BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Penelitian

Hasil deskripsi data penelitian yang di ambil dari 32 pemain bola SSB Balai Baru Padang, untuk melihat koordinasi mata kaki (X_1) dan kelincahan (X_2) terhadap keterampilan *dribbling* bola (Y). Hasil deskripsi data dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Deskripsi Data

Variabel	N	Maximal	Minimal	Rata – rata	Standar Devasi
Koordinasi Mata Kaki	32	67,18	34,57	50	10
Kelincahan	32	63,92	28,09	50	10
Keterampilan *Dribbling* bola	32	65,94	27,75	50	10

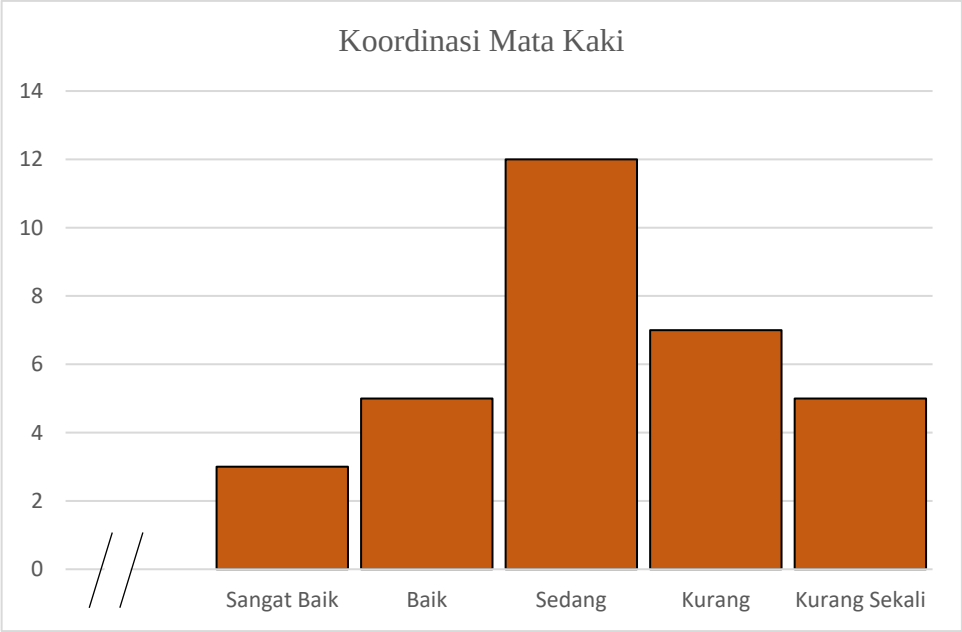
1. Koordinatasi Mata-Kaki (X_1)

Hasil deskripsi yang dilakukan menggunakan *mitcel soccer test* kepada 32 pemain sepak bola SSB Balai Baru Kota Padang. Pada pengolahan data terdapat hasil tertinggi 67,18, hasil terendah 34,57, dengan nilai rata – rata 50, dan simpangan baku 10. Hasil pengolahan tersebut dapat di deskriptifkan sebagai berikut:

Tabel 7. Tabulasi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki

No.	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Kumulatif	Kategori
1	≥ 65	3	9%	Sangat Baik
2	55 - 64	5	16%	Baik
3	45 - 54	12	38%	Sedang
4	35 - 44	7	22%	Kurang
5	34 ≤	5	16%	Kurang Sekali
Jumlah		**32**	**100%**	

Dari hasil tabel 4 dapat dijelaskan, 3 atlet sepak bola (9%) dengan interval 65 ≥ pada kategori baik sekali, 5 pemain sepak bola (16%) dengan interval 55 – 64 pada kategori baik, 13 pemain sepak bola (35%) dengan interval 45 – 54 pada kategori sedang, 7 pemain sepak bola (22%) dengan interval 35 – 44 pada kategori kurang, dan 5 pemain sepak bola (16%) dengan interval 34 ≤ pada kategori kurang sekali. Dari hasil data deskriptif diatas juga dapat dilihat dengan gambar histogram dibawah:



