

## PENGARUH LATIHAN *EL RONDO* TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING BAWAH* SEPAK BOLA

M.Makhrus<sup>1</sup>, Khoirul Anwar<sup>2</sup>, Heni Yuli Handayani<sup>3</sup>.

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *El Rondo* Terhadap keterampilan *Passing* bawah Sepak Bola. Populasi dalam penelitian ini adalah 20 pemain U 12-15 di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan. Studi eksperimental menggunakan desain penelitian *one group pretest-posttest design* dengan teknik pengambilan sampel adalah total *sampling*, dimana seluruh populasi dijadikan sampel. Berdasarkan penelitian yang diperoleh, hasil *pretest* = 15,00 dalam kategori kurang dan *posttest* = 21,00 dalam kategori baik dengan selisih 5,4. Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji t. Adapun hasil Uji t hasil perhitungan antara tes awal dan tes akhir terdapat pengaruh yang signifikan. Hasil perhitungan menyatakan bahwa nilai  $t_{hitung} = 16,119 > t_{tabel} = 1,699$  dengan taraf  $\alpha = 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya terdapat pengaruh yang signifikan Latihan *El Rondo* Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Sepak bola. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh latihan *El Rondo* terhadap akurasi *passing* dalam permainan sepak bola pada pemain Prabu Bhayangkara Bangkalan.

**Kata kunci:** *Latihan, Keterampilan, Passing bawah.*

**Abstract:** This study aims to determine the effect of *El Rondo* training on passing skills under football. The population in this study were 20 players U 12-15 at the Prabu Bhayangkara Bangkalan Football School. The experimental study used a one group pretest-posttest design with a total sampling technique, in which the entire population was sampled. Based on the research obtained, the results of the pretest = 15.00 in the less category and the posttest = 21.00 in the good category with a difference of 5.4. The statistical analysis used in this study is the t test. As for the results of the t test calculation results between the initial test and the final test there is a significant effect. The results of the calculations state that the value of  $t_{count} = 16.119 > t_{table} = 1.699$  with a level of  $\alpha = 0.05$  then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted meaning that there is a significant effect of *El Rondo* Training on Football Passing Skills. So it can be concluded that there is an influence of *El Rondo* training on passing accuracy in soccer games for Prabu Bhayangkara Bangkalan players.

**Keywords:** *Practice, Skill, Passing down.*

### PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan permainan yang sudah sangat populer diseluruh penjuru dunia, permainan olahraga yang satu ini sudah banyak dikenal diberbagai negara, kota maupun disetiap desa dengan didominasi oleh kalangan anak muda laki-laki dan wanita. Selain itu permainan ini dimainkan sebagai ajang kompetisi juga dimainkan sebagai sarana hiburan.

<sup>1</sup> Penulis adalah Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan

<sup>2</sup> Penulis adalah Staf Edukatif Program Studi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan

<sup>3</sup> Penulis adalah Staf Edukatif Program Studi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan

(Gunnar, dkk, 2015) menyatakan sepak bola adalah salah satu olahraga paling populer dikalangan generasi muda di seluruh dunia, dengan peningkatan jumlah anak muda dan pemain wanita.

Kapan permainan sepak bola dimulai secara pasti masih belum diketahui, namun diberbagai negara sudah mengenal permainan ini sejak dahulu kala. Permainan olahraga sepak bola ini sudah tergolong dalam permainan yang cukup tua usianya, meskipun masih dalam bentuk yang sederhana akan tetapi sepak bola sudah dimainkan sejak ribuan tahun yang lalu. "Permainan yang menggunakan bola semacam permainan sepak bola sudah dikenal orang Cina pada zama dinasti Han, lebih kurang pada tahun 1122-247 sebelum masehi. Bukti tentang permainan sepak bola ini terdapat didalam buku-buku peninggalan tantara cina, yang membuat gambar-gambar orang bermain sepak bola yang pada waktu itu disebut "Tsu-Chiu", Tsu artinya kaki dan Chiu artinya bola yang terbuat dari kulit didalamnya diisi dengan rumput". (Emral, 2016)

Sepakbola menurut Alwi Kosasi (2017: 2) adalah olahraga permainan menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim. Umumnya masingmasing tim terdiri dari sebelas orang pemain yang terdiri dari seorang penjaga gawang, 2-4 pemain bertahan, 2-4 pemain tengah dan 1-3 pemain penyerang. Penjaga gawang adalah satu-satunya pemain yang diperbolehkan memegang bola dengan tangan. Dalam permainan sepakbola terdapat beberapa teknik dasar dan peraturan yang berlaku.

