
Pengembangan Latihan *Rithmik* Menggunakan Alat untuk Meningkatkan *Ball Feeling* Siswa Sekolah Sosial *Real Madrid Foundation* Banda Aceh

**Alyadi.S, S.Pd., M.Pd^{1*} Dedi Saputra, S.Pd., M.Pd^{2*}
Muhamad Mirza Luthfi, S.Pd., M.Pd^{3*}**

¹Universitas Islam Kebangsaan Indonesia ²Universitas Islam Kebangsaan Indonesia

³Universitas Islam Kebangsaan Indonesia

Abstract: *Football is the most popular sport in all over the world. On of it's indicator comes from society's interested, even as the players, the manager and also the anlooker. The train to further increase the intensity of exercise rithmik use the tools aims to improve the skills to process the ball with feeling (ball feelling) hould also consider the factors that involved and supporters, which is not only solely practice to obtain the speed of exercise, but the pace is one of the components of the most weight in the training process shepherded in the ball feelling, Because it to trained him to pay attention to the factors or component of the exercises that fit and appropriate. As for research purposes to develop a rithmik use the tools to improve the ball feeling in football. This study take a sample of social school students sport Real Madrid Foundation Aceh. The number of samples taken in this study number 12 people of the players. The results of the data is then processed by using the spss dianalisis by using a quantitative and kualitatif. The results of research has been obtained based on the and discussion, then it can be concluded that the development of the practice of instruments rithmik using a ball feeling in elementary school students sports Real Madrid Foundation is material impertinent valid and reliable with had the rate was acquisition points indek scores validitas 0.993 and had the rate with acquisition points indek scores reliabilitas 0.627. So that the development of the product of this can be used in a ball feeling.*

Keywords: *development, of the excercise rithmik, use the tools.*

Abstrak: Sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling digemari dan sangat populer di seluruh penjuru dunia. Salah satu indikatornya adalah animo masyarakat terhadap cabang olahraga tersebut, baik sebagai pemain, pengurus maupun penonton. Jadi, untuk melatih agar lebih meningkatkan intensitas latihan *rithmik* menggunakan alat bertujuan untuk meningkatkan keterampilan mengolah bola dengan penuh perasaan (*ball feeling*) perlu juga diperhatikan faktor-faktor yang terlibat serta pendukungnya dimana tidak hanya semata-mata berlatih untuk memperoleh daya kecepatan latihan saja melainkan kecepatan merupakan salah satu komponen yang paling berat dalam proses melatih menggiring *ball feeling*, karena itu untuk melatihnya perlu memperhatikan faktor-faktor atau komponen latihan yang cocok dan sesuai. Adapun tujuan penelitian untuk mengidentifikasi pengembangan latihan *rithmik* menggunakan alat *ball feeling* dalam sepakbola. Dalam penelitian ini pengambilan sampelnya adalah siswa Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation* Aceh. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini diambil sejumlah 12 pemain. Data hasil penelitian kemudian di olah dengan menggunakan program *SPSS* dianalisis dengan menggunakan kuantitatif dan kualitatif. Hasil dari penelitian yang sudah diperoleh berdasarkan analisis dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa instrumen pengembangan latihan *rithmik* menggunakan alat *ball feeling* pada Siswa Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation* merupakan bahan ajar yang valid dan reliabel dengan memiliki tingkat kesahihan yang sedang dengan perolehan poin indek skor validitas 0.993. dan memiliki tingkat keterandalan dengan perolehan poin indek skor reliabilitas 0.627. sehingga produk pengembangan ini dapat digunakan dalam latihan *ball feeling*.

Kata Kunci : Pengembangan, Latihan *Rithmik*, Menggunakan Alat.

PENDAHULUAN

Sebuah bangsa dapat berdiri tegak diantara bangsa- bangsa lain di dunia, salah satunya dengan pencapaian prestasi yang tinggi dibidang olahraga. Prestasi olahraga memiliki nilai yang sangat tinggi bagi suatu bangsa. Prestasi olahraga di Indonesia secara makro sekarang ini belum menunjukkan perkembangan yang menggembirakan apabila dilihat dari segi peringkat perolehan medali pada kegiatan- kegiatan seperti: Sea Games, Asean Games, dan Olimpiade serta pada kejuaraan-kejuaraan dunia untuk masing-masing cabang olahraga prestasinya perlu ditingkatkan. Prestasi olahraga di Indonesia dapat berjaya kembali di Asean dan mulai bicara di Asia melalui kerja keras selama 8 hingga 12 tahun lagi.

Kesemuanya itu tentu tidak luput dari suatu sistem pembinaan yang baik untuk menghasilkan atlet berbakat. Pembinaan yang dilakukan sangat besar kemungkinannya untuk mencetak atlet-atlet yang handal. Tidak hanya itu, pemerintah Indonesia selalu menggaungkan semboyan memasyarakatkan olahraga atau mengolahragakan masyarakat dengan tujuan untuk melakukan aktivitas bergerak badan Nala, (1992:65).

Sekolah Sosial Sepakbola *Real Madrid Foundation* Aceh adalah salah satu Sekolah yang dikenal dikota Banda Aceh. Sekolah *Real Madrid Foundation* Aceh memiliki tujuan utama dalam memberikan pendidikan dan pelatihan sepakbola. Dengan tujuan meningkatkan individu secara komprehensif, yakni peningkatan kapabilitas fisik, keterampilan sepakbola dan mengintegritaskan nilai- nilai Fundamental seperti, solidaritas respek, konsep diri, *fair play* persahabatan, disiplin dan kerjakeras sebagai nilai dasar yang dimiliki anak dalam dikehidupan sehari hari termasuk dalam lingkungan keluarga, kerja social dan komunitas untuk menciptakan kepribadian anak secara utuh. Peresmian Sekolah *Real Madrid Foundation* Aceh secara serentak adalah bulan maret 2013 di Yogyakarta. Sekolah Sosial *Real Madrid Foundation* Aceh memiliki tiga kelompok usia 6-9 tahun, 10-13 tahun dan 14-15 tahun. Latihan setiap harinya dipimpin oleh pelatih berlesensi *Real Madrid Foundation* Spanyol.