Gambar 5. Histogram Koordinasi Mata Kaki

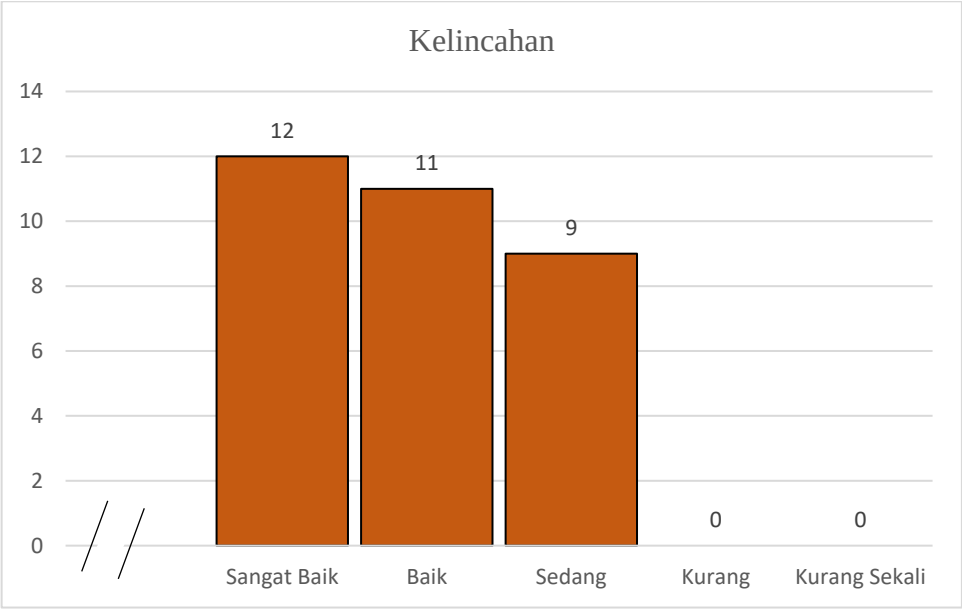
2. Kelincahan (X_2)

Hasil deskripsi yang dilakukan menggunakan *lilinois Agility test* kepada 32 pemain sepak bola SSB Balai Baru Kota Padang. Pada pengolahan data terdapat hasil tertinggi 63,92, hasil terendah 28,09, dengan nilai rata – rata 50, dan simpangan baku 10. Hasil pengolahan tersebut dapat di deskriptifkan sebagai berikut:

Tabel 8. Tabulasi Frekuensi Kelincahan

No.	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Kumulatif	Kategori
1	≥ 15,2	12	38%	Sangat Baik
2	16,1 - 15,2	11	34%	Baik
3	18,1 - 16,2	9	28%	Sedang
4	18,3 - 18,2	0	0%	Kurang
5	18,3 ≤	0	0%	Kurang Sekali
Jumlah		**32**	100%	

Dari hasil tabel 5 dapat dijelaskan, 12 atlet sepak bola (38%) dengan interval ≥ 15,2 pada kategori baik sekali, 11 pemain sepak bola (34%) dengan interval 16,1 – 15,2 pada kategori baik, 9 pemain sepak bola (28%) dengan interval 18,1 – 16,2 pada kategori sedang, 0 pemain sepak bola (0%) dengan interval 18,3 – 18,2 pada kategori kurang, dan 0 pemain sepak bola (0%) dengan interval 18,3 ≤ pada kategori kurang sekali. Dari hasil data deskriptif diatas juga dapat dilihat dengan gambar histogram dibawah:



Gambar 6. Histogram Kelincahan

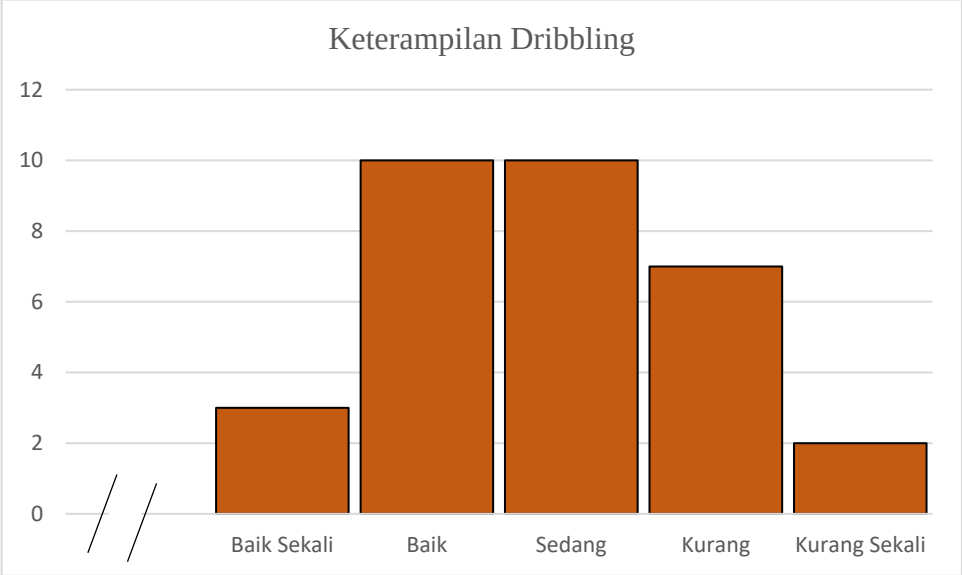
3. Keterampilan *Dribbling* (Y)