Sepak bola umumnya sudah menjadi sebuah ajang kompetisi yang sangat bergengsi sampai seluruh dunia mengenalnya termasuk negara indonesia. Hampir di seluruh penjuru dunia saling berlomba-lomba dalam olahraga ini. Banyak pemain-pemain profesional yang dilatih untuk bertanding di ajang kompetisi paling terbesar yaitu pertandingan piala dunia. Semua negara berlomba-lomba bertanding untuk menjadi tim yang paling terbaik dan bisa mengalahkan semua negara lainnya hingga memperoleh trofi piala dunia dan membawa nama baik dari negaranya. "Sepak bola juga olahraga yang paling banyak diminati orang-orang di dunia dari sekian banyak cabang olahraga yang ada. Sehingga olahraga sepak bola ini yang paling banyak pengaruhnya dalam kehidupan olahraga masyarakat dunia." (Hidayat, riski alfi, 2019)

Dalam permainan ini tidak hanya bermain secara asal-asalan saja, ada teknik-teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain di antaranya yaitu umpan (*passing*), menendang (*kicking*), dan menggiring bola (*dribbling*). "Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepak bola adalah *kicking, stopping, dribbling, heading, tackling, throw-in* dan *goal keeping*". (Sucipto, 2000)

*Passing* merupakan salah satu teknik dasar yang paling berpengaruh dalam permainan sepak bola. Karena hampir seluruh permainan sepak bola dilakukan dengan *passing*. Apabila seorang pemain tidak bisa melakukan *passing* dengan benar maka pola permainan dalam sebuah tim tidak dapat berkembang dan akan sulit untuk mencetak gol ke gawang lawan. Oleh karena itu *passing* perlu diajarkan dan dilatih sejak usia dini agar setelah menginjak dewasa sudah dapat ditambah berlatih fisik dan taktik dalam permainan sepak bola. Menurut (Anwar, 2013) menyatakan semua posisi dalam cabor sepak bola harus menguasai teknik *passing* secara mendalam, karena *passing* merupakan teknik untuk mengalirkan bola antara pemain satu dengan pemain lainnya dan jika teknik *passing* dapat dikuasai dengan baik maka akan mudah untuk mengatur serangan sehingga dapat mencetak skor.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di sekolah sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan para pemain diberikan sebuah latihan awal sebelum melakukan permainan sepak bola. Latihan tersebut berupa latihan pemanasan yaitu *passing* pendek saling berhadapan secara bergantian. Namun pada saat pemain melakukan *passing* para pemain sangat kesulitan dalam melakukan *passing* secara akurat. Sehingga hasil *passing* yang diperoleh tidak tepat sasaran sehingga mengakibatkan pemain yang menerima *passing* sulit

untuk mengontrol bola. Sehingga hal tersebut akan sangat berpengaruh terhadap jalannya permainan sepak bola dan akan sulit menciptakan peluang dan membangun strategi penyerangan karena hampir seluruh permainan dilakukan dengan *passing*. Maka dari itu dibutuhkan latihan yang tepat untuk melatih keterampilan *passing*. Salah satu metode latihan yang dapat digunakan untuk melatih keterampilan *passing* yaitu latihan *El Rondo*.

*El Rondo* memiliki konsep lingkaran yang ditempati sekelompok pemain dan mengisi beberapa pemain saja di dalam lingkaran. Menurut (Sugiyanto, Ilahi dan Defliyanto, 2019) *El Rondo* memerlukan beberapa pemain (sekurang-kurangnya tiga pemain) yang saling melakukan *passing*. Berdasarkan konsep latihannya *El Rondo*, yakni seluruh pemain yang berdiri di sekeliling lingkaran berusaha untuk melakukan *ball possession* dengan melakukan *passing* satu sama lain, sedangkan pemain yang berada di dalam lingkaran bertugas merebut bola (Agusta dan Agus, 2020). *El Rondo* adalah sebuah metode latihan untuk meningkatkan kemampuan *passing* yang diimplementasikan pada seluruh level pemain sepak bola. (Sugiyanto, 2019). Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa latihan *El Rondo* dapat meningkatkan keterampilan *passing* khususnya pemain sepak bola.

