

JURNAL

**HUBUNGAN KECEPATAN DENGAN KETERAMPILAN PASSING
BOLA ATLET FUTSAL KLUB AIRLANGGA
KABUPATEN SIJUNJUNG**

*RELATIONS WITH THE SPEED OF PASSING SKILL ATLET
BALL CLUB FUTSAL AIRLANGGA SIJUNJUNG*



**ALVIN NOVRIZA
NIM. 1104456**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN JURNAL

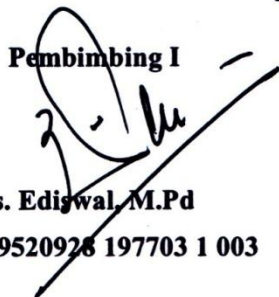
**HUBUNGAN KECEPATAN DENGAN KETERAMPILAN PASSING
BOLA ATLET FUTSAL KLUB AIRLANGGA
KABUPATEN SIJUNJUNG**

Nama : Alvin Novriza
BP/NIM : 2011/1104456
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2015

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Drs. Edigwal, M.Pd

NIP : 19520928 197703 1 003

Pembimbing II



Drs. Nirwandi, M.Pd

NIP : 19580914 198102 1 001

RELATIONS WITH THE SPEED OF PASSING SKILL ATLET
BALL CLUB FUTSAL AIRLANGGA SIJUNJUNG

Study program Physical Education and Recreation Health

FIK Padang State University

Email: Alvinnovriza@yahoo.co.id

ABSTRACT

Alvin Novriza : Relations With The Speed Of Passing Skill Atlet Ball Club Futsal
Airlangga Sijunjung

Problems in this study is the low skills of athletes passing Airlangga Sijunjung futsal club. The purpose of this study to determine the speed relationship with skills passing the ball, and the rate of speed of the athletes futsal club Airlangga Sijunjung district. This research is a correlation that is to reveal whether there is a relationship with the speed of the ball passing skills Airlangga club futsal players Sijunjung district. The population in this study were as many as 20 people. Sampling is purposive sampling, the sample amounted to 14 people. To analyze the data in this study the authors used Product Moment Correlation formula. The results showed that the hypothesis in this study a significant relationship (meaning) between the speed of the passing ability of the athlete ball club futsal Airlangga obtained r_{hitung} Sijunjung with $0,946 > 0,532$ r_{tabel} at significant level $\alpha = 0.05$ and $t = 10.11 > t_{tabel} = 1.771$ (significant). Finally it can be concluded that the hypothesis can be accepted.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	
ABSTRAK	
DAFTAR ISI	
A. PENDAHULUAN	1
B. METODOLOGI PENELITIAN	7
C. PEMBAHASAN DAN HASIL PEMBAHASAN	8
1. Pembahasan.....	8
2. Hasil Pembahasan	11
D. SIMPULAN DAN SARAN	14
DAFTAR PUSTAKA	15

A. PENDAHULUAN

Sumatera Barat merupakan suatu provinsi di Indonesia, juga merupakan daerah yang mengikuti perkembangan olahraga. Perkembangan olahraga futsal di Sumatera Barat (Sumbar) sangat baik. Hal ini dapat dilihat dari segi pembinaan, bahwa club-club futsal banyak terdapat di daerah Sumbar baik di kota maupun di daerah terpencil. Kemudian prestasi Sumbar dibidang futsal sudah sangat baik, terbukti bahwa atlet Sumbar berhasil meraih medali emas setelah mengalahkan tim kebanggaan DKI Jakarta pada final pertandingan futsal PON XVIII 2012 di Riau, yang dilaksanakan di Lapangan Venue Futsal Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir. Hal ini menunjukkan bahwa pemerintah Sumatera Barat telah mengembangkan olahraga futsal dengan baik. Sesuai dengan undang-undang No. 3 tahun 2005 Bab VII pasal 21 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga bahwa: "Pemerintah dan pemerintah daerah wajib melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawabnya".