Dari hasil pengamatan penulis di Sekolah *Real Madrid Foundation* Aceh, terlihat beberapa kendala yang dihadapi para pelatih dalam melihat teknik dasar, diantaranya: belum adanya sebuah metode latihan yang mudah dan efektif untuk meningkatkan ketarampilan dasar bermain sepakbola khususnya menggiring untuk anak usia dini. Dengan adanya kelemahan tersebut, perlu adanya sebuah pengembangan bentuk alat latihan teknik dasar dalam permainan sepakbola Khususnya untuk meningkatkan *ball feeling* yang cocok dan sesuai dengan kebutuhan anak usia dini sehingga memudahkan mereka dalam menguasai teknik teknik khususnya *dribbling* dalam sepakbola.

Pengembangan pendekatan yang konstruktif dan cerdas adalah inti dan permainan sepakbola dalam cara modern dan walaupun hal ini sedemikian penting janganlah melupakan bahwa tujuan utama bahwa latihan membawa dan menendang bola mau tak mau harus menjadi latihan intidalam program latihan sepakbola maupun juga (Dedi Saputra dan Zulheri Is (2020: 4).

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan diatas maka penulis tertarik untuk mengembangkan sebuah bentuk latihan dengan harapan masalah yang dikemukakan diatas dapat di atasi untuk itu penulis tertarik mengangkat judul penelitian mengenai. **“Pengembangan Latihan Rithmik Menggunakan Alat untuk Meningkatkan Ball Feeling Siswa Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation Banda Aceh”**.

KERANGKA TEORITIS

A. Pengertian Pengembangan

Konsep pengembangan merupakan sebuah keharusan yang harus di aplikasikan dalam kehidupan, kata konsep artinya ide. Rancangan atau pengertian yang di abstrakan dari peristiwa kongkrit (Kamus besar bahasa indonesia, 2002 :589) sedangkan pengembangan artinya proses, cara, perbuatan mengembangkan dengan demikian konsep pengembangan adalah rancangan mengembangkan sesuatu yang sudah ada dalam rangka meningkatkan kualitas lebih maju.

Pada hakikatnya pengembangan adalah upaya pendidikan baik formal maupun non formal yang dilaksanakan secara sadar, berencana, terarah, teratur dan bertanggung jawab dalam rangka memperkenalkan, menumbuhkan, membimbing, mengembangkan suatu dasar kepribadian yang seimbang, utuh, selaras, pengetahuan, keterampilan sesuai dengan bakat, keinginan serta kemampuan- kemampuan, sebagai bekal atas prakarsa sendiri untuk menambah, meningkatkan, mengembangkan diri ke arah tercapainya martabat, mutu dan kemampuan manusiawi yang optimal serta pribadi mandiri (Wiriyokusumo, 2011:89).

Sedangkan menurut Tessmer dan Richey (Alim Sumarno, 2012) pengembangan memusatkan perhatiannya tidak hanya pada analisis kebutuhan, tetapi juga isu-isu luas tentang analisis awal-akhir, seperti analisis kontekstual. Pengembangan bertujuan untuk menghasilkan produk berdasarkan temuan- temuan uji lapangan.

Sedangkan dijelaskan Poerwadarminta (2002: 473) bahwa pengembangan adalah perbuatan menjadikan bertambah, berubah sempurna (pikiran, pengetahuan dan sebagainya) berdasarkan hasil kutipan tersebut disimpulkan bahwa pengembangan merupakan suatu proses perubahan perbuatan yang bertujuan untuk menghasilkan suatu cara efektif khususnya dalam pembelajaran.

B. Sejarah Senam Rithmik

Senam mulia dikenal di Indonesia pada tahun 1912 ketika senam pertama kali masuk ke Indonesia pada jaman penjajahan. Masuknya olahraga senam ini bersamaan dengan ditetapkannya pendidikan jasmani sebagai pelajaran wajib di sekolah-sekolah dengan sendirinya senam sebagai bagian dari penjaskes juga diajarkan di sekolah senam yang diperkenalkan pertama kali pada waktu itu adalah senam sistem Jerman, hingga berkembang pada saat ini dan menjadi maju dan beragam. Agus,(2005:4).

Senam *rithmik* atau irama yang berasal dari seni sandiwara, dipelopori oleh Delsarte tahun 1811- 1871, seorang sutradara ia menghendaki agar gerakan dalam sandiwara yang dibuat-buat itu dapat dilakukan dengan gerakan yang wajar tetapi ia belum berhasil karena sifat kesandiwaan masih terlihat dalam aliran ini. Dialah yang pertama menciptakan senam irama.

C. Hakikat Pembelajaran Aktifitas Rithmik

Aktivitas *rithmik* merupakan istilah baru yang dipergunakan dalam pendidikan jasmani Indonesia dengan hadirnya kurikulum berbasis Kompetensi (KBK), Secara tegas memasukan aktivitas *rithmik* sebagai salah satu muatan meteri dalam pendidikan jasmani khususnya disekolah yang mesti harus direspon oleh guru-guru pendidikan jasmani F. Suharjana, (2010:2) aktivitas *rithmik* dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat digunakan sebagai alat untuk mengembangkan organisasi gerak tubuh, sehingga anak memiliki unsur-unsur kemampuan tubuh yang multilateral. Dan ditambahkan lagi menurut Sayuti Syahara dalam (F. Suharjana, 2010.2) bahwa aktivitas *rithmik* termasuk gerakan menari dalam pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembentukan dasar gerak anak. Anak akan selalu tertantang bagai mana mereka dapat mengungkapkan diri melalui gerakan tersebut.