Sehingga dari uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan *El Rondo* Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Sepak bola di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan”.

## **METODE**

Jenis penelitian yaitu jenis penelitian eksperimen yang mana jenis penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terhadap objek yang diberi perlakuan. Menurut (Sugiyono, 2019) penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang dilakukan dengan percobaan, yang merupakan metode kuantitatif, digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (*treatment*/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan.

Desain penelitian yang digunakan yaitu *one-group pretest-posttest design* maka pada desain ini terdapat pretest, sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian hasil dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan seperti berikut. (Sugiyono, 2017).

O1	X	O2
----	---	----

**Gambar Rancangan Penelitian**

Sumber : (Sugiyono, 2017)

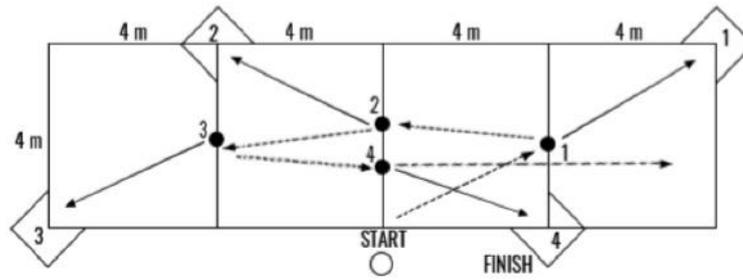
Keterangan :

O1 : nilai pretest (sebelum diberi perlakuan)

X : Pemberian Perlakuan (*Treatment*)

O2 : nilai posttest (setelah diberikan perlakuan)

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2019). Tes yang dipakai dalam penelitian ini adalah tes *short pass*.



**Gambar Tes *short pass***  
**Sumber : Arsil (2015)**

Keterangan :

- : Peserta tes
- : Bola
- : Target/Sasaran tendangan 1 m
- : Arah bola (tendangan)
- - - - -> : Arah lari

- a. Tes ini menggunakan tes validitas tes 0,06 dan reabilitas tes 0,69
- b. Prosedur pelaksanaan Tes
  - 1) Peserta bersiap dan berdiri di belakang garis start.
  - 2) Pada saat aba-aba “ya” peserta tes lari ke arah bola 1 dan menendang bola ke sasaran 1.
  - 3) Lalu berlari menuju bola 2 dan tendang bola ke sasaran 2.
  - 4) Kemudian, lari menuju bola 3 dan tendang bola ke sasaran 3.
  - 5) Setelah itu, lari menuju bola 4 dan tendang bola ke sasaran 4.
  - 6) Dan yang terakhir sprint menuju finish.
- c. Pengambilan Nilai  
 Penilaian dihitung setelah peserta menendang semua bola ke sasaran dengan waktu semaksimal mungkin.

Data *pretest* dan *posttest* yang diperoleh melalui tes *short pass* dikumpulkan ke dalam blanko penelitian. *Posttest* dilakukan setelah *treatment* sebanyak 16 kali pertemuan dengan tes yang sama seperti *pretest*. Data ini berupa tingkat *short pass* pemain Prabu Bhyangkara Bangkalan, yaitu jumlah bola masuk dan seberapa cepat (waktu) pemain memasukkan 4 bola ke sasaran hingga ke garis *finish*. Data yang sudah diperoleh lalu dilakukan penskoran dengan mentransformasikan ke dalam *T-Score* sesuai tabel berikut ini :

