



PENGEMBANGAN BUKU PEDOMAN LATIHAN EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA UNTUK SISWA SMP/MTS

Syahrul Fanani¹, Adi Sapto², Imam Hariadi³

Universitas Negeri Malang

e-mail korespondensi: syahrulfanani90@gmail.com, sapto.adi.fik@um.ac.id, imam.hariadi.fik@um.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: Januari-2023

Disetujui: Maret-2023

Dipublikasikan : Juni-2023

Kata Kunci:

Ekstrakurikuler, Buku Pedoman Latihan, Sepakbola

Abstrak

Penelitian pengembangan ini bertujuan menghasilkan sebuah produk Buku Pedoman Latihan Ekstrakurikuler Sepakbola untuk Siswa SMP/MTs, sebagai referensi pembaca, pelatih, maupun siswa sekolah yang ingin mengembangkan potensi bermain sepakbola. Tahapan yang digunakan oleh analis memanfaatkan peningkatan pembelajaran yang ditunjukkan dalam kerangka langkah-langkah ADDIE. Langkah-langkah dari penelitian ini diantaranya adalah (1) analisis fase ini untuk mengetahui kesenjangan antara kondisi. (2) Desain merupakan tahap penyusunan produk buku yang akan dibuat, (3) Pengembangan adalah fase pengembangan yang sesuai rancangan pada tahap desain, (4) Implementasi adalah fase untuk menghasilkan saran masukan tentang kelayakan produk yang melibatkan ahli materi, ahli sepakbola dan ahli media melalui uji validasi, dan (5) Evaluasi. Subjek penelitian ini ialah pelatih ekstrakurikuler sepakbola tingkat SMP sederajat di Kabupaten Malang. Hasil produk dari pengembangan ini berupa pengembangan buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepakbola untuk siswa SMP/MTs. yang dilengkapi video latihan yang terhubung melalui scan barcode. Setelah pengembangan produk selesai produk diujikan kepada 3 ahli yang yaitu ahli sepakbola, materi, dan media serta diujicobakan kepada 32 pelatih ekstrakurikuler sepakbola di Kabupaten Malang. Yang didapat hasil sebagai berikut ahli sepakbola dengan persentase 88,7% (sangat valid), ahli materi dengan persentase sebesar 90,62% (sangat valid), ahli media adalah sebesar 87,5% (sangat valid), sedangkan untuk ujicoba produk sebesar 84,6%(baik/layak). Berdasarkan hasil validasi dari 3 ahli dan telah diujicobakan didapatkan kesimpulan bahwa produk layak untuk digunakan. Berdasarkan dari 3 ahli yang terdiri dari ahli sepakbola, ahli materi serta ahli media menyimpulkan bahwa produk pengembangan ini dinyatakan valid dan siap untuk digunakan oleh pelatih maupun peserta latihan di tingkat SMP sederajat.

Abstract

This development research aims to produce a Handbook for Extracurricular Football Training for Junior High School students, serving as a reference for readers, coaches, and students who wish to enhance their football playing potential. The researcher

employed the ADDIE learning development model for the study. The stages of this research include: (1) Analysis, which aims to identify any gaps between the current condition; (2) Design, which involves planning the development of the handbook product; (3) Development, where the handbook is created according to the design; (4) Implementation, which involves obtaining feedback and evaluations on the product's suitability from subject matter experts, football experts, and media experts through validation tests; and (5) Evaluation. The subjects of this research are extracurricular football coaches in Junior High Schools in Malang Regency. The product resulting from this development is a handbook for extracurricular football training for Junior High School students, accompanied by training videos accessible via a scan barcode. After the product development was completed, it was tested by three experts, consisting one football expert, one subject matter expert, and one media expert, and was also piloted with 32 extracurricular football coaches in Malang Regency. The obtained results are as follows: the football expert assessment achieved a percentage of 88.7% (highly valid), the subject matter expert assessment achieved a percentage of 90.62% (highly valid), the media expert assessment achieved a percentage of 87.5% (highly valid), and the product pilot scored 84.6% (good/appropriate). Based on the validation results from the three experts and the piloting, it can be concluded that the product is suitable to use. According to the assessments of the football, subject matter, and media experts, this development product is deemed valid and ready to be utilized by coaches and training participants at the Junior High School level or equivalent.

