

**PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP KEMAMPUAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA
SISWA KELAS XI SMA NEGERI 5 PALOPO**

**Muh. Saud Abdie, Irsan Kahar, Rasyidah Jalil
Universitas Muhammadiyah Palopo**

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola siswa XI di SMA Negeri 5 Palopo. Data diperoleh langsung dari hasil observasi dengan pihak-pihak yang terkait dari sampel yang diambil melalui teknik *purpose sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami peningkatan dalam tes ketepatan tendangan shooting. Hal ini dapat dilihat bahwa sebagian besar siswa memiliki skor selisih yang besar. Skor selisih tersebut diperoleh dengan mengurangkan skor *post-test* dengan skor *pre-test*. Dari 28 anak, hanya tiga anak yang tidak mengalami peningkatan ketepatan *shooting*.

Kata Kunci : permainan target, kemampuan *shooting*.

PENDAHULUAN

Latar belakang

Pertandingan sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri dari 11 pemain. Setiap tim mencoba untuk mencetak bola ke gawang lawan dan mencegah tim lawan mencetak atau mencetak gol. Menurut aturan, bola bisa diumpangkan ke segala arah. Kemampuan menembak ini bisa diasah dengan menggunakan metode latihan yang benar sehingga pemain bisa menguasai teknik ini dengan benar.

Salah satu syarat untuk dapat bermain sepak bola dengan baik adalah pemain harus menguasai keterampilan dasar sepak bola yang baik, karena pemain dengan keterampilan dasar sepak bola yang baik sering juga dapat bermain sepak bola. Ada beberapa keterampilan dasar sepakbola, seperti *stopping* (menghentikan bola), *shooting* (menendang bola ke arah gawang), *passing* (mengoper), *heading*

(mengundul bola) dan *dribbling* (menggiring bola).

Belajar sepakbola adalah olahraga terpopuler di SMA Negeri 5 Palopo. Hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang tertarik untuk belajar sepak bola di sekolah. Untuk mendapatkan permainan yang berkualitas, semangat saja tidak cukup, namun perlu menguasai keterampilan dasar bermain sepak bola untuk menunjang, salah satunya adalah mampu menembakkan bola ke gawang dengan benar. Seperti yang para peneliti sebutkan sebelumnya, kemampuan menembak memiliki kontribusi yang besar untuk kemenangan tim. Meski kemampuan ini penting bagi pemain, namun temuan peneliti di lapangan masih menemukan bahwa karena sulit untuk menembak dengan baik, karena sering kurang konsentrasi dan sulit mengekspos bola pada posisi yang benar, beberapa Masih sulit bagi siswa untuk membidik sasaran dengan tepat. Tembakannya tidak tepat sasaran.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru penjas SMA Negeri 5 Palopo ditemukan bahwa sebagian siswa memiliki keterampilan yang baik sedangkan sebagian lainnya memiliki keterampilan yang kurang. Semua itu bisa dilihat pada hasil penelitian praktis di bidang ini. Rendahnya hasil evaluasi tersebut disebabkan kurangnya intensitas kegiatan pembelajaran karena hanya dilaksanakan pada periode pembelajaran yang ditentukan. Selain itu, sarana dan prasarana yang digunakan belum sebanding dengan proporsi atau jumlah siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran sepak bola. Di sisi lain, guru juga mengatakan bahwa dia belum pernah menggunakan instrumen yang efektif untuk menguji keterampilan dasar sepak bola. Guru hanya mengevaluasi siswa berdasarkan observasi pada saat melakukan kegiatan pembelajaran.

Mengingat kendala siswa dalam menembak sasaran atau target dengan benar, dan pentingnya keterampilan

menembak (*shooting*) dalam pertandingan sepak bola, maka sangat penting bagi peneliti untuk mengadopsi metode yang tepat untuk membantu mengatasi kesulitan tersebut. Pendapat peneliti dan bahan referensi mendukung bahwa untuk mengatasi masalah tersebut perlu dilakukan percobaan pada bola sasaran untuk meningkatkan kemampuan *shooting* tepat sasaran dalam sepak bola. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti bermaksud melakukan penelitian untuk mengatasi kelemahan siswa SMA Negeri 5 Palopo *shooting* pada target. Atas dasar itulah maka peneliti mengajukan judul “Pengaruh Permainan Target Terhadap Kemampuan *Shooting* Siswa XI SMA