Tabel Transformasi Waktu Tes *short pass* ke dalam *T-Score*

<i>T-Score</i>	<i>Tes Short Pass/10 detik</i>	<i>T-Score</i>	<i>Tes Short Pass/10 detik</i>
90	<3.00	46	11.14 - 11.30
84	3.01 - 4.00	45	11.31 - 11.50
68	4.01 - 7.09	44	11.51 - 11.70
67	7.10 - 7.32	43	11.71 - 11.81
65	7.33 - 7.69	42	11.82 - 12.00
64	7.70 - 7.89	41	12.01 - 12.20
63	7.90 - 8.11	40	12.21 - 12.42
62	8.12 - 8.30	39	12.43 - 12.47
61	8.31 - 8.46	38	12.48 - 12.70
60	8.47 - 8.68	37	12.71 - 13.03
59	8.69 - 8.81	36	13.04 - 13.20
58	8.82 - 9.06	35	13.21 - 13.40
57	9.07 - 9.21	34	13.41 - 13.59
56	9.22 - 9.44	33	13.60
55	9.45 - 9.62	32	13.61 - 13.80
54	9.63 - 9.80	31	13.81 - 14.09
53	9.81 - 10.00	30	14.10 - 14.20
52	10.01 - 10.15	29	14.21 - 14.40
51	10.16 - 10.38	28	14.61 - 14.60
50	10.39 - 10.57	25	15.21 - 15.20
49	10.58 - 10.74	22	15.70 - 15.70
48	10.75 - 10.92	20	15.71 - 16.10
47	10.93 - 11.13	19	16.11 - 19.78

Tabel Transformasi Jumlah Bola Masuk Tes *Short Pass* ke dalam *T-Score*  
 Sumber : Arsil (2015)

<i>T-Score</i>	<i>Bola Masuk</i>
66	4
55	3
45	2
34	1

Tabel Norma Penelitian (*T-Score* waktu + *T-Score* bola masuk)  
Sumber : Arsil (2015)

No	Klasifikasi	<i>T-Score</i>
1.	Baik Sekali	>124
2.	Baik	104 - 123
3.	Sedang	85 - 103
4.	Kurang	65 - 84
5.	Kurang Sekali	<64

## HASIL

Untuk mendapatkan hasil dalam penelitian ini maka peneliti terlebih dahulu mengolah data pretest dan posstest menggunakan teknik analisis data, adapun yang terdapat di dalam teknik analisis data adalah uji prasyarat dan uji hipotesis. Di dalam uji prasyarat ada 2 perhitungan yang dilakukan peneliti. Yang pertama menghitung normalitas data pretest dan posstest.

Yang kedua menghitung homogenitas data pretest dan data *posttest* menggunakan uji f. Setelah selesai dengan uji prasyarat, barulah peneliti mengerjakan uji hipotesis dengan menggunakan uji t pengaruh. Uji t pengaruh bertujuan untuk menjawab hipotesis yang diajukan peneliti yaitu ada tidaknya Pengaruh Latihan *El Rondo* Terhadap Keterampilan *Passing Bawah Sepak bola* di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan.

Hasil Penelitian Keterampilan *Passing Bawah Sepak Bola* di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan. Sebelum dan sesudah diberikan latihan *El Rondo* di deskripsikan sebagai berikut:

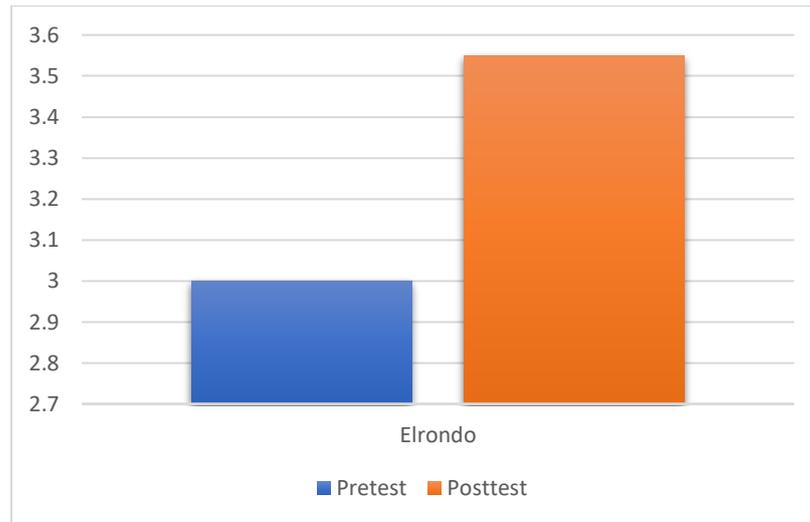
- a) *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan *Passing Bawah Sepak Bola* dengan latihan *El Rondo*  
Hasil penelitian untuk hasil *pretest* nilai minimal = 2,00, nilai maksimal = 4,00, rata-rata = 3,00, simpang baku = 0,794. Sedangkan untuk *posttest* nilai minimal = 3,00, nilai maksimal = 4,00, rata-rata = 3,55, simpang baku = 0,510. Hasil selengkapnya sebagai berikut :

Tabel Hasil *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan *Passing Bawah Sepak Bola*.