D. Pengertian rithmik

Rithmik merupakan gerakan yang dilakukan menggunakan irama atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama senam *rithmik* biasanya dilakukan dengan menggunakan alat-alat yang di pegang seperti bola, tali, tongkat, simpai, dan gada dari setiap alat yang digunakan bola merupakan alat yang paling sering digunakan dalam senam *rithmik* dan sangat populer di banyak negara, seperti contohnya senam *rithmik* bola medau yang berasal dari Eropa namun diklaim Jerman dengan Swedia sebagai negara asal senam *rithmik* medau tersebut. Contoh lain dari senam *rithmik* adalah gerakan dengan menggunakan tali yang disebut dengan lompat tali, gerakan ini sangat populer di Swedia dan saat ini telah menjadi aktivitas anak-anak pada umumnya. Senam *rithmik* sebenarnya tidak terpaku pada satu gerakan saja, karena dalam senam jenis ini selalu diharapkan muncul gerakan baru dari hasil kreativitas yang diciptakan sesuai dengan trend gerakan yang ada karena senam *rithmik* sangat umum dilakukan secara berkelompok baik itu didalam kelas maupun sebagai bentuk demonstrasi massal maka sudah layaknya siswa/anak menguasai gerakan dasar terlebih dahulu baru kemudian dengan keratifitas mereka dapat menciptakan gerakan baru yang lebih kreatif.

E. Konsep Ball Feeling

Ball feeling pada dasarnya adalah latihan pengenalan terhadap bola atau sering dikenal dengan penguasaan bola secara penuh dalam keadaan apapun, bola dikuasai dan tetap dapat dalam jangkauan seorang pemain pada saat dalam permainan, Latihan *ball feeling* merupakan bentuk latihan yang sederhana yang dilakukan dengan langsung menggunakan bola. Dalam tahap latihan *ball feeling* setiap pemain lebih ditekankan pada pemahaman terhadap gerak atau pun pantulan yang dihasilkan oleh bola. Perkenaan bola pada bagian tubuh yang diinginkan pada setiap pemain harus dapat dirasakan dan dipahami secara penuh. Maksud dari dapat dirasakan dan dipahami secara penuh adalah apabila bola dikontrol ataupun disentuh kesalah satu bagian tubuh seperti punggung kaki atau paha maka pemain tetap menguasainya dengan cara mengetahui sebelumnya pantulan ataupun arah dari bola tersebut. Menurut Herwin (2004:25) tujuan latihan mengenalkan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*) untuk memulai pembelajaran dan latihan sepakbola, diawali dengan pembelajaran dan latihan pengenalan bola dengan seluruh bagian tubuh (*ball feeling*)

dengan baik dan benar. Menguasai bola, menerima bola, menendang bola dan menyundul bola dapat dilakukan dengan baik apabila memiliki *ball feeling* yang baik pula. Bagian tubuh yang diperbolehkan menyentuh bola meliputi, kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, tumit, telapak kaki, paha, dada, dan kepala, latihan *ball feeling* hendaknya dilakukan sejak usia dini dan latihan memerlukan ribuan kali sentuhan sehingga dengan bagian tubuh tersebut harus dilakukan dengan baik dan benar. Latihan dapat dimulai dengan berdiri ditempat, berpindah tempat dan sambil berlari dalam bentuk menahan bola, mengalirkan menimbang bola dengan seluruh bagian kaki, paha, dan kepala *ball feeling*. Seowarno (2001:7). Menambahkan istilah *ball feeling* atau *ball sense* bukan istilah teknik tetapi dapat digunakan untuk

menggambarkan perasaan yang dimiliki pemain terhadap karakteristik bola. Lebih lanjut Seowarno (2001:9) menjelaskan *ball feeling* adalah suatu yang dapat dipelajari/dilatih. *Ball feeling* yang baik adalah sebagai dasar untuk memiliki teknik yang baik, semakin sering atau banyak menyentuh bola atau bermain bola akan meningkatkan *ball feeling* atau *ball sense*, beberapa bentuk *ball feeling* diantaranya menimang nimang bola atau (*juggling*) dengan seluruh bagian kaki, paha, kepala, *passing*, dan menggiring (*dribbling*) mengalirkan bola kesamping, kedepan atau pun ke belakang.

F. Sejarah Sepakbola

Sepakbola adalah salah satu olahraga yang sangat populer di dunia. Dalam pertandingan olahraga ini dimainkan oleh dua kelompok berlawanan yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Masing-masing kelompok beranggotakan sebelas pemain, dan karenanya kelompok tersebut juga dinamakan dengan kesebelasan Fleck,(2007:5)

Sejarah olahraga sepakbola dimulai sejak abad ke-2 dan -3 sebelum Masehi di *Cina*. Di masa *Dinasti Han* tersebut, masyarakat menggiring bola kulit dengan menendangnya ke jaring kecil. Permainan serupa juga dimainkan di *Jepang* dengan sebutan *Kemari*. Di *Italia*, permainan menendang dan membawa bola juga digemari terutama mulai abad ke-16 Mielky (2007: 2).

G. Hakikat Permainan Sepakbola

Sepakbola Sepakbola merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dalam satu lapangan. Tiap regu terdiri dari 11 orang pemain termasuk penjaga gawang, sehingga regu dalam sepakbola sering disebut dengan kesebelasan.

Sepakbola Sepakbola merupakan olahraga permainan yang hampir seluruh permainannya menggunakan kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badan manapun. Tujuan dari masing-masing kesebelasan adalah berusaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan berusaha menggagalkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga agar gawangnya tidak kemasukan bola,

Menurut Saifuddin (2001: 26) menyebutkan “Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang dimainkan secara sederhana dilapangan rumput yang berbentuk empat persegi panjang oleh dua regu, masing-masing regu beranggotakan 11 orang pemain, ditandai dengan dua buah gawang dan memiliki sebuah bola dengan tujuan memasukan bola sebanyak banyaknya kegawang lawan dan berusaha tidak bebobolang gawang sendiri”. Selanjutnya soedjono, (1985:16) mengemukakan sepakbola adalah permainan beregu, oleh karna itu kerjasama regu merupakan tuntutan permainan sepakbola yang harus dipenuhi dalam setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan.

