



EFEK LATIHAN *DRIBLE SKILL* DALAM PENINGKATAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAIN SEPAK BOLA ANAK UMUR 13-15 TAHUN

Humaedi

Universitas Tadulako

(email : hum771@gmail.com)

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima Juni 2022

Disetujui Juni 2022

Dipublikasikan Juni 2022

Keywords:

Drible skill, sepak bola, menggiring, olahraga, latihan

Abstrak

Olahraga sepakbola sebagai olahraga favorit menjadikan olahraga tersebut selalu menjadi perhatian masyarakat, baik dari bagaimana pemain bermain dilapangan maupun bagaimana mereka melatih skillnya. Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen semu. Sampel merupakan bagian yang diambil dari jumlah populasi yang berjumlah 24 orang. Adapun teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus uji-t (uji perbedaan). Berdasarkan hasil dari analisis yang dilakukan didapatkan bahwa, pencapaian nilai thitung = 17,69 > t tabel = 2,201 pada d.f (derajat kebebasan) adalah $N - 1 = 12 - 1 = 11$ dengan nilai peningkatan sebesar 17%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa, metode latihan dribble skill dapat digunakan dalam melatih keterampilan dan kemampuan menggiring khususnya dalam permainan sepak bola.

Abstract

The sport of football as a favorite sport makes this sport always a public concern, both from how the players play in the field and how they train their skills. The problem in this study is the low level of dribbling ability in soccer games for seventh grade students of SMP Negeri 1 Sirenja. This research uses quantitative methods with the type of quasi-experimental research. The sample is the part taken from the total population of 24 people. The sampling technique is purposive sampling. The data analysis technique in this study used the t-test formula (difference test). Based on the results of the analysis carried out, it was found that the achievement of the tcount = 17.69 > ttable = 2,201 in d.f (degrees of freedom) was $N - 1 = 12 - 1 = 11$ with an increase of 17%. So it can be concluded that the dribble skill training method can be used in training skills and dribbling abilities, especially in soccer games.

e-ISSN 2581-0383 (online)

p-ISSN 2337- 4594 (cetak)

PENDAHULUAN

Olahraga sepak bola merupakan olahraga yang telah memasyarakat dan banyak digemari di seluruh negara di dunia umumnya. Di Indonesia dan masyarakat khususnya sudah mengenal permainan sepak bola ini baik pria, wanita, tua ataupun muda bahkan anak-anak usia Sekolah Dasar ini semua dibuktikan dengan banyaknya lapangan yang digunakan, baik berupa sawah-sawah lapangan kasar bahkan di jalan-jalan (Aip Saripudin, 1997).

Dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan bermain sepak bola tidak cukup hanya dengan kegemaran dan kesenangan akan tetapi banyak faktor yang harus dilatih dan diolah baik fisik maupun mental. Salah satu unsur yang perlu dilatih dalam permainan sepak bola adalah cara mendribel atau menggiring bola. *Drible Skill* atau teknik menggiring bola dalam permainan sepak bola sangatlah penting.

Jika seseorang mampu menggiring bola dengan baik maka di senyalir dapat melewati lawan dengan mudah. *Drible Skill* pada seorang pemain sepak bola memiliki tujuan melewati lawan, mencari kesempatan memberikan bola kepada teman dengan tepat, serta menahan bola tetap dalam penguasaan.

Ketika memulai mempersiapkan diri bertanding sepak bola, keterampilan utama yang pertama kali membuat terpacu dan merasa puas adalah keterampilan melakukan dribbling. Dribbling dalam permainan sepak bola didefinisikan sebagai penguasaan bola

dengan kaki saat bergerak di lapangan permainan. Dribbling adalah keterampilan dasar dalam sepak bola karena semua pemain harus menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan ataupun tembakan (Priyo Utomo et al., 2021)

Mencermati kemajuan perkembangan sepak bola dewasa ini, dari tahun ke tahun mengalami perkembangan dari segi bentuk dan pola permainan. Ditandai dengan beragamnya pola permainan yang dikembangkan oleh para pelatih dan pembina sepak bola. Walaupun sudah merata dan berkembang sampai ke pelosok tanah air, namun prestasi persepakbolaan kita belum mampu memberikan dan menghasilkan prestasi yang kita harapkan.