KAJIAN TEORI

1. Pengertian Sepakbola

Menurut Muhdhor (2013:9) Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang. Sepakbola dalam pendidikan jasmani adalah sebagai

Negeri 5 Palopo Dalam Permainan Sepak Bola”

Rumusan Masalah

Dengan memperhatikan batasan masalah, maka peneliti menyusun pernyataan masalah penelitian. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah permainan target berpengaruh terhadap kemampuan *shooting* kearah target pada permainan sepak bola siswa kelas XI SMA Negeri 5 Palopo.

Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa XI di SMA Negeri 5 Palopo.

mediator untuk mendidik anak agar berkembang kemampuan kognitif, afektif, psikomotor, dan sosialnya. Tujuan dari permainan sepakbola adalah masing-masing regu atau kesebelasan yaitu berusaha menguasai bola, memasukan bola ke dalam gawang lawan sebanyak

mungkin, dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola.

Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik dan benar para pemain menguasai teknik-teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola. Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula.

2. Lapangan dan Perlengkapan Permainan Sepakbola

Lapangan sepak bola harus memiliki panjang 100 meter hingga 110 meter dan lebar 64 meter hingga 75 meter. Garis kapur putih harus jelas dan lebar 12 cm. Setiap pertandingan dimulai di bagian tengah stadion, yang membagi stadion

menjadi dua area simetris, masing-masing area dikelilingi lingkaran dengan diameter 9,15 meter.

Peralatan (kecuali kipeer) yang diperlukan untuk pertandingan sepak bola termasuk kaos atau pakaian olahraga, celana pendek, kaus kaki, pelindung tulang kering dan sepatu bola. Penjaga gawang memakai pakaian olahraga dan celana pendek dengan lapisan warna berbeda untuk membedakannya dari pemain dan wasit lain.

3. Hakikat Keterampilan

Keterampilan merupakan perwujudan dari koordinasi dan pengendalian kualitas tubuh dalam olahraga. Keterampilan motorik diperoleh melalui proses pembelajaran, yaitu dengan memahami gerakan dan melakukan latihan berulang-ulang bila mengetahui apakah latihan yang diselesaikan sudah benar.

4. Keterampilan Dasar Sepakbola

Dalam sebuah pertandingan sepak bola, keterampilan dasar para pemain sangatlah penting. Dalam Komarudin (Komarudin,

2011: 21), sepak bola merupakan kegiatan olahraga yang sangat kaya akan struktur olahraga. Dari perspektif klasifikasi olahraga umum, sepak bola dapat menjadi olahraga dasar dalam mode olahraga lengkap, atau bisa juga olahraga, olahraga non-olahraga dan olahraga manuver. Keterampilan dasar ini dianggap sebagai keterampilan dasar dan sangat berguna untuk mengembangkan lebih banyak keterampilan lainnya lebih kompleks.

5. Keterampilan Teknik Dasar

Teknik dasar merupakan rangkaian gerak atau gabungan dari beberapa gerakan sehingga menjadi suatu rangkaian gerak yang berkesinambungan. Adapun teknik-teknik dasar yang menjadi pondasi untuk bermain sepakbola adalah :

- a. *Dribble* (Menggiring)
- b. *Heading* (Menyundul)
- c. (*Stop Ball*) Menghentikan Bola
- d. *Passing* (Mengoper bola) dan *Shooting* (Menembak)

6. Kajian Mengenai Kemampuan *Shooting*

Bahwa keterampilan bermain sepak bola adalah kemampuan pemain untuk menguasai keterampilan dasar sepak bola dan menerapkannya secara efektif dalam pertandingan sepak bola. Jika pemain bisa menggunakan skill dasar, maka permainan sepak bola akan menjadi lebih menarik. Dan akan sangat menunjang performa para atlet di lapangan.