PROSEDUR PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

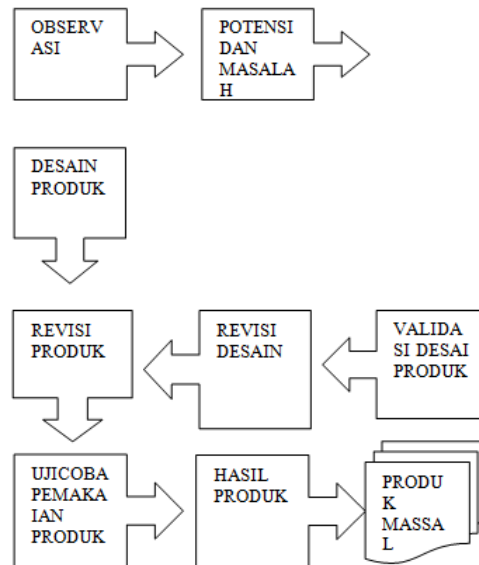
Berdasarkan permasalahan yang diuraikan di atas, maka penelitian ini tergolong dalam penelitian Pengembangan (*Research And Develoment*). Sugiyono (2014:297) mengatakan bahwa: “Penelitian pengembangan adalah model penelitian untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut”.

Model pengembangan bertujuan untuk menghasilkan produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada, selanjutnya penelitian pengembangan akan menghasilkan produk tertentu dalam bidang pendidikan, dan sosial yang perlu dihasilkan melalui *Research And Develoment* Sugiyono (2014:298), dalam penelitian ini penulis melakukan sebuah penelitian pengembangan yang terfokus pada latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling*.

B. Rancangan Penelitian

Rancangan Rancangan penelitian adalah tahapan atau rencana tentang bagaimana proses pengumpulan data yang objek sehingga data yang diperoleh sesuai dengan standar penelitian sehingga dengan literatur dan mempunyai nilai kepercayaan yang tinggi. Dalam penelitian ini peneliti memilih rancangan yang penulis pilih merupakan langkah- langkah penelitian pengembangan (Sugiyono, 2014:298) yaitu 1 Observasi, 2) Potensi dan Masalah, 3) Desain Produk, 4) validasi Desain Produk, 5), Revisi Desain, 6) Revisi Produk 7), ujucoba produk 8) Hasil Produk. 9) Produk asal

Adapun Gambar Rancangan Penelitian Dapat Dilihat Pada Gambar berikut ini:



Kerangka Kerja Penelitian *Research And Development*

A. Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi

Populasi adalah jumlah wilayah generalisasi yang terdiri atas, obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulan Sugiyono, (2014:74) berdasarkan pendapat tersebut dapat dijelaskan bahwa populasi bukan saja orang tetapi juga objek atau benda-benda alam yang lain, tetapi yang menjadi fokus penelitian ini adalah orang yaitu atlet sepakbola Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation* Aceh yang berjumlah 80 orang.

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepakbola *Real Madrid Foundation* Aceh yang merupakan pemain tetap berjumlah dua belas orang. Dikarenakan populasinya tidak luas maka penulis mengambil seluruh populasi yang di jadikan sebagai sampel penelitian, di mana teknik pengambilan sampel ini di sebut teknik purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel bertujuan

yang mengambil sebagian sampel yang memiliki karekteristik yang penulis butuhkan. Adapun profil sampel yang dalam hal ini adalah keseluruhan atlet sepakbola *Real Madrid Foundation* Aceh secara jelas dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

b. Sampel

Sampel adalah bahagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi itu. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel bertujuan (*purposive sampling*), Sugiyono (2014:122) menjelaskan *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan pada strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu.

Dalam pengambilan sampel bertujuan terdapat syarat-syarat yang harus dipenuhi Arikunto (2002:128), yaitu:

1. Pengambilan sampel harus didasarkan ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.
2. Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi.
3. Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan.

Sehingga yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola *Real Madrid Foundation* Aceh, yang berjumlah 12 orang, dalam penelitian ini sampel sebagai ujicoba bentuk latihan yang dikembangkan.

B. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, yang menjadi instrumen penelitian adalah instrumen validasi yang digunakan untuk memvalidasi bentuk latihan. Peneliti menilai kualitas data, analisis data, melakukan pengumpulan data dan membuat kesimpulan atas temuannya. Adapun kisi-kisi instrumen validasi bentuk latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *baal feeling* yang terlampir.

C. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam proses penelitian ini menggunakan validasi ahli dan validasi uji coba produk yang dikembangkan dan dilanjutkan dengan pengumpulan data instrumen yaitu:

Latihan *rithmik* menggunakan *hullahop*, bertujuan untuk melenturkan pinggang dalam meningkatkan *ball feeling* siswa, lama durasi latihan selama satu menit, sampai dua kali pengulangan dengan istirahat satu menit..

- 1) Latihan *rithmik* menggunakan tali karet. Bertujuan untuk kelentukan dan kelincahan kaki dalam meningkatkan *ball feeling* siswa, lama durasi latihan selama satu menit, dengan hitungan 1 kali 8, istirahat satu menit, sampai dua kali pengulangan.
- 3) Latihan *rithmik* menggunakan lingkaran kecil bertujuan untuk melatih kelincahan saat menggiring bola dalam meningkatkan *ball feeling* siswa, lama durasi latihan selama satu menit, latihan dilakukan sebanyak dua kali dan istirahat 1 menit.
- 4) Latihan *rithmik* menggunakan kon untuk melatih dan melihat penguasaan bola saat menggiring bola, dalam meningkatkan *ball feeling* siswa, lama durasi latihan *rithmik* menggunakan kon selama satu menit, latihan dilakukan 2 kali pengulangan dan istirahat 1 menit.

Pengumpulan data dalam proses penelitian ini menggunakan validasi ahli dan validasi uji coba produk yang dikembangkan dan dilanjutkan dengan pengumpulan data instrumen yaitu:

1. Observasi

Observasi dilakukan untuk mengumpulkan informasi tentang pelaksanaan latihan *rithmik* pada pemain di Sekolah Sosial *Real Madrid Foundation Aceh*, untuk mengambil keputusan mengenai kriteria bentuk latihan untuk menentukan produk yang akan dikembangkan berupa bentuk latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *Ball Feeling* Siswa Sekolah *Real Madrid Foudation Aceh*.

2. Potensi dan Masalah

Sesuatu yang memiliki nilai tambah terhadap penyimpangan antara yang diharapkan dengan yang terjadi, bentuk latihan dalam penelitian ini adalah latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* oleh siswa Sekolah Sosial *Real Madrid Foundation Aceh*.