No Subjek	<i>Pretest</i>	Waktu/detik	<i>Posttest</i>	Waktu/detik
1	2	9.20	3	5.32
2	3	10.40	4	6.01
3	2	9.23	3	4.32
4	4	10.50	4	5.55
5	3	11.01	4	4.59
6	2	8.30	3	3.45
7	4	11.00	4	4.35
8	3	9.45	4	5.02
9	3	9.11	3	5.31
10	4	10.01	4	6.13
11	3	9.31	3	5.01
12	2	8.58	3	4.03
13	4	9.56	4	4.30
14	4	10.57	4	4.56
15	3	10.30	3	4.00
16	3	9.43	4	5.05
17	2	8.53	3	4.36

18	4	10.35	4	6.07
19	3	9.46	3	6.03
20	2	8.56	4	4.23
Mean	3,00		3,55	
Minimal	2,00		3,00	
Maksimal	4,00		4,00	

Berdasarkan data pada pemain sepak bola tersebut diatas, *pretest* dan *posttest* Keterampilan *Passing* Bawah Sepak Bola di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan sebelum dan sesudah di beri latihan *El Rondo* dapat disajikan pada gambar berikut :



Gambar Diagram Batang *Pretest-Posttest*

### Hasil Uji Prasyarat

#### Uji Normalitas

Uji Normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Perhitungan uji normalitas ini menggunakan rumus *Kolmogorov – Smirnov Z*. Dengan pengolahan menggunakan bantuan computer program SPSS 23. Hasilnya disajikan pada table berikut.

Tabel Uji Normalitas

Kelompok Latihan		P	Sig	Keterangan
<i>El Rondo</i>	Pretest	20	0,35	Normal
	Posttest	20	0,00	Normal

Dari hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa semua data memiliki nilai P (Sig) >0,05 maka variabel berdistribusi normal. Hasil lengkapnya di sajikan pada lampiran.

#### Uji Homogenitas

Uji Homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah homogenitas jika  $p > 0,05$  maka tes dinyatakan homogen. Hasil uji homogenitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel Uji Homogenitas

Kelompok	Df 1	Df 2	Sig	keterangan
Pretest	1	38	0,359	Homogenitas
Posttest	1	38	0,359	Homogenitas

Dari tabel di atas dapat dilihat nilai pretest dan posttest sig  $p > 0,05$  sehingga data bersifat homogen. Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran.

### Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini diuji menggunakan paired t test dan independent t test dengan menggunakan SPSS 23, hasil uji hipotesis sebagai berikut :

Hipotesis ada pengaruh yang signifikan latihan *El Rondo* terhadap keterampilan *Passing* bawah sepak bola di sekolah sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan, kesimpulan penelitian dinyatakan signifikan jika nilai t hitung  $>$  t table dan nilai sig lebih kecil dari 0,05 (Sig  $<$  0,05). Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut.

Tabel Uji-T hasil *pretest* dan *posttest* keterampilan *Passing* bawah Sepak Bola

Kelompok	Rata-rata	t ht	t tb	Sig	Selisih	%
Pretest	3,00	8,816	11,136	0,00	1,00	0,93%
Posttest	3,55					

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa t hitung 8,816 dan t table (df 6) 11,136 dengan nilai signifikan  $0,00 < 0,05$ . Maka hasil menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan Latihan *El Rondo* terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Sepak Bola di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan.”, Diterima

Latihan yang dilaksanakan selama 16 kali pertemuan terbukti berhasil memberikan pengaruh terhadap keterampilan *Passing* bawah sepak bola pada pemain U14-15 tahun di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan. Peningkatan keterampilan *Passing* bawah sepak bola terlihat pada perbandingan perubahan rata-rata *pretest* dan *posttest*.