□ Alamat korespondensi: syahrulfanani90@gmail.com
E-mail: pjk.journal@um.ac.id

ISSN: 2614-8293 (Online)

PENDAHULUAN

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang sangat penting untuk meningkatkan potensi peserta didik, mulai dari macam-macam olahraga, seni, kepramukaan dan lainnya. Menurut Undang-undang nomor 62 tahun 2014 menyebutkan program ekstrakurikuler diselenggarakan dengan harapan idealnya menciptakan potensi, bakat, kemampuan, identitas, partisipasi, kebebasan peserta didik dalam rangka mendukung tercapainya tujuan pendidikan nasional. Inriyani dkk. (2017) menyebutkan Ekstrakurikuler ialah kegiatan di luar jam sekolah yang dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan memperluas wawasan siswa. Ekstrakurikuler meliputi ekstrakurikuler wajib dan pilihan. Ekstrakurikuler yang wajib diikuti oleh peserta didik adalah kepramukaan, sedangkan ekstrakurikuler pilihan adalah kegiatan yang diselenggarakan berdasarkan bakat dan minat peserta didik dalam berbagai bentuk olah bakat dan olah minat.

Dari pernyataan di atas, peserta didik dapat mengembangkan potensi, meningkatkan kebugaran jasmani, serta berprestasi melalui kegiatan ekstrakurikuler cabang olahraga, salah satunya adalah sepakbola. Agar siswa dapat lebih berprestasi dan mengembangkan potensinya harus rutin mengikuti program ekstrakurikuler sepakbola sambil mengasah kemampuannya dengan latihan mandiri ataupun mengikuti Sekolah Sepakbola (SSB) di daerah masing-masing.

Menurut Luxbacher (2012) Sepakbola adalah pertandingan yang dimainkan oleh 2 kelompok yang masing-masing terdiri 11 pemain. Setiap tim bertujuan memasukkan bola ke gawang lawan dan menahan bola agar tidak masuk ke gawang sendiri. Setiap grup terdiri dari seorang penjaga gawang yang diizinkan menguasai bola di tangannya di dalam zona hukuman. Selain penjaga gawang tidak diperkenankan menggunakan tangan dan lengan mereka untuk menguasai bola, tetapi boleh menggunakan kaki, dada, dan kepala mereka. Sedangkan menurut Masri'an, dkk. (2016) dalam salah satu bukunya menyebutkan permainan sepakbola permainan beregu yang mudah dilakukan dan dimainkan serta sangat digemari anak-anak, remaja, dan dewasa karena mendatangkan kegembiraan bagi para pemainnya.