7. Teknik *Shooting*

Shooting merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Teknik ini merupakan metode menciptakan gol karena semua pemain memiliki kesempatan untuk mencetak gol dan memenangkan permainan tersebut. Pemain bisa menembak dengan berbagai cara. Dari segi hubungan dengan bola kaki, menendang dibedakan menjadi beberapa jenis, antara lain penggunaan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki bagian dalam, dan bagian dalam dan luar. Teknik menendang harus memperhatikan

kaki pendukung dan ayunan, bola, dan pukulan. Bola dan olahraganya sudah berakhir. bola, perkenaan kaki dengan bola, dan akhir gerakan.

8. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi

Ketepatan *Shooting*

Palmizal, 2011: 143) meyakini bahwa akurasi adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol gerakan volunter untuk tujuan tersebut. Seperti *shooting* bola basket, menendang bola ke gawang, memanah, golf, dll. Moeslim (Palmizal, 2011: 143) juga mengungkapkan pandangan yang sama bahwa akurasi diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk melakukan latihan sukarela untuk tujuan tertentu. Gerakan volunter mengacu pada gerakan yang mengubah arah untuk menempatkan posisi yang benar guna mencapai tujuan yang diinginkan.

9. Hakikat Permainan Target

Pendekatan Teaching Games for Understanding (TGfU) merupakan metode yang sesuai dengan kebutuhan bermain anak (Aris Fajar Pambudi, 2011).

Guru tidak bisa berperan sebagai pemimpin, dan tugas belajar siswa sangat menarik karena lebih seperti permainan. Hal ini membuat siswa lebih bersemangat mengikuti pembelajaran. berdasarkan. (Jeganathan, 2014: 31) mengemukakan bahwa metode pengajaran game dengan menggunakan metode taktis (seperti model TGfU) memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengalami pengalaman masa lalu dengan pengalaman yang berkelanjutan. Ini merupakan proses pembelajaran game non linier karena siswa dengan lingkungan yang tidak pasti andalkan teori konstruktivisme.

TGfU menekankan pada gameplay dan membimbing siswa untuk menemukan permainan yang merupakan aset dalam hubungan kepemilikan (interaksi sosial, perdamaian sosial dan bertemu teman). Kami berharap anak-anak dapat merumuskan aturan dan tantangan, serta bekerja dengan strategi yang tepat. Keterampilan tersebut dilatih

secara individu atau kelompok, sehingga anak dapat bekerja dengan orang lain untuk mendorong perkembangan hubungan orang tua-anak. Di TGfU, siswa mengevaluasi dan mengembangkan performanya di lingkungan game, kemudian secara bertahap berkembang menjadi game dewasa yang lebih kompleks di bawah bimbingan guru.

10. Cara Bermain Target

Dalam permainan target, pemain memindahkan target (terutama yang sangat akurat) ke target. Semakin sedikit jumlah target yang dipukul, semakin baik. Keterampilan dan konsep: keterampilan menembak jarak jauh (lubang, pelepasan, operan). Pada jenis pertandingan target tertentu, misalnya, aktivitas yang dapat diamati mirip dengan pertandingan target, yaitu pada tes pertandingan sepak bola keterampilan menembak dasar terdapat target yang akan dievaluasi.

11. Hubungan Permainan Target dengan Kemampuan *Shooting*

Permainan target merupakan *game* yang cocok untuk siswa SMA karena *game* tersebut merupakan metode pembelajaran yang meningkatkan kesenangan. Jika anda melakukannya berulang kali, ini dapat membantu anda fokus, tetap tenang, dan melakukan *shooting* secara akurat. Oleh karena itu, permainan target dapat meningkatkan keterampilan menembak agar tepat membidik sasaran (Priatno, 2014: 29).

12. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)

Untuk memahami status siswa sekolah menengah (SMA), penting untuk mempelajari status perkembangan siswa yang mempengaruhi status psikologis dan emosional mereka. Pubertas (masa remaja) diartikan sebagai masa perkembangan transisi dari masa kanak-kanak hingga dewasa, yang meliputi perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional (Hidayat Nur Wibawa, 2016: 23).