Dari data yang sudah diperoleh, hasil rata-rata *pretest* sebesar 3,00 terdapat 20 pemain dalam kategori kurang dan hasil rata-rata *posttest* sebesar 3,55 Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan *El Rondo* terhadap keterampilan *Passing* sepak bola pada sekolah sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan. Efektifitas peningkatan keterampilan *Passing* bawah Sepak Bola Pada sekolah sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan sesudah diberikan latihan *El Rondo* yaitu sebesar 0,55%.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis uji t, yang dilakukan maka dapat diketahui beberapa hal untuk mengambil kesimpulan apakah ada peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Sepak Bola di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan setelah mengikuti latihan metode latihan *El Rondo* selama 16 kali pertemuan. Hasil penelitian di bahas sebagai berikut:

Dari data yang sudah diperoleh, hasil rata-rata *pretest* sebesar 3,00 terdapat 20 pemain dalam kategori kurang dan hasil rata-rata *posttest* sebesar 3,55 Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan *El Rondo* terhadap keterampilan *Passing* sepak bola pada sekolah sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan. Efektifitas peningkatan keterampilan *Passing* bawah Sepak Bola Pada sekolah sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan sesudah diberikan latihan *El Rondo* yaitu sebesar 0,55%.

Dengan demikian hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan Latihan *El Rondo* terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Sepak Bola di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan.” Hasil penelitian untuk hasil *pretest* nilai minimal = 2,00, nilai maksimal = 4,00, rata-rata = 3,00, simpang baku = 0,794. Sedangkan untuk *posttest* nilai minimal = 3,00, nilai maksimal = 4,00, rata-rata = 3,55, simpang baku = 0,510.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan yaitu ada pengaruh yang signifikan Latihan *El Rondo* terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Sepak Bola di Sekolah Sepak bola Prabu Bhayangkara Bangkalan. dengan  $t$  hitung dan  $t$  table, dan nilai signifikan  $0,00 < 0,05$ .

Berdasarkan dari kesimpulan di atas, implikasi dari hasil penelitian yaitu hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi pelatih sepak bola dalam membuat program latihan yang sesuai untuk meningkatkan Keterampilan *passing* Sepak Bola. Dengan demikian latihan akan efektif dan akan mendapatkan hasil sesuai dengan apa yang diterapkan oleh pelatih.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akabar, A. (2020). meningkatkan . *Meningkatkan hasil belajar teknik passing kaki bagian dalam pada permainan sepakbola melalui metode bermain berpasangan pada siswa Kelas VII SMP Negeri 14 Bengkulu Tengah* , 52-55.
- Anwar, K. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepakbola untuk Anak Kelompok 13-14 Tahun.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Ilmiah Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Avellino, Matt. (2010). *The Professional Guide to Coaching Youth Soccer*. USA: Lexinton.
- Emral. (2016). *Sepakbola Dasar*. Padang: Sukabina Press.
- Gunnar, dkk. (2015). The Effect of Speed Training on Spirit and Agility Performance In Female Youth Soccer Players. *Journal of Physical Education and Sport*, 395-399.
- Hidayat, riski alfi. (2019). jurnal pendidikan olahraga dan kesehatan. *pengaruh metode latihan passing permainan sepakbola terhadap hasil belajar passing sepakbola menggunakan kaki bagian dalam*, 331-335.
- Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Kesehatan*. Bandung: CV. Angkasa.
- Santoso. (2014, November). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10, 40-48.
- Scheunemann, T. (2005). *Dasar Sepakbola Modern*. Malang: DIOMA.
- Setya Rahayu dan Wahyu Hidayat. (2015). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Sepakbola Klub Persibas Banyumas. *Journal of Sport Science*, 10-15.
- Setya Rahayu dan Wahyu Hidayat. (2015). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Sepakbola Klub Persibas Banyumas. *Journal of Sport Science*, 10-15.
- Singh. (2012). *Sport Training* . delhi: Chawla Offset Printers.
- Sucipto. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sugiyanto. (2019). Implementasi Metode Rondo Untuk Meningkatkan Teknik Passing Mahasiswa Pada Mata Kuliah Futsal Prodi Penjas FKIP Unib. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3 (1).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (2 ed.). Bandung: Alfabeta.