing tim beranggotakan sebelas orang pemain. bola di mainkan menggunakan kaki, saling oper dengan rekan satu tim menjaga agar bola tidak direbut lawan, dan tujuan akhirnya memasukan bola ke gawang lawan. Pihak yang lebih banyak mencetak gol dialah yang memenangkan permainan,

Teguh Sutanto (2016:172) teknik dasar dalam permainan sepak bola terdiri dari berapa gerakan. Kemampuan seseorang dalam memainkan bola sangatlah berguna untuk suatu pertandingan yang berkualitas. teknik dasar dalam permainan sepak bola antara lain: (1) Teknik dasar menendang bola, (2) Teknik dasar menahan bola (*trapping*), (3) Teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), (4) Teknik gerak tipu, (5) Teknik dasar menyundul bola (*heading*), (6) Teknik dasar merebut bola (*tackling*), (7) Teknik dasar lemparan ke dalam. secara khusus teknik menggiring bola memiliki peran penting dalam permainan sepak bola. teknik menggiring bola

(*dribiling*) merupakan keterampilan penting dan mutlak harus di kuasai oleh setiap pemain sepak bola. Menggiring (*dribiling*) merupakan kemampuan yang di miliki pemain dalam menguasai bola sebelum di berikan kepada temanya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol.

Salah satu Teknik yang diperlukan dalam sepak bola adalah teknik menggiring bola (*dribbling*). yang perlu dilatih dengan baik, disamping untuk menghindari dan melakukan gerak tipu untuk mengecoh lawan saat menguasai bola perlu memiliki kelentukan dan reaksi untuk melakukan gerakan mengecoh, mengontrol, menghindari segapan lawan dan mengoperkan bola sesuai dengan yang diinginkan pemain.

koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai, reaksi, *endurance* sangat dibutuhkan oleh seseorang pemain sepak bola dalam menghadapi situasi dan kondisi tertentu. bagi seorang pemain sepak bola situasi yang berbeda beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan, seorang pemain sepak bola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai yang sangat ditentukan untuk gerakan tersebut akan menunjang efektifitas gerakan menggiring bola.

Menggiring bola tidak hanya membawah bola menyusuri tanah dan lurus kedepan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. hal ini menuntut seorang pemain harus memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. *Dribbling* berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap dalam penguasaan. *Dribbling* memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari unsur unsur kondisi fisik yang baik pula seperti keseimbangan dan kelincahan dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat.

Sepak bola adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental. pemain harus melakukan gerakan yang terampil di bawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, fisik dan mental yang lelah dan sambil menghadapi lawan. pemain harus mampu berlari beberapa mil dalam suatu pertandingan, hampir menyamai kecepatan sprinter dan menanggapi berbagai perubahan situasi permainan dengan cepat. dan, permainan harus memahami taktik permainan individu, kelompok dan beregu. Kemampuan pemain untuk memenuhi semua tantangan ini menentukan penampilan pemain di lapangan sepak bola.

Seperti halnya pada Tim Persigowa tidak semua atlet memiliki kemampuana keterampilan dasar yang baik, terutama teknik menggiring bola (*dribiling*). Sedangkan pemberian tes menggiring bola (*dribbling*) juga di akui masih jarang, sehinga tidak di ketahuainya seberapa besar kemampuan atletterhadap keterampilan menggiring bola (*dribiling*) tersebut dan atlet juga belum banyak mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi agar dapat menggiring bola. maka dari itu untuk mencapai target tersebut di butuhkan usaha maksimal untuk mengembangkan keterampilan menggiring bola dengan cara memberikan pemahaman tentang faktor yang mempengaruhi teknik mengiring bola.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola pada Tim Persigowa yaitu. faktor koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai. menjadi masalah dalam kemampuan teknik menggiring bola.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian korelasi. Penelitian korelasi merupakan hubungan antara dua variabel atau lebih sebagaimana adanya tanpa perlakuan (Ma'ruf Abdullah, 2015: 321). Adapun tempat dan waktu penelitian dilaksanakan di Lapangan Syekh Yusuf Kabupaten Gowa.

Menurut Sugiyono (2018: 14) penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi dan sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/ statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh penelitian untuk di pelajari dan kemudian di tarik kesimpulnya, jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. populasi juga bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang di pelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang di miliki oleh subjek atau objek yang diteliti (Sugiyono, 2015:92), adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Persigowa.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2018: 118) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi. Sampel adalah bagian dari populasi yang diambil dengan menggunakan teknik tertentu yang diperlukan untuk menentukan jumlah sampel dengan menggunakan Teknik *Random Sampling*, karena jumlah populasi dalam penelitian ini terlalu banyak, sehingga peneliti menggunakan teknik *Simple Random Sampling* dengan cara diundi.

Menurut (Sugiyono, 2015:93), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang di miliki oleh populasi. dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah tim Persigowa yang berjumlah 30 orang menggunakan teknik *Random Sampling* untuk pengambilan sampel.