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan *quasi experimental design*. Bentuk desain ini merupakan pengembangan dari *true experimental design*, yang sulit dilaksanakan (Sugiyono, 2015: 77). Menurut (Sugiyono 2015: 77-79) mengemukakan “bentuk-bentuk desain *quasi experiment*, yaitu *Time Series Design* dan *Nonequivalent Control Grup Design*”. Penelitian ini menggunakan *Nonequivalent Control Grup Design*, Sugiyono, (2015: 79) menyatakan bahwa: “Desain ini hampir sama dengan *pretest-posttest control design*, hanya pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random”.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015: 80), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian disimpulkan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 5 Palopo sebanyak 77 siswa.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang menjadi sampel dalam penelitian ini yaitu kls XI A SMA Negeri 5 Palopo (Sugiyono, 2015 : 81). Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2017:85) *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pada penelitian ini, total populasi sendiri dari 77 siswa dan diambil sampel sebanyak 28 siswa.

C. Jenis Dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif adalah jenis data yang dapat diukur atau dihitung secara

langsung, yang berupa informasi atau penjelasan yang dinyatakan dengan bilangan atau berbentuk angka. (Sugiyono, 2010). Dalam hal ini data kuantitatif yang diperlukan adalah hasil *pretest* dan *posttest* gerakan *shooting* dalam permainan sepakbola.

Sumber data yang digunakan untuk menunjang penelitian ini adalah data primer, yaitu data yang diperoleh langsung dari hasil observasi dengan pihak-pihak yang terkait dalam bidang yang diteliti.

D. Lokasi Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan Lagaligo Kota Palopo. Serta dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2020. Waktu Pelaksanaan penelitian ini pada semester genap tahun ajaran 2020/2021.

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara :

1. Teknik Observasi
2. Teknik Dokumentasi

F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini alat yang digunakan untuk mengambil data adalah tes menembak Bobby Charlton yang diajukan oleh Danny Mielke. Uji dengan membagi bidang sasaran menjadi enam area skor. Sudut atas bernilai 40 poin dan sudut bawah bernilai 50 poin. Median tertinggi 20 poin, dan median terendah 10 poin. Seorang pemain memiliki tiga bola di depan gawang. Jarak dari gawang tergantung pada kemampuan pemain dan kemampuan pemain, tetapi tidak boleh lebih dekat dari titik penalti. Pemain memiliki 15 detik untuk menendang keempat bola ke gawang. Pelatih atau rekan bisa mencatat skor.

G. Teknik Analisis Data

Data dalam bentuk angka akan dianalisis menggunakan analisis deskriptif komparatif, yaitu membandingkan kondisi awal dengan perubahan yang terjadi pada setiap operasi. Peningkatan yang terjadi akan

ditampilkan dalam bentuk tabel sederhana untuk mendukung deskripsi lisan. Data kualitatif hasil observasi akan dianalisis melalui analisis deskriptif kritis (dengan menyajikan data, menghubungkan dan menganalisis hasil).

H. Variabel Penelitian

Penelitian ini melibatkan 2 (dua) variabel meliputi variabel independent (X) dan variabel dependent (O). Variabel independent (bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent (terikat).

I. Uji Prasyarat Analisis

- a. Uji Normalitas
- b. Uji Homogenitas
- c. Uji Hipotesis

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan selama 1 bulan 2 minggu di SMAN 5 Palopo, dengan melibatkan 28 siswa kelas XI. Maka penelitian dilaksanakan selama 20 kali

pertemuan di lapangan Lagaligo yaitu pada hari senin. Pengambilan *pre-test* atau tes awal pada tanggal 11 Juli 2020 dan *post-test* atau tes akhir pada tanggal 23 Agustus 2020, sedangkan proses latihan dilakukan pada tanggal 12 Juli 2020 hingga tanggal 20 Agustus 2020 sebanyak 18 kali latihan.

Menurut data penelitian, tes akurasi *shooting* dari sebagian besar siswa telah meningkat. Dapat dilihat bahwa nilai sebagian besar siswa sangat bervariasi. Perbedaan skor diperoleh dengan mengurangkan skor *post-test* dari skor *pre-test*. Di antara 28 anak, hanya 3 anak yang tidak meningkatkan akurasi tembakan setelah 6 *treatment* dalam 18 kali pertemuan.