Permainan futsal tidak sekedar dilakukan hanya untuk tujuan rekreasi dan pengisi waktu luang semata, akan tetapi telah dilakukan untuk suatu pencapaian prestasi yang optimal. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya kompetisi futsal yang dapat diselenggarakan baik ditingkat daerah maupun Nasional. Untuk mencapai prestasi puncak banyak sekali faktor pendukung yang menentukan seperti kondisi fisik, teknik, taktik, dengan mental yang baik. Selain ilmu pengetahuan dan teknologi dibidang

olahraga untuk meningkatkan prestasi dibutuhkan juga pendanaan yang memadai, semua faktor pendukung dan pihak terkait bertanggung jawab atas perkembangan dan peningkatan prestasi suatu cabang olahraga khususnya olahraga futsal.

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan dengan memanipulasi bola dengan kaki. Selain lima pemain utama, setiap regu juga diizinkan memiliki pemain cadangan. Tidak seperti permainan sepak bola dalam ruangan lainnya, lapangan futsal dibatasi garis, bukan net atau papan. Futsal turut juga dikenali dengan berbagai nama lain. Istilah “futsal” adalah istilah internasionalnya, berasal dari kata Spanyol atau Portugis, *futbol* dan *sala*.

Futsal adalah permainan yang sangat menarik dan cepat. Baik dari segi lapangan relatif kecil, hampir tidak ada terjadi kesalahan. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antar pemain lewat *passing* yang akurat, bukan hanya untuk melewati lawan. Ini disebabkan dalam permainan futsal pemain selalu berangkat dengan falsafah 100% *ball possession*. Akan tetapi, melalui pengenalan dan *positioning* yang tepat, bola dari lawan akan dapat direbut kembali.

Di dalam olahraga futsal, passing merupakan teknik yang begitu dominan dilakukan oleh setiap pemain. Passing pun merupakan teknik dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain dengan baik. Untuk dapat melakukan passing yang keras, tepat dan akurat, dilakukan pembelajaran

teknik yang baik dengan *continiu* dan memerlukan otot tungkai. Karena tanpa memiliki kekuatan otot tungkai yang baik, passing yang dilakukan oleh seorang pemain akan berjalan dengan lambat, yang berakibat bola bisa diambil oleh lawan.

Kecepatan adalah suatu kemampuan bersyarat untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam waktu yang sesingkat mungkin. Kecepatan diukur dengan satuan jarak dibagi satuan kemampuan untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam waktu yang sesingkat mungkin. Di samping itu kecepatan didefinisikan sebagai laju gerak, dapat berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh tertentu.

Berdasarkan pendapat diambil kesimpulan bahwa kecepatan merupakan kemampuan tubuh mengarahkan semua sistemnya dalam melawan beban, jarak, dan waktu yang menghasilkan kerja mekanik.

Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung berdiri pada tanggal 21 April 2011. Pada pemain futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung yang mengikuti latihan, seringkali diberikan latihan fisik dengan tujuan ide permainan futsal dapat tercapai. Perkembangan prestasi futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung dari tahun 2011 sampai 2014 setiap mengikuti open turnamen futsal di Kabupaten Sijunjung selalu menjadi juara puncak. Namun pada tahun 2014, prestasi klub futsal Airlangga Kabupaten Sijunjung mengalami kemunduran yang salah satunya bisa dilihat dari gagalnya klub futsal Airlangga menjadi pemuncak pada open turnamen futsal yang diikuti di Kabupaten Solok.

Berdasarkan observasi peneliti terhadap Klub Futsal Airlangga dan wawancara dengan salah satu Atlet Futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung dilapangan, diperoleh informasi bahwa pada saat bertanding di Kabupaten Sijunjung Klub ini mendapatkan peringkat pertama, kemudian pada saat pertandingan berikutnya yang dilakukan di daerah Kabupaten Solok Klub ini mengalami kekalahan, hal ini disebabkan oleh lemahnya kecepatan dalam kemampuan *passing* para pemain Klub Futsal Airlangga.