Instumen adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah (Kusumawati, 2015: 104), dalam penelitian ini digunakan instrument tes sebagai alat untuk mengumpulkan data. tes yang digunakan yaitu:

1. Tes Koordinasi Mata Kaki
2. Tes Keseimbangan
3. Tes Kekuatan Otot Tungkai
4. Tes Menggiring Bola

Setelah semua data penelitian terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, sehingga data tersebut dapat ditarik satu kesimpulan. Dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik dengan bantuan computer melalui program SPSS versi 21 untuk mencari apakah ada hubungan yang berarti antara variabel bebas koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai variable terikat kemampuan menggiring bola.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan di tim Persigowa, hasil analisis statistic yang berkaitan dengan skor kemampuan menggiring bola, koordinasi mata kaki, keseimbangan, kekuatan otot tungkai sebagai berikut:

Tabel 1 deskriptif koordinasi mata kaki, keseimbangan, kekuatan otot lengan terhadap kemampuan menggiring bola.

	Koordinasi Mata Kaki	Keseimbangan	Kekuatan Otot Tungkai	Kemampuan menggiring bola
N	30	30	30	30
Mean	14.83	79.57	19.53	18.4693
Median	15.00	79.00	19.50	18.4100
Mode	13	79	16	18.14
Std. Deviation	1.683	4.523	2.688	1.31532
Variance	2.833	20.461	7.223	1.730
Range	6	15	9	5.02
Minimum	12	72	15	16.19
Maximum	18	87	24	21.21
Sum	445	2387	586	554.08

Kesimpulan pada tabel 1 di atas untuk lebih jelasnya diuraikan sebagai berikut:

- a. Variabel Koordinasi Mata Kaki (X_1)
Untuk koordinasi mata kaki pada tim Persigowa, dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai 445 poin dan nilai mean yang diperoleh 14,83 poin, dan median diperoleh 15,00 poin, modus diperoleh 13 poin, dengan hasil standar deviasi 1,683 poin, nilai variansi 2,833 poin, dan range 6 poin, dari nilai minimum 12 poin, dan nilai maksimum 18 poin.
- b. Variabel Keseimbangan (X_2)
Untuk keseimbangan pada tim Persigowa, dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 2387 poin dan nilai mean yang diperoleh 79,57 poin, dan median diperoleh 79,00 poin, modus diperoleh 79 poin, dengan hasil standar deviasi 4,523 poin, variansi 20,41 poin, dengan range 15 poin, dan nilai minimum 72 poin, dan nilai maksimum 87 poin.
- c. Variabel Kekuatan Otot Tungkai (X_3)
untuk Kekuatan Otot Tungkai pada tim Persigowa, dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 58 kali dan nilai mean yang diperoleh 19,53 kali, dan median diperoleh 19,50 kali, modus diperoleh 16 kali, dengan hasil standar deviasi 2,688 kali, nilai variansi 7,223 kali, dan range 9 kali, dari nilai minimum 15 kali, dan nilai maksimum 24 kali.
- d. Variabel Kemampuan Menggiring Bola (Y)
Untuk kemampuan Menggiring Bola tim Persigowa, dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 554,08 detik dan mean yang diperoleh 18,4693 detik r, dan median diperoleh 18,4100 detik, modus diperoleh 18,14 detik, dengan hasil standar deviasi 1,31532 detik, nilai variansi 1,730 detik, dan range 5,02 detik, dari nilai minimum 16,19 detik, dan nilai maksimum 21,21 detik.

A. Uji Normalitas Data

rangkuman hasil pengujian normalitas data pada tiap-tiap variabel penelitian, dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Variabel koordinasi mata kaki (X_1) pada tabel diatas menunjukkan bahwa data tersebut berada pada sebaran normal, karena (P) lebih besar dari 0,05 (taraf signifikan) yaitu KS-Z = 0,705 (P = 0,704 > 0,05).
2. Variabel keseimbangan (X_2) pada tabel diatas menunjukkan bahwa data tersebut berada pada sebaran normal, karena (P) lebih besar dari 0,05 (taraf signifikan) yaitu KS-Z = 0,638 (P = 0,810 > 0,05).
3. Variabel kekuatan otot tungkai (X_3) pada tabel diatas menunjukkan bahwa data tersebut berada pada sebaran normal, karena (P) lebih besar dari 0,05 (taraf signifikan) yaitu KS-Z = 0,634 (P = 0,816 > 0,05).
4. Variabel menggiring bola dalam permainan sepak bola (Y) pada tabel diatas menunjukkan bahwa data tersebut berada pada sebaran normal, karena (P) lebih besar dari 0,05 (taraf signifikan) yaitu KS-Z = 0,613 (P = 0,847 > 0,05).

B. Pengujian Hipotesis

a. Hubungan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola tim Persigowa.

Table 2. Hipotesis yang pertama yaitu, hubungan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola.

Korelasi	N	R	P _{value}	Keterangan
X_1 . Y	30	0,315	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi data koordinasi mata kaki (X_1) terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola, maka diperoleh nilai (r) = 0,315 dengan tingkat probabilitas (p) = 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima (koefisien korelasi signifikan), atau koordinasi mata kaki memiliki hubungan yang signifikan terhadap menggiring Bola pada permainan Sepakbola. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa.

b. Hubungan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola tim Persigowa.