Terkhusus lagi perkembangan sepakbola di Sulawesi Tengah secara umum dan khususnya di Kabupaten Donggala, prestasinya belum begitu menggemakan bila dibandingkan dengan prestasi Provinsi-provinsi tetangga kita, seperti Sulawesi Selatan, Sulawesi Utara, dan Gorontalo. Oleh karena itu, untuk perkembangan sepakbola kedepannya perlu adanya pembinaan sejak usia dini, sebab pada anak usia Sekolah Dasar komponen tubuh masih muda untuk dilatih dan diolah.

Karena begitu pentingnya permainan sepakbola dalam perkembangan olahraga Indonesia, maka permainan sepakbola merupakan salah satu bagian dari mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) yang diajarkan di

sekolah mulai dari Sekolah Dasar sampai pada Sekolah Menengah Atas atau yang setingkatnya bahkan sampai pada Perguruan Tinggi.

Pembinaan sepakbola di sekolah-sekolah khususnya pada jenjang umur 13 – 15 tahun hendaknya semakin digalakkan seperti yang dilakukan di SMP 1 Sirenja Kabupaten Donggala sudah dilakukan pembinaan dan sarana pembelajaran sebagai unsur pendukung, maupun mekanisme latihan yang telah disiapkan, termasuk dalam mempersiapkan siswa dalam menghadapi pertandingan olahraga setingkat SMP, namun siswa-siswa SMP Negeri 1 Sirenja masih kalah bersaing dengan sekolah-sekolah lainnya yang berada di Kabupaten Donggala.

Selama peneliti memantau di lapangan SMP Negeri 1 Sirenja, fakta yang terjadi hampir setiap hari di waktu istirahat dan waktu luang digunakan anak-anak bermain sepak bola. Namun, pada kenyataannya masih terdapat beberapa siswa dalam permainan sepak bola memiliki kemampuan kurang dalam melakukan *dribble*, ini menandakan bahwa ada faktor yang mempengaruhi terhadap keterampilan tersebut.

Berdasarkan pengamatan penyebab yang paling dominan kurangnya keterampilan siswa dalam menggiring bola adalah dari siswa itu sendiri, disamping itu juga peneliti melihat di lapangan bahwa kemampuan siswa khususnya dalam menggiring bola masih kurang rileks, kurang hati-hati, kurang cepat,

dan terkadang bola terlepas dari jangkauan kaki siswa. Salah satu penyebab masalah ini adalah kurangnya pemberian latihan yang memfokuskan siswa pada kecepatan dan keseimbangan. Dengan memperhatikan uraian tersebut, jelaslah terlihat bahwa kemampuan siswa dalam bermain sepak bola khususnya dalam penguasaan menggiring bola perlu ditingkatkan, hal fisiologi pun kedepan perlu diperhatikan yang terdiri kadar asam laktat yang akan berpengaruh terhadap daya tahan (Bahri dkk., 2019)

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan melihat pengaruh *dribble skill* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja Kabupaten Donggala.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari “sesuatu” yang dikenakan pada subjek selidik (Arikunto, 2006)

Pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif (Winarno, 2011). Pendekatan ini digunakan karena peneliti hendak menyelidiki dan ingin mendeskripsikan pengaruh *dribble skill* terhadap peningkatan kemampuan menggiring. "Desain penelitian ini adalah *Control Groups Pretest-Posttest Design*, yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan (Hermawan, 2019)

Populasi

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 354 orang. Mekanisme penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling (Siyoto & Sodik, 2015) dengan kriteria sebagai berikut 1) siswa aktif dalam ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Sirenja, 2) memiliki umur dalam rentang 13-15 tahun, 3) bersedia menjadi sampel dalam penelitian yang dilakukan.

Berdasarkan kriteria tersebut maka didapatkan jumlah sampel sebanyak 24 orang. Mekanisme pembagian kelompok sampel eksperimen dan control dilakukan dengan teknik *ordinal pairing* (Akhmad & Suriatno, 2021). Seluruh sampel akan melakukan pretest yang sama kemudian ditentukan kelompoknya berdasarkan hasil tes yang telah diperingkatkan atau dirangking sehingga menjadi dua kelompok yakni kelompok A diberi perlakuan latihan dribble skill dan kelompok B tidak diberi perlakuan atau sebagai kelompok kontrol.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik atau cara pengambilan data penelitian dilakukan sebanyak 16 kali perlakuan (treatment). Hal ini sesuai yang dikemukakan oleh (Buan & Falaahudin, 2021) bahwa proses latihan selama 16 kali sudah dapat dikatakan terlatih, sebab sudah ada perubahan yang menetap.