3. Desain Produk

Berdasarkan analisis kebutuhan sampai pada kajian teoritik maka langkah selanjutnya pembuatan produk awal pengembangan latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* dalam sepakbola. Untuk meningkatkan kemampuan menggiring *ball feeling* produk pengembangan ini dimulai dari membuat ruang lingkup. Adapun isi dalam pengembangan produk terdiri dari:

- a. kajian teoritis sebagai landasan dalam pembuatan model latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* dalam sepakbola.
- b. bentuk bentuk model latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan menggiring dalam sepakbola.

4. Validasi Ahli

Bentuk latihan yang sudah dihasilkan melalui proses desain, produk tersebut divalidasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang penelitian. Untuk memvalidasi produk yang dihasilkan, dilibatkan 3 orang ahli pembelajaran dan pelatihan sepakbola yang berasal dari dosen dan pelatih sepakbola, yaitu: Dr. Miskalena, M.Kes, Dr. Nyak Amir, M.Pd dan Dr. Saifuddin, M.Pd. Validasi dilakukan dengan memberi draf produk bentuk latihan *rithmik* menggunakan alat dengan disertai lembar evaluasi untuk ahli, lembar evaluasi berupa kuisioner yang berisi aspek kualitas bentuk latihan dan saran serta komentar dari ahli. Hasil evaluasi berupa nilai untuk aspek kualitas bentuk latihan dengan menggunakan skala likert 1-5

5. Revisi Desain

Setelah dilakukan validasi maka peneliti melakukan revisi apabila terdapat kekurangan maka peneliti yang akan memperbaiki, .

6. Revisi Produk

Produk direvisi sesuai dengan masukan dan arahan yang telah di berikan oleh para ahli untuk selanjutnya diujicoba.

7. Uji Coba Pemakaian Produk

Setelah produk divalidasikan oleh para ahli selanjutnya bentuk latihan *rithmik* menggunakan alat yang dikembangkan akan diujicoba langsung pada pemain, masukan yang berupa saran dan komentar para ahli pada produk bentuk latihan *rithmik* menggunakan alat yang dikembangkan sangat diperlukan untuk revisi dan perbaikan sehingga memperoleh hasil bentuk latihan *rithmik* menggunakan alat dalam meningkatkan *ball feeling* yang baik.

8. Hasil Produk

Setelah semua data diperoleh dari hasil penelitian pengembangan latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling*, kemudian peneliti melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing tentang data yang diperoleh. Setelah semua data terkumpul dan di setujui dosen pembimbing, kemudian peneliti melakukan pengolahan data dengan menggunakan rumus statistik SPSS yang ber tujuan untuk mengetahui *ball feeling* Siswa *Real Madrid Foundation* Aceh (Sugiyono 2007:308), menyatakan bahwa; “pengumpulan data dapat dilakukan dengan berbagi setting berbagai sumber dan berbagai cara, bila settingnya dapat dilihat maka data dapat dikumpulkan secara alamiah”. Pernyataan di atas juga merupakan suatu kajian tentang pengumpulan data langsung dari sumber

kepada peneliti. Lebih lanjut lagi Nasution (1992:54), menyatakan bahwa: “peneliti bertindak sebagai instrumen atau peneliti sebagai alat penelitian utama yang terjun langsung ke lapangan. Dengan demikian pelaksanaan penelitian ini dengan menggunakan langkah instrumen validasi pengembangan bentuk latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa *Real Madrid Foundation* Aceh.

9. Produk Massal

Apabila produk yang telah dinyatakan efektif dan layak untuk produksi massal atau di pasarkan. pengembangan produk yang di revisi.

Berdasarkan uraian diatas dapat di simpulkan sebagai berikut: pengembangan instrumen Dalam penelitian kualitatif, yang menjadi instrumen penelitian adalah instrumen yang digunakan untuk memvalidasi pengembangan latihan yang berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, menilai kualitas data, analisis data, melakukan pengumpulan data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya.

D. Teknik Analisis Data

Analisis dimulai sejak merumuskan dan menjelaskan, sebelum terjun ke lapangan dan berlangsung terus sampai penulisan hasil penelitian (Sugiyono, 2012:245). Data kuantitatif dalam melakukan penyebaran angket dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif dengan menggunakan persentase. Untuk lebih jelas tentang analisis data dapat diketahui sebagai berikut:

a. Validasi

Validitas berasal dari kata valid yaitu sah. Selain itu validitas juga sering dikatakan dengan arti tepat. Validitas adalah tingkat keandalan dan kesahihan alat ukur yang digunakan. Dalam suatu penelitian instrumen dikatakan valid apabila menunjukkan alat ukur yang dipergunakan untuk mendapatkan data itu valid dan dapat digunakan dalam mengukur sesuatu yang akan diukur. Validitas pada dasarnya adalah kemampuan alat ukur untuk dapat mengukur apa yang seharusnya diukur, sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mampu mengukur secara tepat terhadap apa yang semestinya diukur (Amir, 2010:11-12).

Validitas sebuah instrumen merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi sebelum dilakukan penelitian agar menyatakan bahwa alat ukur tersebut benar-benar mengukur apa yang harus diukur. Prosedur dalam pengembangan latihan menggiring *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation* di Kota Banda Aceh yang melibatkan siswa diharapkan mampu mengarahkan alat ukur penelitian ini akan memiliki tingkat validitas yang tinggi, sehingga dapat digunakan untuk mengukur pengembangan bahan ajar materi lari untuk Sekolah Dasar. Setelah butir-butir skala pengembangan model pembelajaran atletik nomor lari diperoleh dan dilengkapi dengan kalimat pernyataan, selanjutnya butir-butir tersebut diuji tingkat validitasnya. Prosedur pengembangan latihan menggiring *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation* di Kota Banda Aceh dilakukan melalui tahap pengujian validitas konstruk melalui analisis butir untuk melihat sejauh mana validitas sebuah instrumen. Data yang diperoleh dianalisis untuk mengetahui tingkat validitas suatu instrumen penelitian. Validitas yang akan digunakan adalah validitas konstruk, digunakan variabel pengembangan latihan menggiring *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation* di Kota Banda Aceh dengan langkah- langkah yang dilakukan yaitu menganalisis unsur- unsur yang menjadi bangunan dari konstruk dan isi dari masing- masing komponen pengembangan tersebut.