Permasalahan yang terjadi di Atlet Futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung ini dikarenakan saat bertanding atlet masih banyak yang tidak akurat dalam melakukan kecepatan passing antar tim yang tidak pas. Disebabkan masih ada juga atlet tersebut yang larinya lambat, dan passingnya tidak menuju sasaran yang baik. Maka tampaklah permasalahan yang akan diteliti bahwa untuk mencapai permainan futsal yang baik harus memiliki komponen-komponen yang ada seperti kecepatan saat berlari daya tahan otot tungkai yang kuat penguasaan teknik yang bagus koordinasi mata kaki yang tajam kelincahan yang pas dan kondisi fisik yang baik pula.

Namun hal ini belum terbukti secara ilmiah, maka perlu dicarikan solusi terbaik untuk mengatasi dan membuktikan melalui sebuah penelitian. Dalam hal ini, peneliti tertarik untuk mengetahui “tentang bagaimana futsal di Klub Airlangga baik hal ini kecepatan dengan keterampilan passing Atlet Futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung”. Diharapkan melalui penelitian ini, prestasi pemain tidak dilakukan Klub

Airlangga Kabupaten Sijunjung dapat meningkat dicapai sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

Sejarah lari memang tidak tertulis secara otentik sejak kapan manusia berlari sebagai prestasi atau untuk kebugaran. Sejak manusia ada, sebenarnya telah dapat berjalan dan berlari, namun tidak tercatat sebagai olahraga prestasi untuk mengetahui tercepat atau terkuat.

Ada versi yang mengatakan bermula dari bangsa Yunani yang sedang dilanda peperangan antara kaum Yunani dan Persia di kota Marathonas Pulau Egina Yunani. Pasukan Persia mengalami kekalahan dan pasukan Yunani yang memenangkan perang, memerintahkan salah seorang pasukannya untuk membawa pesan. Si pembawa pesan berlari ke Athena sepanjang 40.8 km (25.4 miles) dalam sehari untuk mengabarkan kemenangannya sesampainya di kota sambil berteriak yang akhirnya pingsan dan meninggal dunia. Untuk mengenang kemenangan perang tersebut dan menghormati si pembawa pesan maka beberapa periode diadakan lomba lari semakin berkembang menjadi olahraga prestasi modern dan terpecah menjadi berbagai cabang lari.

Konon kabarnya cabang olahraga lari marathon pertama kali dilombakan dalam olimpiade yang diadakan di kota Athena dimenangkan oleh Euclides dan pada lomba berikutnya dimenangkan oleh Philippides. Setelah mengalami berbagai event dan waktu, lomba ini berubah menjadi Olimpiade dan pada periode selanjutnya mendapat julukan olimpiade

modern. Olahraga ini pun berkembang menjadi beberapa cabang yang dibagi dalam jarak tempuh tertentu.

2). Pengertian Lari Sprint (Lari Cepat)

Lari cepat atau sprint adalah semua perlombaan lari dimana peserta berlari dengan kecepatan maksimal sepanjang jarak yang harus ditempuh, sampai dengan jarak 400 meter masih dapat digolongkan dalam lari cepat. Menurut Muhajir (2004) sprint atau lari cepat yaitu, perlombaan lari dimana peserta berlari dengan kecepatan penuh yang menempuh jarak 100 m, 200 m, dan 400 m.

Bagi mereka yang kurang memahami tentang atletik, terutama cabang lari, mungkin akan sedikit bingung dengan istilah lari jarak pendek. Selain ditentukan jarak, lari ini dikenal dengan nama sprint. Dinamakan sprint karena olahraga ini mengandalkan kecepatan otot, terutama pada otot tungkai untuk bisa bekerja dengan tenaga penuh atau full speed.