Dari pernyataan para pakar peneliti menyimpulkan bahwa permainan sepakbola adalah permainan yang menyenangkan yang bisa dimainkan oleh seluruh siswa mulai jenjang sekolah dasar sampai perguruan tinggi, serta sangat memungkinkan untuk dilaksanakan dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Tudor O. Bempa dan G. Gregory Haff (2009) menyebutkan dalam bukunya bahwa program latihan harus diulang terus menerus, sedangkan menurut Fleck, Tom Quinn Ron (2002) menyebutkan durasi latihan untuk anak diatas 12 tahun adalah 90-120 menit, namun dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler, umumnya satu cabang ekstrakurikuler dilaksanakan hanya satu kali dalam satu pekan, itupun waktunya sangat terbatas, hal ini tentu saja sangat kurang efektif, sehingga dibutuhkan adanya waktu tambahan, buku pedoman latihan ataupun media pembelajaran untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler. Menurut Muktiani, N.R., dkk. (2010) menyebutkan buku pedoman latihan berisi materi yang didesain dan dirancang secara tertulis sehingga pembacanya secara mandiri dapat memahami materi tersebut. Bima A.C.A. dkk. (2020) menyebutkan media merupakan instrumen yang dibutuhkan saat kegiatan belajar untuk membantu pencapaian tujuan pembelajaran. Dwiyo (2013) menyampaikan "Penggunaan media pembelajaran dalam perangkat pembelajaran dapat menghasilkan kebutuhan dan tampilan yang modern, menghasilkan inspirasi dan memperkuat latihan belajar siswa." Alat atau media pembelajaran yang digunakan untuk mendukung sarana pembelajaran sangat beragam, salah satunya yaitu buku ajar dalam bentuk cetak. Namun buku ajar cetak memiliki kelemahan yaitu hanya berisi tulisan dan gambar sederhana yang membuat peserta didik malas untuk membacanya. Maka solusi yang mungkin dilakukan adalah menambahkan media pembelajaran audio dan video.

Ranjit Singh, dkk. dalam buku *Blended Learning Quality Higher Education* menyebutkan pengimplementasian teknologi informasi dan teknologi (TIK) dalam pembelajaran membuat pelaksanaan pembelajaran lebih fleksibel baik di luar maupun di dalam kelas. Sedangkan Abraham & Jayadi W (2019) menyebutkan salah satu dari keunggulan media pembelajaran menggunakan video adalah siswa dapat melihat secara lengkap urutan materi dan variasi dalam video. Jadi buku pedoman latihan dengan media pembelajaran cetak yang dilengkapi dengan video akan memudahkan peserta didik memahami materi maupun gerakan dalam sebuah pembelajaran maupun dalam kegiatan ekstrakurikuler sepakbola.

Adisendjaya Y.H, (2008) dalam salah satu jurnalnya mengungkapkan banyak fakta terkait mendesaknya revolusi buku. Bima, A. C. A. dkk. (2020) menyebutkan teknologi komputer adalah media teknologi informasi yang paling banyak digunakan. Penggunaan teknologi informasi telah mencakup beberapa aspek khususnya di dunia pendidikan.

Dari observasi yang dilakukan pada tanggal 7 November 2022 pada pelatih dan peserta didik ekstrakurikuler sepakbola SMP Modern Al Rifaie Gondanglegi Kabupaten Malang. Hasil observasi wawancara dengan pelatih ekstrakurikuler sepakbola: 1) Peserta latihan kurang bisa menguasai keterampilan sepakbola, karena hanya dilakukan satu pekan satu kali. 2) Peserta latihan tidak diberikan buku pedoman latihan karena tidak adanya buku pedoman latihan khusus ekstrakurikuler sepakbola. 3) Peserta latihan hanya memiliki buku pedoman tentang sepakbola hanya pada buku pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang isinya hanya berupa tulisan, gambar dan sifatnya umum. 4) Tim Ekstrakurikuler sepakbola tidak bisa bersaing prestasi dengan tim sekolah sepakbola(SSB).

Dari hasil observasi pengisian angket kepada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Modern Al Rifa'ie Gondanglegi Kabupaten Malang yang berjumlah 15 anak, didapatkan hasil: 1) 94% peserta didik memerlukan waktu tambahan untuk kegiatan ekstrakurikuler, 2) 100% peserta didik tidak ada yang memiliki buku pedoman latihan khusus sepakbola, 3) 61% peserta latihan memerlukan buku pedoman latihan khusus ekstrakurikuler sepakbola, 4) 85% peserta latihan menginginkan buku pedoman latihan yang dilengkapi gambar/video yang mudah dipahami dan bisa dipraktekkan secara mandiri.

Dari paparan di atas, peneliti berminat untuk mengembangkan buku pedoman latihan yang rencananya akan berisi video latihan yang akan terhubung melalui barcode pada buku yang bisa

discan sewaktu-waktu oleh peserta didik dengan judul Pengembangan Buku Pedoman Latihan Ekstrakurikuler Sepakbola Untuk Siswa SMP/MTs.