Mekanisme pengukuran kemampuan menggiring bola dilakukan dengan menggunakan teknis tes yang dikembangkan oleh (Nurhasan, 2020)

Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan beberapa tahapan dimulai dari 1) uji persyaratan analisis, 2) uji deskriptif dan 3) uji t tes dengan menggunakan teknik analisis *paired sampel t test*. (Berger & Zhou, 2014)

HASIL

1) Deskripsi Data Kelompok Eksperimen

Pada tahap ini akan membahas tentang rata-rata sampai dengan simpangan baku (*std. deviasi*) yang diperoleh dari hasil tes kemampuan menggiring bola yang dilakukan pada kelompok eksperimen dengan penerapan latihan *dribble skill*. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan perhitungan secara manual, selanjutnya gambaran data dari hasil penelitian dapat dilihat pada Lampiran tabel Data Kemampuan Menggiring Bola Kelompok Eksperimen

Dari hasil data kemampuan menggiring bola pada tes awal dari kelompok eksperimen dengan pemberian latihan *dribble skill* dengan jumlah sampel sebanyak 12 orang, didapatkan jumlah sebesar 387.22, rata-rata sebesar 32.27, simpangan baku (*std deviasi*) sebesar 1,86812.

Sedangkan data tes akhir kelompok eksperimen dengan pemberian latihan *dribble skill* dengan jumlah sampel sebanyak 12 orang, didapatkan jumlah sebesar 330.13, rata-rata sebesar 27.51,

simpangan baku (*std deviasi*) sebesar 1,00536 dengan nilai peningkatan dari tes awal ke tes akhir setelah pemberian latihan *dribble skill* sebesar 17%.

2) Deskripsi Data Kelompok Kontrol

Pada tahap ini akan membahas tentang rata-rata sampai dengan simpangan baku (*std. deviasi*) yang diperoleh dari hasil tes kemampuan menggiring bola yang dilakukan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan perhitungan secara manual, selanjutnya gambaran data dari hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran tabel Data Kemampuan Menggiring Bola Kelompok Kontrol.

Dari hasil data kemampuan menggiring bola pada tabel di atas, merupakan deskripsi data tes awal dari kelompok kontrol dengan jumlah sampel sebanyak 12 orang, didapatkan jumlah sebesar 385.92, rata-rata sebesar 32.16, simpangan baku (*std deviasi*) sebesar 1,97598. Sedangkan data tes akhir kelompok kontrol dengan jumlah sampel sebanyak 12 orang, didapatkan jumlah sebesar 367.90, rata-rata sebesar 30.66, simpangan baku (*std deviasi*) sebesar 1,93133 dengan nilai peningkatan dari tes awal ke tes akhir tanpa pemberian latihan didapatkan sebesar 5%.

3) Uji Prasyarat Analisis

Dari hasil uji normalitas yang dilakukan dengan menggunakan rumus *one-*

sample kolmogorov-smirnov test, didapatkan nilai untuk tes awal kemampuan menggiring bola pada kelompok eksperimen berdistribusi normal dengan nilai *sig.* sebesar $0.998 > \alpha = 0.05$, dan untuk tes akhir kemampuan menggiring bola pada kelompok eksperimen berdistribusi normal dengan nilai *sig.* sebesar $0.963 > \alpha = 0.05$. Hasil tersebut menunjukkan nilai dari variabel kemampuan menggiring bola pada kelompok eksperimen dengan penerapan latihan *dribble skill* berdistribusi normal, dikarenakan nilai signifikansinya $>$ dari nilai $\alpha = 5\%$ (0.05).

Sedangkan uji normalitas pada kelompok kontrol didapatkan nilai tes awal kemampuan menggiring bola berdistribusi normal dengan nilai *sig.* sebesar $0.922 > \alpha = 0.05$, dan untuk tes akhir kemampuan menggiring bola juga berdistribusi normal dengan nilai *sig.* sebesar $0.301 > \alpha = 0.05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa, nilai dari variabel kemampuan menggiring bola pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan seperti kelompok eksperimen juga berdistribusi normal, dikarenakan nilai signifikansinya $>$ dari nilai $\alpha = 5\%$ (0.05).