Otot tungkai ini akan digunakan bekerja maksimal guna menghasilkan kecepatan lari sang atlet. Hal ini karena lari jarak pendek ini menuntut seorang pelari untuk bisa mencapai finis dengan cepat tanpa perlu mengatur ritme lari atau pernafasan. Inilah yang membedakan dengan jenis lari lain seperti pada lari jarak menengah dan lari jarak jauh atau maraton.

B. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah korelasional yaitu untuk mengungkapkan apakah terdapat hubungan kecepatan (variabel bebas) dengan keterampilan passing (variabel terikat) bola pemain futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung yang berjumlah 20 orang.

Data akan dianalisis dalam penelitian ini terdiri dari dua unit yaitu :

1) Hasil tes Kecepatan (X), 2) Hasil tes keterampilan *Passing* (Y). Untuk menganalisis data dalam penelitian ini penulis menggunakan rumus :

Korelasi Produk Moment : (Arikunto:2005:215)

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N})(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N})}}$$

Keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi antara variabel x dengan variabel y

$\sum X$: Jumlah data x

$\sum Y$: Jumlah data y

$\sum X^2$: Jumlah data kuadrat x

$\sum Y^2$: Jumlah data kuadrat y

N : jumlah sampel

R : korelasional

T : signifikan korelasi

C. PEMBAHASAN DAN HASIL PEMBAHASAN

1. Pembahasan

Setelah adanya penjabaran dari masalah dan telah di laksanakan penelitian, pada BAB IV ini akan dideskripsikan tentang variabel yang telah diteliti yaitu kecepatan (X) dengan kemampuan *passing*(Y) pada Atlet Futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung. Selanjutnya akan diuraikan hasil penelitian yang mencakup : (A) Deskripsi Data, adalah data hasil tes yang dilakukan terkait dengan variable X yaitu kecepatan dengan *sprint* 30 meter dan Variabel Y dengan *Passing* bola , (B) Pengujian analisis (C) Pengujian hipotesis, (D) Pembahasan.

1.1 Kecepatan

Kecepatan merupakan kemampuan melakukan gerakan gerakan yang sejenis secara berturut turut dalam waktu sesingkat singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu sesingkat singkatnya. Menurut Josef Nosseck (1982:277), menyatakan bahwa terdapat 4 macam kecepatan yaitu :

- a. Kecepatan Sprint, kemampuan organisme untuk bergerak ke depan dengan kekuatan dan kecepatan maksimal. Kekuatan sprint ini di tentukan oleh otot dan persendian kaki.
- b. Kecepatan reaksi, kemampuan organisme untuk menjawab suatu rangsangan secepat mungkin. Kecepatan ini ditentukan oleh iritabilitas susunan syaraf daya orientasi situasi dan ketajaman panca indra.

- c. Kecepatan Gerak, kemampuan organisme untuk bergerak secepat mungkin dalam gerak yang utuh. Kecepatan gerak ditentukan oleh kecepatan otot daya ledak, daya koordinasi gerakan, kelincahan dan keseimbangan.
- d. Daya tahan kecepatan, daya kemampuan seseorang pelari dalam mempertahankan kecepatan maksimal. Bila daya tahan kecepatan menurun, maka kecepatan maksimalnya akan menurun.

Dari ketentuan itu, data yang di teliti dan data yang telah didapatkan dalam penelitian ini adalah kecepatan sprint yang secara langsung memperlihatkan kecepatan maksimal dengan mengeluarkan seluruh kemampuan otot dari atlet yang ada pada Klub Futsal Airlangga Kabupaten Sijunjung tersebut. Kecepatan sprint ini di uji dengan jarak 30 meter dan dari hal ini dapat di simpulkan kecepatan para atlet futsal klub airlangga.