METODE

Metode penelitian ini langkah-langkah penelitian dan pengembangan pada model konseptual tersebut, tahapan yang digunakan peneliti menggunakan model pengembangan pembelajaran berupa langkah ADDIE. Tahap-tahap dari penelitian ini antara lain (1) analisis fase ini untuk mengetahui kesenjangan antara kondisi. (2) Desain adalah fase rancangan produk buku pedoman latihan yang akan dibuat, (3) Pengembangan adalah fase pengembangan yang sesuai rancangan pada tahap sebelumnya, (4) Implementasi adalah fase yang melibatkan ahli materi, sepakbola dan media melalui uji validasi untuk memperoleh hasil dan saran tentang layak atau tidaknya produk, dan (5) Evaluasi. Subjek penelitian ini ialah pelatih ekstrakurikuler sepakbola tingkat SMP sederajat di Kabupaten Malang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari fase ini untuk melihat kelayakan dari produk pengembangan buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepak bola untuk siswa SMP/MTs. Tahap ini menjabarkan analisis data dari ahli materi, media, dan sepakbola.

1. Ahli Materi

Penelaahan dan penguraian data hingga menghasilkan simpulan didapat melalui ahli materi dari beberapa aspek yang meliputi aspek kesesuaian, kemenarikan, keefektifan, kepraktisan, kemudahan dan kebermanfaatannya pada produk pengembangan buku pedoman latihan ekstrakurikuler Sepakbola untuk siswa SMP/MTs. dijabarkan pada tabel 3.1 di bawah ini:

Tabel 1. Hasil Analisis Data Ahli Materi

No	Aspek	%	Kategori
1	Kesesuaian	93,75	Sangat Valid
2	Kemenarikan	100	Sangat Valid
3	Keefektifan	75	Cukup Valid
4	Kejelasan	100	Cukup Valid
5	Kemudahan	75	Cukup Valid
6	Kebermaknaan	100	Cukup Valid
	Rata-Rata	90,62	Sangat Valid

Persentase sebesar 90,62% didapat dari data analisis ahli materi, hasil di atas dinilai dari berbagai aspek, selanjutnya hasil diklasifikasikan dengan tabel klasifikasi kelayakan memperlihatkan bahwa produk buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepakbola untuk siswa SMP/MTs. sudah masuk kriteria layak digunakan dan sangat valid.

2. Ahli Media

Berdasarkan penelaahan dan penguraian data hingga menghasilkan simpulan yang didapat dari pakar media dari berbagai aspek diantaranya aspek kejelasan, kepraktisan, kemudahan, kemenarikan, kesesuaian dan ketepatan pada produk pengembangan buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepakbola untuk siswa SMP/MTs. dijabarkan pada tabel 3.2 di bawah ini:

Tabel 2. Hasil Analisis Data Ahli Media

No	Aspek	%	Kategori
1	Kejelasan	91,6	Sangat Valid
2	Ketepatan	75	Sangat Valid
3	Kemudahan	100	Sangat Valid
4	Kemenarikan	87,5	Sangat Valid
5	Kesesuaian	87,5	Sangat Valid
	Rata-Rata	87,5	Sangat Valid

Dari penelaahan dan penguraian data hingga menghasilkan simpulan yang didapat dari pakar media dengan persentase sebesar 87,5%, hasil di atas dinilai dari aspek-aspek kemudian hasil tersebut

diklasifikasikan berdasarkan tabel klasifikasi kelayakan memperlihatkan bahwa produk pengembangan buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepakbola untuk siswa SMP/MTs. sudah memenuhi kriteria sangat valid dan layak digunakan.