b. Reliabilitas

Kata reliabilitas berasal dari bahasa Inggris, yaitu *reliability* yang artinya dapat dipercaya. Seseorang dikatakan dapat dipercaya apabila seseorang tersebut selalu berbicara konsisten, tidak berubah-ubah substansi pembicaraannya dari waktu ke waktu (Amir, 2010:12). Menurut Verducci (1980:59) menjelaskan bahwa, ciri kedua yang esensial dalam pengembangan alat ukur adalah reliabilitas. Analisis reliabilitas bertujuan untuk melihat tingkat ketepatan alat yang digunakan, dalam penelitian ini reliabilitas dianalisis dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Prosedur pengembangan latihan menggiring *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation di Kota Banda Aceh diharapkan dapat mengarahkan alat ukur penelitian ini memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi sehingga dapat digunakan untuk mengukur pengembangan bahan ajar materi lari Pelaksanaan semua analisis di atas menggunakan program komputer dengan *Statistical Package for Social Science (SPSS)*.

Penjelasan Sugiyono (2014:136) bahwa teknik analisis data dilakukan sebagai berikut :

- (1) Mencari jumlah skor kriteria, yaitu 4 (empat) kali banyaknya indikator penilaian yang dikembangkan, dimana 4 adalah skor tertinggi
- (2) Membuat rentang interval dari skor kriteria menjadi 4 (empat) kategori yaitu sangat kurang, kurang baik, baik dan sangat baik
- (3) Menentukan jumlah skor hasil pengumpulan data
- (4) Menentukan posisi jumlah skor secara kontinu pada interval
- (5) Menentukan persentase hasil total penyebaran angket, sehingga memunculkan kesimpulan yang sebenarnya

Penyebaran angket pada responden dianggap positif dan mempunyai respon tinggi atau rendah, jika rata-rata jumlah skor hasil perhitungan terletak pada interval klasifikasi skor yang telah ditetapkan. Produk pengembangan model tes kebugaran jasmani dianggap positif atau diterima jika rata-rata jumlah skor hasil penghitungan secara statistik terletak pada interval klasifikasi baik atau sangat baik.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Validitas Instrumen

Hasil pengujian Uji validitas instrumen pengembangan latihan *rhythmic* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation Aceh 2016. Amir, (2010:11-12) mengemukakan bahwa validitas pada dasarnya adalah kemampuan alat ukur untuk dapat mengukur apa yang seharusnya diukur, sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mampu mengukur secara tepat terhadap apa yang semestinya diukur. Uji Validitas merupakan hasil perhitungan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat keabsahan suatu alat ukur penelitian Arikunto, (1995: 63-69 dalam Ridwan, 2010:109). Validitas instrumen digunakan untuk mengetahui kelayakan suatu butir-butir dalam satu daftar konstruk item pernyataan dalam mendefinisikan suatu variabel Nugroho, (2005:67). Hasil perhitungan validitas item pernyataan dengan menggunakan program *Statistical Package for Social Science*, (SPSS 20.0) kesahihan item pernyataan dianut pendapat Sugiyono, (2012:16) yaitu: 0.030 bahwa tingkat sehingga suatu instrumen tersebut dikatakan valid. Secara teknis valid tidaknya suatu butir pernyataan dinilai berdasarkan kedekatan

jawaban responden pada pernyataan tersebut dengan jawaban responden pada pernyataan lainnya. Nilai kedekatan jawaban responden diukur menggunakan koefisien korelasi, yaitu melalui nilai korelasi setiap butir pernyataan dengan total butir pernyataan lainnya. Butir pernyataan dinyatakan valid jika memiliki nilai koefisien korelasi lebih besar atau sama dengan 0,30 Berdasarkan hasil pengolahan data yang terkumpul, diperoleh dalam pengembangan latihan *rhythmic* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation Aceh 2016 adalah sebagai berikut:

Berdasarkan Instrumen pengembangan latihan *rhythmic* menggunakan *hullahop* model pengembangan pertama dalam latihan *rhythmic* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation Aceh 2016 yang terdiri dari 20 item pernyataan ternyata semuanya sah, kesahihan butir berdasarkan ketentuan yang telah ditetapkan yaitu 0.030 ke 20 item instrumen yang layak diikuti sertakan dalam model latihan *rhythmic* menggunakan *hullahop*.

Berdasarkan Instrumen pengembangan latihan *rhythmic* menggunakan tali karet adalah model pengembangan kedua dalam latihan *rhythmic* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation Aceh 2016 yang terdiri dari 20 item pernyataan ternyata semuanya sah, kesahihan butir berdasarkan ketentuan yang telah ditetapkan yaitu 0.030 ke 20 item instrumen yang layak diikuti sertakan dalam model latihan *rhythmic* menggunakan tali karet Berdasarkan Instrumen pengembangan latihan *rhythmic* menggunakan lingkaran kecil adalah model pengembangan ketiga dalam latihan *rhythmic* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation Aceh 2016 yang terdiri dari 20 item pernyataan ternyata semuanya sah, kesahihan butir

berdasarkan ketentuan yang telah ditetapkan yaitu 0.030 ke 20 item instrumen yang layak diikuti sertakan dalam model latihan *rithmik* menggunakan lingkaran kecil

Berdasarkan Instrumen pengembangan latihan *rithmik* menggunakan kon adalah model pengembangan keempat dalam latihan *rithmit* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation Aceh* 2016 yang terdiri dari 20 item pernyataan ternyata semuanya sah, kesahihan butir berdasarkan ketentuan yang telah ditetapkan yaitu 0.030 ke 20 item instrumen yang layak diikuti sertakan dalam model latihan *rithmik* menggunakan kon.