Dari tabel tersebut dapat kita deskripsikan bahwa Kemampuan atlet futsal klub airlangga kabupaten sijunjung dalam melakukan sprint dengan jarak 30 meter yaitu paling cepat di selesaikan dalam waktu kisaran 7,2 detik yang berarti kecepatan maksimal yang dikeluarkan oleh semua atlet futsal airlangga untuk pengujian kecepatan sprint yang tercepat dan terbaik yaitu pada kisaran waktu 7,2 detik. Hasil dari ini dapat di kategorikan sangat baik di antara yang lainnya.

Untuk kategori normalnya, kisaran waktu untuk menempuh jarak 30 meter dalam pengujian kecepatan sprint yaitu kisaran 7 detik hingga 8,87 detik yang dalam data terdapat sekitar 9 orang dengan

kemampuan yang antara normal dan yang terbaik dan yang selebihnya tentu dikategorikan ke bagian yang agak rendah.

Baik atau tidaknya kecepatan sprint bergantung pada kekuatan otot setiap atlet. Jika seorang atlet menjaga kelenturan, kelincahan dan refleksi dari otot terkait dengan gerak yang akan di lakukan maka hasil yang akan tercapai dari hal ini yaitu kekuatan otot yang maksimal sehingga menciptakan kecepatan sprint yang jauh lebih baik dari orang pada umumnya. Selain hal tersebut kecepatan juga ditentukan dari bakat alami seseorang.

Dalam pengujian analisis dengan menggunakan metode korelasi product moment pearson, data yang harus di sediakan terlebih dahulu yaitu variable X dan juga variable Y. Pada penelitian ini, yang menjadi variable X yaitu kecepatan Sprint dan untuk varibel Y yaitu Kemampuan Passing. Kegunaan dari korelasi product momen ini yaitu untuk menyatakan ada atau tidaknya hubungan antara variable X dengan variable Y dan untuk menyatakan besarnya sumbangan variable satu terhadap yang lainnya yang dinyatakan dalam persen.

Untuk mengetahui hasil dari korelasi product moment ini, kita akan mendapatkan hasil berupa negative (-) atau positif (+) yang berfungsi sebagai arah dari hubungan yang dihasilkan oleh korelasi.

2.1 Keterampilan Passing Bola

Passing merupakan suatu teknik dasar dalam futsal yang sangat mempengaruhi lajunya suatu permainan. Kemampuan passing dapat

dipelajari dan dikuasai dengan menekuni dan memahami bagaimana melakukan passing yang baik dalam permainan futsal. Passing merupakan pemberian bola pada rekan setim yang bertujuan untuk tetap menguasai bola (ball Possession). Passing sangat berguna dalam membangun serangan pada daerah lawan.

Pada penelitian yang telah dilakukan, passing dihargai dengan bagaimana suatu umpan dapat mengarah pada tujuan yang telah ditentukan karena passing yang baik yaitu passing yang dapat terarah, akurat dan dengan timing yang tepat.

Dari table di atas dapat kita simpulkan bahwa kemampuan passing yang paling tinggi yaitu pada tingkatan 17 kali melakukan passing dengan keakuratan yang melebihi rata ratanya yaitu kisaran 15 kali dengan waktu yang sama.

Adanya passing yang kurang dari 15 kali menjelaskan bahwa kontrol bola terkait dengan penguasaan bola dalam melakukan umpan atau passing masih dikategorikan biasa saja dan masih perlu untuk di latih hingga dapat di kuasai secara penuh. Efek dari ini juga nantinya akan membangun serangan yang lemah pada daerah lawan yang menyebabkan kegagalan yang nantinya akan membuat celah yang jelas dalam suatu pertandingan.

2. Hasil Pembahasan

Dari uraian di atas, jelaslah bahwa kecepatan berhubungandengankemampuan *passing* dalam futsal. Menurut Javier dalam

Bafirman (2008) “Kecepatan adalah kemampuan untuk bergerak dengan sangat baik, tepat dan cepat”.