3. Ahli sepakbola

Dari analisis data yang didapat dari ahli sepak bola berdasar dari aspek yang meliputi aspek kebermanfaatan, kepraktisan, kemudahan, kemenarikan, kesesuaian dan kejelasan pada produk pengembangan buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepakbola untuk siswa SMP/MTs. dijabarkan pada tabel 3.3 berikut ini:

Tabel 3. Hasil Analisis Data Ahli Sepak Bola

No	Aspek	%	Kategori
1	Kebermanfaatan	100	Sangat Valid
2	Kejelasan	91,6	Sangat Valid
3	Kemudahan	81,25	Sangat Valid
4	Kemenarikan	83,3	Sangat Valid
5	Kesesuaian	87,5	Sangat Valid
	Rata-Rata	88,7	Sangat Valid

Dari rata-rata nilai 88,7% di atas, memperlihatkan produk pengembangan buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepakbola untuk siswa SMP/MTs. sudah memenuhi kriteria sangat valid dan layak digunakan.

4. Uji Coba Produk

Dalam uji coba produk ini peneliti mengambil pelatih ekstrakurikuler sepak bola di SMP/MTs. Kabupaten Malang sebanyak 32 pelatih, baik yang belum punya lisensi kepelatihan maupun yang sudah memiliki lisensi kepelatihan. Hasil uji coba produk pengembangan buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepak bola untuk siswa SMP/MTs, sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Ujicoba Produk Pengembangan Buku Pedoman Latihan Ekstrakurikuler Sepak Bola untuk siswa SMP/MTs.

No.	Aspek yang dinilai	Persentase	Kategori
1.	Kelayakan Materi	85%	Baik/Layak
2.	Tampilan Isi	87%	Baik/Layak
3.	Kebermanfaatan	82%	Baik/Layak
	Total	84,6%	Baik/Layak