4) Pengujian Perbedaan Rerata Kelompok Eksperimen (*Dribble Skill*)

Pengujian perbedaan dua rata-rata kelompok latihan antara data tes awal dan tes akhir dilakukan untuk mengetahui berpengaruh atau tidaknya penerapan latihan *dribble skill* terhadap kemampuan

menggiring bola. Adapun tahap pengujiannya dapat dilihat pada tabel di lampiran.

Dari hasil diperoleh jumlah dari keseluruhan tes awal sebesar 387,22 dan jumlah keseluruhan dari hasil tes akhir kemampuan menggiring bola sebesar 330,13, dengan nilai selisih atau $\sum d$ sebesar 57,09 dan nilai varian tes awal dan tes akhir atau $\sum d^2$ sebesar 9,5373. Tahap berikutnya dilanjutkan pada perhitungan dengan rumus *t-test* (uji beda).

Dari hasil analisis yang dilukukann dengan menggunakan rumus *t-test* seperti di atas, diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 17,69 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 2,201 atau ($t_{hitung} = 11,72 > t_{tabel} = 2,201$) pada d.f (derajat kebebasan) adalah $N - 1 = 12 - 1 = 11$. Sehingga dikatakan bahwa H_a diterima atau dengan kata lain, ada pengaruh latihan *dribble skill* terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja.

5) Pengujian Perbedaan Rerata Kelompok Kontrol

Pengujian perbedaan dua rata-rata kelompok latihan antara data tes awal dan tes akhir dilakukan untuk mengetahui berpengaruh atau tidaknya penerapan tanpa pemberian latihan terhadap kemampuan menggiring bola. Adapun tahap pengujiannya sebagai berikut.

Dari hasil keseluruhan tes awal sebesar 385,92 dan jumlah keseluruhan dari

hasil tes akhir kemampuan menggiring bola sebesar 369,90, dengan nilai selisih atau $\sum d$ sebesar 18,02 dan nilai varian tes awal dan tes akhir atau $\sum d^2$ sebesar 4,8362.

Dari hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan rumus *t-test* seperti di atas, diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 7,85 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 2,201 atau ($t_{hitung} = 7,85 > t_{tabel} = 2,201$) pada d.f (derajat kebebasan) adalah $N - 1 = 12 - 1 = 11$. Sehingga dapat dikatakan bahwa, terdapat pengaruh dari kelompok kontrol terhadap kemampuan menggiring bola.

6) Pengujian Perbedaan Rerata Kelompok Eksperimen & Kontrol

Dari hasil yang diperoleh jumlah dari keseluruhan tes akhir kelompok eksperimen sebesar 330,13 dan jumlah keseluruhan dari hasil tes akhir kelompok kontrol terhadap kemampuan menggiring bola sebesar 367,90, dengan nilai selisih atau $\sum d$ sebesar 37,77 dan nilai varian tes awal dan tes akhir atau $\sum d^2$ sebesar 10,5817.

Dari hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan rumus *t-test* seperti di atas, diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 11,13 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 2,201 atau ($t_{hitung} = 11,13 > t_{tabel} = 2,201$) pada d.f (derajat kebebasan) adalah $N - 1 = 12 - 1 = 11$. Sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja.

Perbedaan pengaruh dari kedua kelompok tersebut juga dibuktikan dengan pencapaian peningkatan persentase dimana nilai peningkatan yang dimiliki oleh kelompok eksperimen dengan penerapan latihan *dribble skill* adalah sebesar 17 %, sedangkan nilai peningkatan yang dimiliki oleh kelompok kontrol hanya sebesar 5%.

PEMBAHASAN

Pada tahap ini akan membahas hasil penelitian yang telah dianalisis sesuai dengan rumusan masalah dan hipotesis penelitian, selanjutnya pada tahap ini peneliti membahas dari hasil pengujian hipotesis penelitian yang menunjukkan bahwa, ada pengaruh latihan *dribble skill* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja. Pemberian latihan dengan metode atau bentuk seperti *dribble skill* bisa dijadikan sebagai salah satu bentuk atau metode latihan dalam meningkatkan unsur kondisi fisik khususnya terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan telah dianalisis membuktikan bahwa, siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja pada kelompok eksperimen dengan penerapan latihan *dribble skill* telah memberikan peningkatan atau pengaruh yang sangat baik atau signifikan. Peningkatan tersebut dapat dibuktikan dengan hasil analisis dengan menggunakan