Analisis hasil bertujuan untuk membuktikan kebenaran hipotesis. Hipotesis (H_a) penelitian ini adalah: “Permainan target berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menembak siswa kelas XI di SMA

Negeri 5 Palopo dalam pertandingan sepak bola. Sebelum dilakukan analisis data harus memenuhi persyaratan analisis, antara lain:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan bantuan SPSS. Data dikatakan normal apabila taraf signifikansi lebih besar dari 0,05 atau data dapat dikatakan normal jika sebaran datanya membentuk atau mendekati kurva normal. Data *pre-test* memiliki signifikansi 0,200 atau lebih besar dari 0,05, sehingga data dapat dikatakan berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel homogen atau tidak. Dari hasil perhitungan diperoleh sig. (ρ) = 0,293 berarti nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($\rho > 0,05$).

3. Uji Hipotesis

Setelah data hasil penelitian memenuhi syarat analisis, maka data dapat dilanjutkan ke tahap analisis selanjutnya untuk menguji hipotesis. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,00. Hal ini berarti nilai $p < 0,05$.

Dengan demikian dapat disimpulkan adanya treatment yang dilakukan dengan permainan target memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap kemampuan shooting dalam permainan sepakbola pada siswa kelas XI di SMA Negeri 5 Palopo.

B. PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis menunjukkan ada pengaruh positif dan signifikan permainan target terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa kelas XI di SMA Negeri 5 Palopo. Hal ini sesuai dengan penelitian Nopriansyah dan Wachid

Sugiharto (2020) menunjukkan bahwa ada pengaruh permainan target terhadap kemampuan *shooting* sepak bola siswa ekstrakurikuler SMA NEGERI 5 PALOPO.

Hasil penelitian ini terdapat tiga siswa yang hasil *post-test* lebih rendah dari *pre-test*. Hal ini dikarenakan, perkembangan emosi siswa berkaitan dengan adanya ketegangan emosi yang dialami remaja. Faktor-faktor yang mempengaruhi *shooting* pada tiga siswa yang mengalami penurunan dalam melakukan *shooting* dalam *post-test* setelah melakukan *pre-test*, yaitu sikap badan saat melakukan *shooting* tidak sesuai dengan teknik dasar pada umumnya namun posisi badan terlalu tegap sehingga bola dapat melambung tinggi ke atas gawang atau sasaran, kekuatan otot kaki yang tidak seimbang atau tidak kuat saat perkenaan kaki pada bola, perkenaan kaki pada bola tidak tepat dalam melakukan *shooting* secara tepat

sasaran, dan konsentrasi pada siswa kurang sehingga dapat munculnya emosi yang tinggi pada siswa yang mengakibatkan terjadinya dalam melakukan *shooting* tidak tepat sasaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa pada siswa kelas XI SMA Negeri 5 Palopo, permainan target berpengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan *shooting* dalam pertandingan sepak bola. Analisis regresi menunjukkan bahwa signifikansi 0,00 atau $p < 0,05$.

Data penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar tes akurasi menembak siswa telah ditingkatkan. Dapat dilihat bahwa nilai sebagian besar siswa sangat bervariasi. Selisih skor diperoleh dengan mengurangkan skor *post-test* dari skor *pre-test*. Dari 28 anak ini, hanya 3 anak yang tidak meningkatkan akurasi *shooting* setelah 18 kali melakukan *treatment*.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Widi astuti. 2011. *Hubungan Antara Kecerdasan Emosioal dan Komitmen Kerja Karyawan Departemet F&B Product Hotel Satika Premiere – Jakarta*.Universitas Katolik Atmajaya :Tesis.
- Amung Ma'mun, Yudha. M. Saputra (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Anggriawan, E.F. 2014. *Pengaruh Pengalaman Kerja, Skeptisme Profesional dan Tekanan Waktuterhadap Kemampuan Auditor dalam Mendeteksi Fraud* (Studi Empiris pada Kantor Akuntan Publik di DIY). *Jurnal Nominal*, 3(2): 101-116.
- Aris Fajar Pambudi. (2011). *Pendidikan Olahraga* :TGfU.
- Aris, Fajar, Pambudi, (2011).*Manfaat Manajemen Kurikulum*, [Skripsi]. UNY.
- Baron, R. A. B. Donn.(2008). *Social psychology* (10th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Cahyo AdiPriatno. (2014). *Pengaruh Metode Bermain Target Terhadap Kemampuan Shooting Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola basket di SMP N 1 Godean Sleman*.
- Dini Rosdiani. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta. Jakarta
- Griffin, Mitchell dan Oslin (1997: dalam Metzlel, 2000) *Pembelajaran Dalam Permainan*.
- Gunarsa, D. S. (2006). *Psikologi Praktis: Dari Anak Sampai Usia Lanjut*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hadi, Sutrisno. 2001. *Metodologi Research Jilid III*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hasanah, Ina (2016). *Buku Sepak Bola*. Bandung. PT. Indahjaya adi pratama.
- Hidayat Nurwibawa, 2016. *Pengaruh permainan target terhadap kemampuan shooting dalam permainan sepakbola pada siswa kelask husus olahraga di sma n 2 playengunungkidul*.Yogyakarta. UNY
- Holt, N. L., Strean, William B., Bengoecha, E. G. (2002). *Expanding The Teaching Games for Understanding Model : New Avenues for Future Research and Practise. Journal of Teaching in Physical Education*.Canada : University Of Alberta
- Ismaryati. 2008. *Peningkatan kelincahan atlet melalui ipenggunaan metode latihansirkuit-plyometri kdanberat badan*. *Paedagogia*, 11 (1), 74-89.
- Izzaty, R. E. dkk.(2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta.
- Justinus Lhaksana (2012). *Taktik & Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.