Hasil ujicoba produk buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepakbola untuk siswa SMP/MTs. tentang kelayakan materi mendapat persentase 85 dengan artian baik/layak, dari sisi tampilan mendapat persentase 87% dengan artian baik/layak, dan dari nilai kebermanfaatan mendapat nilai 82% yang berarti baik/layak juga. Dari total nilai uji coba produk buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepak bola ini layak untuk diproduksi massa serta dapat digunakan sebagai buku pegangan latihan ekstrakurikuler di sekolah tingkat SMP/MTs.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dalam beberapa langkah seperti observasi, rencana, validasi, revisi, uji coba, penilaian, hingga produksi massa, pengembangan media buku pedoman latihan ekstrakurikuler sepak bola dinilai baik dan layak untuk digunakan. sebagai sarana untuk belajar dan mempersiapkan diri. Menurut pakar materi, produk ini mendapat nilai persentase 90,62% dalam kategori yang sesuai. Menurut ahli media produk ini memperoleh nilai presentase sebesar 87,5% dalam kategorialayak. Menurut ahli sepakbola produk ini memperoleh nilai presentase sebesar 88,7% dalam kategori layak. Sementara penilaian responden dalam uji coba memperoleh nilai sebesar 84,6%. Produk buku pedoman Latihan berupa pengertian masing-masing teknik dasar, macam-macam teknik dasar, gerak dasar, dan variasi Latihan. Produk juga dilengkapi dengan link barcode yang terhubung dengan tutorial video latihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, A., & Jayadi, W. (2019, February). Pengembangan VCD pembelajaran teknik dasar shooting bola basket pada siswa SMA di Pinrang. In *Seminar Nasional LP2M UNM*.
- Adisendjaja, Y. H. (2008). Analisis buku ajar biologi sma kelas x di kota bandung berdasarkan literasi sains. *Bandung: Jurusan Pendidikan Biologi, FMIPA Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Akbar, S., & Sriwijana, H. (2011). *Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS)*. Cipta Karya.
- Aprianova, F., & Hariadi, I. (2017). Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Menggiring Bola (Dribbling) Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sekolah Sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro Usia 13-15 Tahun. *Indonesia Performance Journal*, 1(1).
- Ayuningrum, B. K. (2012). Pengembangan Buku Ajar Sebagai Pedoman dalam Meningkatkan Pembelajaran Bahasa Arab RA. Sinar Pelangi Kecamatan Gunungpati, Semarang (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Bartkus, KR, Nemelka, B., Nemelka, M., & Gardner, P. (2012). Memperjelas arti kegiatan ekstrakurikuler: Sebuah tinjauan literatur tentang definisi. *American Journal of Business Education (AJBE)*, 5 (6), 693-704.
- Bima, A. C. A., Thaib, F., & Suyoto, S. (2020, March). Development of learning media for basic techniques and strategies in playing multimedia-based football. In *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering* (Vol. 1098, No. 3, p. 032042). IOP Publishing.
- Blended Learning Quality Higher Education*, (2017). France. Unesco Bangkok.
- Blomfield, C., & Barber, B. (2010). Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler Remaja Australia dan Perkembangan Positif: Apakah Hubungan Dimediasi oleh Atribut Sesama ?. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Perkembangan Australia*, 10, 114-128.
- Cahyadi, R. A. H. (2019). Pengembangan Bahan Ajar Berbasis ADDIE Model. *Halaqa: Islamic Education Journal*, 3(1), 35-42.
- Damanik, S. A. (2014). Pramuka ekstrakurikuler wajib di sekolah. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 13(02), 16-21.
- Desmita, D. (2009). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Remaja Rosdakarya.
- Doewes, R. I., Pumama, S., Syaifullah, R., & Nuryadin, I. (2020). The effect of small sided games training method on football basic skills of dribbling and passing in indonesian players aged 10-12 years. *Int J Adv Sci Technol*, 29(3), 429-441.
- Dwiyogo, W. D. (2013). Media pembelajaran. *Malang: Wineka Media*.
- Fleck, Tom&Quinn, Ron (2002). *The Baffled Parent's Guide to Great Soccer Drills*.
- Giordano, L., Federici, A., Valentini, M., & D'Elia, F. (2019). Menggiring bola dalam sepak bola: Menghadapi teori pembelajaran.
- Håland, EM, Wiig, AS, Stålhane, M., & Hvattum, LM (2020). Mengevaluasi kemampuan passing dalam sepak bola asosiasi. *IMA Journal of Management Mathematics*, 31 (1), 91-116.
- Hartati, L. (2015). Pengaruh gaya belajar dan sikap siswa pada pelajaran matematika terhadap hasil belajar matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 3(3).
- Inriyani, Y., Wahjoedi, W., & Sudarmiatin, S. (2017). Pengaruh kegiatan ekstrakurikuler terhadap prestasi belajar ips melalui motivasi belajar. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 2(7), 955-962.
- Joseph A Luxbacher. (2012). *Sepakbola*. Depok. PT Raja Grafindo Persada.
- Junaedi, A. (2016). Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Sma, Smk, Dan Ma Negeri Se-Kabupaten Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(3).
- Koger, Robert L. (2007). *Great Drills and Skills for Better Fundamental Play*.
- Leontijević, B., Janković, A., & Tomić, L. (2019). Profil kinerja menyerang tim sepak bola di liga nasional yang berbeda menurut peringkat uefa untuk kompetisi klub. *Facta Universitatis, Seri: Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 697-708.
- Lunenburg, FC (2010). Kegiatan ekstrakurikuler. *Sekolah*, 1 (1), 1-4.
- Magrisa, T., Wardhani, K. D. K., & Saf, M. R. I. A. (2018). Implementasi Metode SMART pada Sistem Pendukung Keputusan Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler untuk Siswa SMA. *Informatika Mulawarman: Jurnal Ilmiah Ilmu Komputer*, 13(1), 49-55.
- Margana, M., & Widyantoro, A. (2017). Mengembangkan buku teks bahasa Inggris yang berorientasi pada keterampilan berpikir tingkat tinggi bagi siswa sekolah menengah kejuruan di Yogyakarta. *Jurnal Pengajaran dan Penelitian Bahasa*, 8 (1), 26-38.
- Masri'an, dkk. (2016). *Pendidikan Jasmani, OLahraga, dan Kesehatan*. Jakarta. Erlangga.