Tabel 3. hipotesis kedua yaitu, keseimbangan terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola

Korelasi	N	R	P _{value}	Keterangan
X ₂ . Y	30	0,33	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi data keseimbangan (X_2) terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola, maka diperoleh nilai (r) = 0,363 dengan tingkat probabilitas (p) = 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima (koefisien korelasi signifikan), atau keseimbangan memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa.

c. Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola tim Persigowa.

Tabel 4. Hipotesis ketiga yaitu, hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa.

Korelasi	N	R	P _{value}	Keterangan
X ₁ . Y	30	0,530	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi data kekuatan otot tungkai (X_3) terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa maka diperoleh nilai (r) = 0, 530 dengan tingkat probabilitas (p) = 0,002 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima (koefisien korelasi signifikan), atau kelentukan pergelangan tangan memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa.

d. Hubungan Koordinasi Mata Kaki, Kekuatan Otot Tungkai, dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola tim Persigowa

Tabel 4. Hipotesis keempat yaitu, hubungan koordinasi mata kaki, keseimbangan, kekuatan otot tungkai, dan kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa.

Korelasi	N	R	R ²	P _{value}	Keterangan
X ₁ . X ₂ , X ₃ , Y	30	0,856	0,733	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi ganda data koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa, maka diperoleh nilai korelasi (R) = 0,856 dengan tingkat probabilitas (p) = 0,000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima (koefisien korelasi signifikan), atau koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai sangat berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa.

Dari hasil pengujian hipotesis keempat, menunjukkan ada hubungan yang signifikan koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi ganda (R) sebesar 0,8566 dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,733 atau $0,733 \times 100\% = 73,3\%$. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa ada hubungan koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa sebesar 73,3% dan sisanya 26,7% dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya.

Jadi koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai mempunyai atau adanya hubungan dengan kemampuan seseorang dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dengan adanya koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai yang baik maka dapat membuahkan hasil yang maksimal menggiring bola. Dengan demikian koordinasi mata kaki, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama memiliki hubungan terhadap kemampuan menggiring Bola pada permainan Sepakbola tim Persigowa.

SIMPULAN

1. Ada hubungan yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola tim Persigowa.
2. Ada hubungan yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola tim Persigowa.
3. Ada hubungan yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola tim Persigowa.
4. Ada hubungan yang signifikan koordinasi mata kaki, keseimbangan, dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola tim Persigowa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arkunto. 2013. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta:Rineka Cipta.
- Albertus fenanlampir dan Muhammad muhyi faruq. 2015. *Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Atmojo, Mulyono Biyakto. 2015. *Tes & Pengukuran Pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta: Penerbit UNS (UNS Press).
- Bill Foran. 2021. Amir Supriadi. 2015. *Jurnal. Hubungan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola*, PKO FIK Unimed.
- Batty C. Eric. 2014. *Latihan Metode Baru Sepak Bola Serangan*. CV. Pionir Jaya Bandung
- Fankel dan Wallen. Kusumawati. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjaskes Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta CF.

- Halim. 2011. Akbar Hidayat. 2018. *Jurnal. Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Shooting Ke Gawang Pada Permainan Sepakbola Siswa SMA Negeri 14 Sinjai.*
- Ismaryati Dkk. 2018. *Tes Dan Pengukuran Olahraga.* Surakarta: Penerbit UNS (UNS Press).
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2014. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kusumawati. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes (Pendidikan Jasman, Olahraga)*
- Muhajir. 2014. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama.
- Mardalis. 2014. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan.* PT. Bumi Aksara.
- Nugraha Cipta Andi. 2016. *Mahir Sepak Bola.* Penerbit Nuansa
- Rosdiana, Dini. 2014. *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.* Bandung: Alfabeta CV.
- Santoso. J dan Mellius. 2014. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola.* Cakrawala.
- Sarumpaet, dkk. 2018 Siti Mafia. 2018. *Jurnal. Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Dalam Permainan Sepak Bola pada Murid SDN 1 Sepakat*
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D.* Alfabeta, CV.
- Sugiyono. 2015. *Statistik Nonparametris Untuk Penelitian.* Alfabeta, CV.
- Saputra Nisco Aditya Rizky. 2016. *Pengaruh Metode Bagian Terhadap Hasil Latihan Keterampilan Teknik Dribling Sepak Bola Peserta Ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, Universitas Negeri Yogyakarta.*
- Teguh Susanto. 2016. *Buku Pintar Olahraga.* Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Widiastuti. 2017. *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Depok: Penerbit PT Rajagrafindo Persada.
- Widiastuti. 2019. *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Jakarta: Rajawali Press.
- Wening Nugraheni dan Agung Widodo. 2017. Ucu Ginanjar. 2018. *Jurnal Hubungan Antara Koordinasi Mata Kaki Terhadap Longpass Dalam Permainan Sepakbola di Ekstrakurikuler Mts Yasti Cisaat Kabupaten Sukabumi Tahun 2018.* Jawa Barat: Universitas Muhammadiyah Sukabumi.