- Ma`u, Melliudan J. Santoso. 2014. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Muhdhor, Zidane A.H, 2013. *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional. Teknik, Strategi, Taktik Menyerang & Bertahan*. Jakarta: Kata Pena.
- Mulyanto, Respaty. 2014. *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Bandung: UPI.
- Nasuha, N., B.H. Hameed, Azam T. & Mohd Din. 2010. Rejected Tea as A Potential Low-Cost Adsorbent for The Removal of Methylene Blue. *Journal of Hazardous Materials* 175; 126-132.
- Nopriansyah, N., & Sugiharto, W. (2020, June). PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP KEMAMPUAN SHOOTING SEPAKBOLA SMA NEGERI 3 LUBUKLINGGAU. In SEMINAR NASIONAL OLAHRAGA (Vol. 2, No. 1).
- Palmizal, A. (2011). *Pengaruh metode latihan global terhadap pakurasi ground stroke forehand dalam permainan tenis*. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*.
- Pambudi, A. F. (2010). Target Games: Sebuah Pengembangan Konsep Diri Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 7(2).
- Safar, Gempur, dkk. 2010. *Modul Metode Statistika II*. Yogyakarta: UGM Press.
- Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengadaan Bukupada Lembaga Pengembangan Tenaga Pendidikan. Jakarta.
- Sanmuga Nathan K. Jeganathan. (2014). *Instruksi Model Taktikal Permainan. Batu Caves, Selangor: PTS Akademia*
- Santoso, Singgih. 2012. *Statistik Parametrik*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Umum.
- Santoso, singgih. 2014. *Statistik Parametrik Edisi Revisi*. Jakarta :Elex Media Komputindo
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga, 422-4.
- Santrock, J.W.(2011). *Masaper kembangan anak*. (Terjemah: Verawaty Pakpahandan Wahyu Anugraheni). Jakarta: Salemba Humanika.
- _____ (2012). *Life-Span Development*. (Terjemah: Benedictine Widyasinta). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Subagyo Irianto. (2010). *Pedoman Pelaksanaan Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugiyono 2015. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

_____. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung :Alfabeta, CV.

Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rinenka Cipta.

Widiyanto, J. (2010). Penerapan laboratorium riil dan virtuil pada pembelajaran biologi ditinjau dari gaya Belajar dan kemampuan memori siswa (Doctoral dissertation, UNS (Sebelas Maret University)).

(<https://uruolahraga.com>)

<https://ahmadcnk.wordpress.com/teknik-menggiring-bola/> (2011)

<https://www.berbagaireviews.com/2018/07/teknik-menyundul-bola-lengkap-tips.html> (2018)

<https://hellosehat.com/hidup-sehat/kebugaran/cara-menendang-bola-yang-akurat-untuk-mencetak> (2019)

(tutorialolahraga.com/2015/09/teknik-dasar-menendang-bola.html).