- Maulana, I. R., Adi, S., & Hariyanto, E. (2019). Media Pembelajaran Berbasis Autoplay Media Studio untuk Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(9), 1177-1184.
- Muktiani, N. R., Kriswanto, E. S., & Graha, A. S. (2010). Pengembangan Buku Pedoman Latihan Pencak Silat Bagi Pemula.
- Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Pengembangan buku ajar pengajaran remedial dalam pendidikan jasmani untuk mahasiswa S1 pendidikan Jasmani dan kesehatan universitas negeri malang. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 1-12.
- Novaldi, S. (2021, February). Analysis of Basic Techniques of Shooting Football School Players Imam Bonjol Padang City. In *1st International Conference on Sport Sciences, Health and Tourism (ICSSHT 2019)* (pp. 135-139). Atlantis Press.
- Nugraha, A. C. (2012). *Mahir Sepakbola*. Nuansa Cendekia.
- Reilly, T., & Williams, AM (2003). *Pengantar sains dan sepak bola* (hlm. 9-14). Routledge.
- Saputra, C. T. P. (2013). Pengembangan Model Pembelajaran Permainan Sepak Bola Gawang Simpai Melalui Pendekatan Perkebunan pada Siswa Kelas V SDN 01 Gadu Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati (*Doctoral dissertation*, Universitas Negeri Semarang).
- Setiawan, RR (2019). Model Latihan Memimpin Sepak Bola Berbasis Sirkuit di Sekolah Sepak Bola Usia 14-17 Tahun. *AKTIF: Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Kesehatan dan Rekreasi*, 8 (3), 129-133.
- Setyawa, P. (2013). Terampil Menulis; Cara mudah dan Praktis Menulis.
- Sintoko, R., & Suharjana, S. (2019, Juli). Pengaruh Metode Latihan dan Kekuatan Akurasi Menembak Sepak Bola. Dalam *Konferensi Internasional ke-6 tentang Penelitian dan Inovasi Pendidikan (ICERI 2018)* (hlm. 72-74). Atlantis Press.
- Situmorang, M. (2014). Pengembangan buku ajar kimia Sma melalui inovasi pembelajaran dan integrasi pendidikan karakter untuk meningkatkan hasil belajar siswa. *Prosiding SEMIRATA 2013*, 1(1).
- Sommerville, I., & Sawyer, P. (1997). *RE: a good practice guide*. John Wiley and Sons.
- Stølen, T., Chamari, K., Castagna, C., & Wisløff, U. (2005). Fisiologi sepak bola. *Kedokteran olahraga*, 35 (6), 501-536.
- Sudijono, A. 2008. *Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung. In *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*.
- Sukerni, P. (2014). Pengembangan Buku Ajar Pendidikan IPA Kelas IV Semester I SD No. 4 Kaliuntu dengan Model Dick and Carey. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 3(1).
- Timu, F., Bate, N., & Samri, F. (2021). Pengembangan Model Latihan Shooting dalam Permainan Sepak Bola Siswa Ekstrakurikuler SMPN 1 Golewa Barat. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 1(1), 75-85.
- Tudor O. Bomp&G. Gregory Haff (2009). *Periodization: theory and methodology of training*.
- Winarno, W., & Firmansyah, G. (2019). Pengembangan Buku Ajar Atletik Berbasis Penelitian Matakuliah Atletik. *Jp. jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*, 3(1), 90-102.
- Zhang, W., & Han, C. (2012). A case study of the application of a blended learning approach to web-based college english teaching platform in a medical university in eastern china. *Theory and Practice in Language Studies*, 2(9), 1961.
- Zulkifli, L. (2006). *Psikologi perkembangan*. Bandung. Remaja Karya.