B. Pembahasan

Proses pengembangan latihan power otot tungkai melalui latihan naik turun bukit pada atlit sepak takraw Kabupaten Bener Meriah. Dari dua tahapan proses yang di lakukan di antaranya 1. Validasi ahli, 2. Validasi uji coba instrumen bentuk latihan power otot tungkai dengan latihan melalui naik turun bukit pada atlet sepak takraw yang akan dikembangkan dan diujicoba, kemudian hasil dianalisis dengan pengujian validitas dan reliabilitas. Hasil pengujian validitas, reliabilitas dari empat bentuk latihan power otot tungkai melalui latihan naik turun bukit akan dijelaskan sebagai berikut.

1. Validitas

Berdasarkan hasil pengujian data pada bab hasil penelitian, yang terdiri dari empat model latihan dalam bentuk latihan *rithmit* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* dalam permainan sepak bola yang masing-masing latihan memiliki butir pernyataan latihan yang pertama menggunakan *hullahop* berjumlah 20 butir pernyataan, 20 butir pernyataan di bentuk latihan kedua menggunakan tali karet, 20 butir pernyataan di bentuk latihan ketiga menggunakan lingkaran kecil, serta 20 butir pernyataan di bentuk latihan yang keempat menggiring bola menggunakan kon ternyata dari keempat model latihan dalam latihan *rithmit* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa sekolah sosial olahraga *Real Radrid foundation* memiliki tingkat kehandalan atau validitas yang sangat tinggi dengan indeks skor sebesar 0,993 hal ini mengacu pada kriteria yang dikemukakan oleh Morehouse, Stull dan Bergemen dalam Sugiyono, (2012:172-173) bahwa 000-±. 200 derajat validitas sangat rendah, 200- ± 400 derajat validitas rendah, 400± 600 validitas sedang, 600 ± 800 derajat validitas tinggi dan 800 ± 1000 derajat validitas sangat tinggi, selain itu juga terdapat hasil nilai validitas yang paling kecil, butir pernyataan yang memiliki tingkat validitas paling kecil adalah item instrumen nomor 6 Model latihan *rithmik* menggunakan *hullahop* dan diiringi dengan irama peluit yang dikembangkan disesuaikan dengan gerakan siswa yaitu sebesar 0,143 yang terdapat pada model latihan *Rithmik* Menggunakan *Hullahop* sedangkan item yang tingkat validitas paling besar terdapat pada item instrumen nomor 8 Latihan menggiring bola dengan menggunakan kon yang sudah lazim digunakan dalam latihan sepakbola membuat siswa lebih paham dalam melakukan gerakan menggiring yaitu sebesar 0,998 yang terdapat pada model latihan *rithmik* menggunakan kon. Berdasarkan model latihan yang dikembangkan dalam meningkatkan *ball feeling* Siswa Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation Aceh* ternyata memiliki tingkat validitas yang sangat tinggi.

2. Reliabilitas

Pengujian reliabilitas pengembangan latihan *rithmit* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa sekolah sosial olahraga *Real Madrid Foundation* yang memiliki 4 model latihan ternyata memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi, hal ini dapat kita lihat dengan diperoleh harga *rhitung* sebesar 0,359 sampai dengan 0,627. Sedangkan disyaratkan lebih besar dari 0.300, hal ini mengacu pada kriteria yang dikemukakan Moerehouse, Stull dan Bargemen dalam sugiyono bahwa. 000-±.200 derajat reliabilitas sangat rendah, 200- ± 400 reliabilitas derajat rendah, 400- ± 600 derajat reliabilitas sedang, 600- ± 800 derajat reliabilitas derajat tinggi dan 800- ± 1000 derajat reliabilitas derajat sangat tinggi. latihan *rithmit* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa sekolah sosial olahraga *Real Madrid Foundation* paling kecil terdapat pada model latihan *rithmik* menggunakan kon dengan indeks skor nilai seesar 0,359, sedangkan bentuk latihan yang memiliki tingkat reliabilitas paling besar terdapat pada model latihan *rithmik* menggunakan lingkaran kecil dengan indeks skor nilai sebesar 0,627.

Secara keseluruhan latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa sekolah *Real Madrid Foundation* dalam permainan sepak bola yang memiliki empat model latihan memiliki tingkat validitas sangat tinggi serta tingkat reliabilitas tinggi sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu bentuk latihan dalam permainan sepak bola yang ada di sekolah sepakbola *Real Madrid Foundation Banda Aceh* khususnya dan pada tim-tim sepak bola yang ada di Provinsi Aceh umumnya.

Rentang validitas yang sedang serta memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi dianggap wajar, karena proses tahapan pengembangan latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* ini benar-benar dilakukan dengan melibatkan pakar pendidikan olahraga langsung. Hasil persentase sumbangan konstruk model latihan *rithmik* menggunakan alat dalam permainan sepak bola bila diurutkan, yaitu 20 %

pada model latihan *rithmit* yang pertama menggunakan *hullahop*, 20% pada model latihan yang kedua menggunakan tali karet, 20% pada model latihan yang ketiga menggunakan lingkaran kecil, serta 20% pada model latihan yang keempat menggiring bola menggunakan kon.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam bab pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti dari hasil penelitian yang sudah dibahas dalam bagian analisis dan pembahasan maka penulis menyimpulkan. Pengembangan latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation Aceh* 2016 yang memiliki empat model pengembangan latihan *rithmit* yang terdiri dari