Selanjutnya, kecepatan dibutuhkan pemain untuk melakukan serangan balik dengan tempo tinggi yaitu bagaimana seorang pemain dengan kecepatannya dapat bertransisi dari bertahan menyerang dengan melakukan *passing* secepat mungkin, sehingga tercipta serangan balik yang merupakan salah satu taktik yang dominan digunakan oleh suatu tim dalam pertandingan futsal. Kemudian, apabila pemain gagal dalam melakukan serangan yang cepat, maka dengan cepat pula kembali mempertahankan daerah gawang dari serangan balik yang dilakukan pihak lawan. Dengan kata lain seorang pemain dengan kecepatan yang tinggi dalam futsal dapat bertransisi, menyerang dan bertahan dengan cepat sehingga tidak memberikan celah kepada tim lawan untuk mencetak gol.

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecepatan merupakan salah factor penting yang dapat mempengaruhi kemampuan *passing*, khususnya bagi Atlet Futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung. Selain itu, untuk mendapat hasil *passing* yang maksimal tentunya dibutuhkan kecepatan yang baik, karena telah terbukti dalam penelitian ini bahwa dalam kemampuan *passing* terdapat unsur kecepatan. Kecepatan akan berpengaruh signifikan terhadap *passing* yang akan dilakukan oleh pemain. Kecepatan yang dimaksud yaitu ketepatan, tempo dan jarak yang telah di prediksi untuk melakukan penyerangan. Dengan tingginya kecepatan maka akan tinggi pula tingkat *passing* seorang atlet

yang berarti keakuratan dan kelenturan ototnya membantu untuk menstabilkan permainan dalam sebuah tim.

Dan sebaliknya, dengan kecepatan yang kurang maka akan membuka suatu celah yang dapat melemahkan pertahanan ataupun daya serang dalam pertandingan futsal. Efek yang ditimbulkan yaitu akan terjadi kekalahan atau kegagalan dalam strategi di sebuah pertandingan.

D. SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

Berdasarkan analisis data dalam penelitian hubungan kecepatan terhadap kemampuan *passing* pada Atlet Futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung., maka dapat disimpulkan bahwa hubungan kecepatan dengan kemampuan *passing* adalah sebesar 89,5 % dengan $r_{hitung} = 0,946 > r_{tabel} = 0,532$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan $t_{hitung} = 10,11 > t_{tabel} = 1,771$ (signifikan). Akhirnya dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dapat diterima.

2. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dalam penelitian ini, maka disarankan kepada :

1. Pelatih futsal agar dapat memberikan program latihan yang mampu meningkatkan kecepatan kepada Atlet Futsal Klub Airlangga Kabupaten Sijunjung karena kecepatan merupakan faktor yang dominan digunakan untuk kemampuan *passing* bola futsal
2. Atlet lebih mengembangkan kemampuan kondisi fisik dalam meningkatkan kemampuan *passing* bola futsal.
3. Peneliti lain disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan peningkatan kemampuan *passing* bola futsal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian (edisi Revisi V)*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Depdiknas.2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*.Jakarta : Balai Pustaka.
- Irawan, Andri. 2009. *Teknik Dasar Modern Futsal*.Jakarta : Pena Pundi Aksara.
- Lhaksana, Justinus. 2011. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta : Be Champion.
- Margajaya, Rakhmat. 2008. *Futsal*. Jakarta : Ganeca Exact.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga. Teori dan Aplikasi Dalam Pembinaan Olahraga*.Pdang : UNP Press.
- Syafutra, Dodi. 2014. Tinjauan Tingkat Kondisi Atlet Futsal Klub Yaser FC Padang (Skripsi Strata Satu). Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Sumatera Barat.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta.
- Yudianto, Lukman. 2009. *Teknik Bermain Sepakbola dan Futsal*.Jakarta : Visi 7.