uji beda atau rumus *t-test* dimana nilai $t_{hitung} = 17,69 > t_{tabel} = 2,201$ pada d.f (derajat kebebasan) adalah $N - 1 = 12 - 1 = 11$. Sehingga dikatakan bahwa H_a diterima atau dengan kata lain, ada pengaruh latihan *dribble skill* terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan latihan atau sebagai kelompok pembanding juga memberikan pengaruh dimana nilai $t_{hitung} = 7,85 > t_{tabel} = 2,201$ pada d.f (derajat kebebasan) adalah $N - 1 = 12 - 1 = 11$.

Melihat dari hasil pengujian kedua kelompok latihan dalam penelitian ini, disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok eksperimen dengan penerapan latihan *dribble skill* memberikan pengaruh yang lebih baik jika dibandingkan dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan pada sampelnya. Perbedaan pengaruh dari kedua kelompok tersebut dibuktikan dengan pencapaian nilai perbedaar rata-rata yang telah dianalisis didapatkan nilai t_{hitung} sebesar 11,13 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 2,201 atau ($t_{hitung} = 11,13 > t_{tabel} = 2,201$) pada d.f (derajat kebebasan) adalah $N - 1 = 12 - 1 = 11$. Sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan

(Prasetyo Utomo & Sudarmono, 2021) menyatakan bahwa, secara umum bahwa model latihan dribble sangat efisien dalam meningkatkan kemampuan dribble sampel dengan berbagai variasi latihan misalnya saja yang menjadi focus pada penelitian tersebut adalah variasi latihan dribble T dan zig zag.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dijelaskan di atas, disimpulkan bahwa dengan penerapan bentuk latihan *dribble skill* dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap kemampuan menggiring bola khususnya dalam permainan sepak bola. Sehingga melalui penelitian ini, bentuk latihan seperti *dribble skill* tersebut dapat digunakan sebagai salah satu bentuk latihan dalam permainan sepak bola.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa, ada pengaruh latihan *dribble skill* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sirenja. Dari hasil penelitian tersebut direkomendasikan kepada pelatih dan guru olahraga disekolah agar dapat menggunakan berbagai jenis latihan dalam meningkatkan kemampuan dribble siswa dalam permainan sepak bola terlebih pada jenis latihan *dribble skill*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip, Saripudin. 1997. Pokok-pokok Pengembangan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Depdikbud
- Akhmad, N., & Suriatno, A. (2021). Pengaruh Latihan 3 Cone Wall Passing dan “V” Roll To Gated Pass Terhadap Akurasi Passing Bawah. *Gelora : Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, 8(1), 29. <https://doi.org/10.33394/gjpok.v8i1.4184>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Bahri, S., I Sigit, J., & Ditia, Y. (2019). *Kadar Asam Laktat Hasil Metabolisme Anaerob Pada Atlet*.
- Berger, V. W., & Zhou, Y. (2014). Kolmogorov-Smirnov Test: Overview. In N. Balakrishnan, T. Colton, B. Everitt, W. Piegorisch, F. Ruggeri, & J. L. Teugels (Eds.), *Wiley StatsRef: Statistics Reference Online* (p. stat06558). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118445112.stat06558>
- Buan, M. R., & Falaahudin, A. (2021). Pengaruh Latihan Interval Terhadap Indeks Kelelahan Pemain Bulu Tangkis Pada Anak Usia 11-13 Tahun. *Jurnal Olympia*, 3(1), 18–25. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympi a.v3i1.1402>
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan, Kuantitatif, Kualitatif, dan Mixed Methode*. Hidayatul Quran Kuningan.

Nurhasan. (2020). *Tes dan pengukuran Pendidikan Olahraga*. UPI Press.

Prasetyo Utomo, T. R., & Sudarmono, M. (2021). Pengaruh latihan dribble zig- zag dan dribble-T terhadap kemampuan menggiring bola pemain sepak bola di SSB PUMA Kabupaten Demak tahun 2020. *Indonesia n Journal ForPhysica l Educa Tiona NdSport*, 2(1), 182–190.

Priyo Utomo, N., Indarto, P., & Universitas Muhammadiyah Surakarta. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87–94. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4578>

Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian* (1st ed.). Literasi Media Publishing.

Winarno. (2011). *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Media Cakrawala Utama Press.