1. Dari hasil Skala latihan *rithmik* menggunakan alat semua dapat diikutsertakan dalam skala latihan *rithmik* karena memiliki tingkat kesahihan yang sangat tinggi dengan perolehan nilai validitas 0.993 sehingga dapat digunakan untuk latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa Sekolah Sosial Olahraga *Real Madrid Foundation Aceh*
2. Memiliki tingkat kehandalan reliabilitas yang sangat tinggi dengan perolehan poin indeks skor 0,627 dari perolehan hasil keduanya dapat digunakan dalam pengembangan latihan *rithmik* menggunakan alat untuk meningkatkan *ball feeling* siswa *Real Madrid Foundation Aceh*.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, Nyak (2010). *Pengukuran Dan Evaluasi Kinerja Olahraga*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Agussalim, 2008. *Buku Pintar Manfaat Sepakbola, dan Keterampilan Bermain Sepakbola*. Jawa Barat: Nuansa-Bandung.
- Ardi Nusri 2002. *Panduan Latihan Sepak Bola Andal*. Jakarta:PT Sunda Kelapa Pustaka.
- Agus Mahendra. (2005) *Pembelajaran Permainan Senam*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Anin Rukmana. (2010) *Penyuluhan Tentang Pelajaran Aktivitas Rithmik Terstruktur Bebas Pada Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Se Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang*. Jurnal Penjas UPI. Him. 1-15
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Alim, Sumarno. (2012). *Belajar, Mengajar, dan Pembelajaran*. <http://Blog.elearning.unesa.ac.id/alim-sumarno/perbedaan-penelitian-dan-pengembangan>
- Bompa, Tudor.O.(1994). *Theory and Metodologi of training* . Toronto Kendal/ hunt Publishing Company.
- Borg, Walter., and Gall, 1983. *Educational Reserach And Introductions*. New York: Longman.
- Coerver, Wiel. 1985. *Sepakbola, Program Pembinaan Pemain Ideal. Alih Bahasa Kadir Yusuf*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Dedi Saputra, Zulheri Is, 2020. Analisis Teknik Dan Kecepatan Menyundul Bola Pada Pemain Sepakbola PPLP Aceh, *Jurnal Penjaskesrek* Vol. xx, No. xx, April 2020
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Panduan Latihan Kebugaran Yang Efektif dan Aman*. Yogyakarta: Lukaman Offet
- Devaney, J. (1986). *Rahasia Para Bintang Sepakbola*. Semarang: Dahara Prize.
- Degeng, 2002. *Pengertian Pengembangan R & D* Jakarta: Erlangga
- Dian, Sucipto. (2000). *Olahraga Beregu Bola Besar (Sepakbola)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Depdikbud. 1994. *Model-Model Pembelajaran Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan Nasional*. Jakarta. PGSM.
- Eric, C. Batty. 2008. *Latihan Metode Baru Sepakbola Serangan*. Bandung: Pionir Jaya.
- F. Suharjana. (2001). *Aktivitas Rithmik Dalam Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* (Nomer 2 tahun 2009) Hal 28- 35
- Fleck, Tom. 2007. *Panduan Latihan Sepak Bola Andal*. Jakarta:PT Sunda Kelapa Pustaka.
- Gifford 2007 *Panduan Latihan Sepak Bola Dan Teknik* . Jakarta:PT Sunda Kelapa Pustaka.
- Gay. LR.1990. *Raseash in Education*. New Yok: McGraw-Hill Book Company
- Google. 2013. Wikipedia, *Good Caharacter, Adaptasi dan Bobby De Porter*. Browsing Mengenai Gambar, Lapangan Dalam Bermain Sepakbola Versi Terbaru, Solo: Gedung LPPM-LPP, UNS.

- Harvey, G. 2003. *Model Teknik Menggiring Bola*. Nuansa Press. Bandung.
- Herwin, dkk (2004). *Metode Small side Game dalam pembelajaran Keterampilan dasar permainan sepakbola*. Laporan Penelitian. Yogyakarta: FIK UNY.
- Harsono. (1982). *Ilmu Coaching*. Jakarta: KONI Pusat
- Koger Robert, dalam Arif Subiyanto. 2007. *Latihan Dasar Andar Sepakbola Remaja Macanan Jaya Cemerlang*. Yogyakarta
- Kushandoko, 2002. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Bandung. CV. Rosda Karya.
- Luxbacher, J.A, (2001). *Teknik Dasar Mengoper (Passing) dalam Sepakbola*. Canada.
- Mielky, Danny. 2007, *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Mahendra, Agus. 2003. *Kerangka Berpikir dan Rancangan Pengembangan Dalam Penelitian R and D*. Bandung: Alfabeta.
- Maksum , Ali. 2009. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.
- Mutalib, P. (1984). *Mengukur Kemampuan Fisik Pengolahan secara Sederhana*. Jakarta.
- Muariffin, 2003. *Bentuk — Bentuk Olah Bola*. CV. Rosda Karya. Bandung.
- Micheal, J. Alter. 1996. *300 Teknik Peregangan Olahraga (alih bahasa Jamal Khabib)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Moleong, 2002. *Teknik Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif*. Inna Publikatama. Jakarta.
- Nossek, Y. 1982. *General Theory of Training*. Logos: National Institute For Sport.
- Nala, IGN. (1992). *Prinsip Pelatihan Olahraga (Monograf)*. Denpasar: Program Study Fisiologi Olahraga Program Pasca Sarjana Universitas Udayana.
- Poerwadarminta, W.J.S (2002). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Erlangga .
- Remy Muchtar 1989. *Panduan Latihan Sepak Bola Andar*. Jakarta: PT Sunda Kelapa Pustaka.
- Saiuddin. (200) *Dikutip dari disertasi Keterampilan Dasar Bermain Bola*. Jakarta: Program Pasca Sarjana UNJ
- Seowarno. (2001). *Gerak dasar dan Teknik dasar sepakbola*. Yogyakarta: FIK UNY
- Soedjono. (1985). *Sepakbola teknik Dan kerjasama* yogyakarta: PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat
- Sugiyono. (2011). *Sepakbola Taktik Dan Kerjasama*. Yogyakarta: PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat.
- Sudjana, 2000. *Statistika dalam Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. CV. Rosda Karya. Bandung.
- Sukmadinata. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta : Depdiknas.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno, H.P. (1993). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT. Karya Ilmu.
- Sukadiyanto. (2002). *Pengantar Teori Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta. Fakultas Ilmu keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta
- Sarupeat. (1992). *Permainan dasar*, Padang: Depdikbud.
- Tarigan, (2001). *Model Keterampilan Menggiring Bola*. CV. Diva Press. Yogyakarta.
- Wilmore, dalam Harsono. (1998). *Prinsip-Prinsip Individualis dalam Latihan Sepakbola*. Bandung. Alfabeta.
- Winarno, (2007). *Kuisisioner Campuran dalam Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* Inna Publikatama. Jakarta.
- Widdows and Buckle. (1981). *Model Gerak Tipu dalam Sepakbola*. CV. Rosda Karya. Bandung.
- Wiryokusumo, Iskandar. (2011). *Dasar- Dasar Pengembangan Kurikulum*. Jakarta: Bina Aksara