Hasil deskripsi yang dilakukan menggunakan *dodging* tes kepada 32 pemain sepak bola SSB Balai Baru Kota Padang. Pada pengolahan data terdapat hasil tertinggi 65,94, hasil terendah 27,75, dengan nilai rata – rata 50, dan simpangan baku 10. Hasil pengolahan tersebut dapat di deskriptifkan sebagai berikut:

Tabel 9. Tabulasi Frekuensi Keterampilan *Dribbling*

No.	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Kumulatif	Kategori
1	≥ 65	3	9%	Baik Sekali
2	55 - 64	10	31%	Baik
3	45 - 54	10	31%	Sedang
4	35 - 44	7	22%	Kurang
5	≤ 34	2	6%	Kurang Sekali
Jumlah		**32**	**100%**	

Dari hasil tabel 6 dapat dijelaskan, 3 atlet sepak bola (9%) dengan interval 65 ≥ pada kategori baik sekali, 10 pemain sepak bola (31%) dengan interval 55 – 64 pada kategori baik, 10 pemain sepak bola (31%) dengan interval 45 – 54 pada kategori sedang, 7 pemain sepak bola (22%) dengan interval 35 – 44 pada kategori kurang, dan 2 pemain sepak bola (6%) dengan interval 34 ≤ pada kategori kurang sekali. Dari hasil data deskriptif diatas juga dapat dilihat dengan gambar histogram dibawah:



Gambar 7. Histogram Keterampilan *Dribbling*

B. Uji Persyaratan

1. Uji Normalitas

Uji normalitas variabel menggunakan uji *lilliefors* dengan L_{tabel} bernilai 0,154 yang didasarkan pada jumlah sampel (N=32) pada tabel nilai kritis uji *lilliefors* dan taraf signifikansi 0,05, menunjukan bahwa data berdistribusi normal. Hasil lengkap uji *lilliefors* dapat dilihat pada tabel berikut: (dapat dilihat pada lampiran halaman 61)

Tabel 10. Hasil Normalitas *Lilliefors*

Variabel	N	L_O	L_{-tab}	Keterangan
Koordinasi Mata Kaki	32	0.124	0,154	Normal
Kelincahan	32	0.082		Normal
Keterampilan *Dribbling*	32	0.063		Normal

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas variabel menggunakan uji homogenitas varian dengan F_{tabel} bernilai 4,17 yang didasarkan pada taraf signifikansi 0,05,

menunjukan bahwa data berdistribusi normal. Hasil lengkap uji homogenitas varian dapat dilihat pada tabel berikut: (dapat dilihat pada lampiran halaman 64)

Tabel 11. Hasil Uji Homogenitas

No.	F-hitung	F-tabel	Keterangan
1	1,00	4,17	Homogen

C. Pengujian Hipotesis

1. **Terdapat hubungan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan dribbling bola pada atlet sepak bola U-15 tahun di SSB Balai Baru Padang (X_1-Y).**

Hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan *dribbling* bola pada atlet sepak bola U-15 tahun di SSB Balai Baru Padang. Untuk menguji korelasi koordinasi mata kaki dengan keterampilan *dribbling* dilakukan uji korelasi dengan *product moment* kemudian dilanjutkan dengan uji t. Hipotesis kerja (Ha) terdapat hubungan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan *dribbling* bola. (dapat dilihat pada lampiran halaman 65)

Tabel 12. Hasil Hipotesis X_1Y

Korelasi	R		T		Keterangan
	Hitung	Tabel	Hitung	Tabel	
X_1 dengan Y	0,418	0,349	2,52	1,70	Ha diterima Ho ditolak

2. **Terdapat hubungan kelincahan terhadap keterampilan dribbling bola pada atlet sepak bola U-15 tahun di SSB Balai Baru Padang (X_2-Y).**

Hipotesis kedua yang diajukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan kelincahan terhadap keterampilan dribbling bola

pada atlet sepak bola U-15 tahun di SSB Balai Baru Padang. Untuk menguji korelasi kelincahan dengan keterampilan *dribbling* dilakukan uji korelasi dengan *product moment* kemudian dilanjutkan dengan uji t. Hipotesis kerja (Ha) terdapat hubungan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* bola. (dapat dilihat pada lampiran halaman 67)

Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis X_2Y

Korelasi	R		T		Keterangan
	Hitung	Tabel	Hitung	Tabel	
X_1 dengan Y	0,404	0,349	2,42	1,70	Ha diterima Ho ditolak

3. Terdapat hubungan koordinasi mata kaki dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan dribbling bola pada atlet sepak bola U-15 tahun di SSB Balai Baru Padang (X_1X_2-Y).

Hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan secara bersama-sama koordinasi mata kaki dan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* bola pada atlet sepak bola U-15 tahun di SSB Balai Baru Padang. Pengujian hipotesis ketiga ini dilakukan menggunakan korelasi ganda dan dilanjutkan uji F. Dalam hipotesis kerja (Ha) terdapat hubungan secara bersama-sama koordinasi mata kaki dan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* bola pada atlet SSB Balai Baru Kota Padang. Untuk menguji signifikan koefisien korelasi antara koordinasi mata kaki dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan *dribbling* pemain SSB Balai Baru Padang. (dapat dilihat pada lampiran halaman 69)

Tabel 14. Hasil Uji Hipotesis X_1X_2-y

Variabel	F_{hitung}	F_{tabel}	Keterangan
koordinasi mata kaki dan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling*	5,18	3,33	Ha diterima Ho ditolak

D. Pembahasan

1. Hasil Koordinasi Mata Kaki terhadap Keterampilan *Dribbling* Bola

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan *dribbling* bola pada atlet sepak bola. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan koordinasi mata kaki dengan keterampilan *dribbling*. Dari hasil hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan *dribbling* bola atlet sepak bola SSB Balai Baru Padang.

Secara fisiologis, koordinasi merupakan kemampuan tubuh dalam mengintegrasikan fungsi sistem saraf pusat dengan sistem otot sehingga menghasilkan gerakan yang harmonis, tepat, dan efisien (Harsono, 2015). Dalam sepakbola, koordinasi mata kaki berperan penting karena aktivitas dribbling membutuhkan kerja sama antara penglihatan dengan gerakan kaki untuk mengontrol bola secara tepat, mengubah arah, serta menjaga kecepatan.

Dribbling bola sendiri tidak hanya menuntut kemampuan teknik dasar, tetapi juga konsentrasi dan kemampuan koordinatif. Seorang pemain

yang memiliki koordinasi mata kaki yang baik akan mampu menyesuaikan gerakan bola dengan cepat berdasarkan rangsangan visual dari arah bola, posisi lawan, maupun kondisi lapangan (Luxbacher, 2012).

Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa koordinasi merupakan dasar penting dalam keterampilan teknik olahraga, termasuk sepak bola. Tanpa koordinasi yang baik, seorang pemain akan kesulitan dalam mempertahankan penguasaan bola ketika bergerak atau menghadapi lawan. Selain itu, penelitian ini juga mendukung penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa kemampuan koordinasi, terutama antara mata dan kaki, sangat memengaruhi kemampuan teknik dasar seperti *dribbling*. Atlet dengan koordinasi yang baik cenderung memiliki reaksi cepat dan pengambilan keputusan yang tepat selama menggiring bola.

Dari hasil pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata dan kaki sangat penting untuk keterampilan menggiring bola dalam sepak bola. Koordinasi yang baik memungkinkan pemain untuk melihat posisi bola, mengontrol arah dan kecepatan bola, serta mengantisipasi pergerakan lawan dengan lebih efektif.

2. Hasil Kelincahan terhadap Keterampilan *Dribbling* Bola

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* bola pada atlet sepak bola. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh bahwa terdapat hubungan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling*. Dari hasil hipotesis kedua yang diajukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa

terdapat hubungan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* bola atlet sepak bola SSB Balai Baru Padang.

Kelincahan didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengubah arah gerakan dengan cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan (Harsono, 2015). Dalam permainan sepakbola, kelincahan sangat diperlukan, terutama ketika seorang pemain menggiring bola sambil menghindari lawan atau melakukan perubahan arah secara mendadak.

Dribbling bola pada dasarnya merupakan keterampilan motorik kompleks yang membutuhkan kerja sama antara koordinasi, kecepatan, dan kelincahan. Seorang pemain yang lincah mampu menguasai bola dengan baik sekaligus menyesuaikan arah gerakan bola terhadap situasi permainan. Hal ini sejalan dengan pendapat Luxbacher (2012) yang menjelaskan bahwa pemain sepakbola dengan tingkat kelincahan tinggi akan lebih efektif dalam mempertahankan penguasaan bola meskipun mendapat tekanan dari lawan.

Kelincahan memiliki peran penting dalam keterampilan menggiring bola (*dribbling*) dalam olahraga, terutama sepak bola. Kelincahan memungkinkan pemain untuk mengubah arah dan kecepatan secara tiba-tiba, menghindari lawan, dan menjaga penguasaan bola. Latihan kelincahan yang efektif dapat meningkatkan keterampilan *dribbling* secara signifikan. Dalam permainan sepak bola khususnya dalam melakukan teknik menggiring bola faktor kelincahan sangat diperlukan dalam permainan

sepak bola, karena sangat memudahkan atlet dalam mengambil posisi yang tepat dan dapat menempatkan bola sesuai sasaran yang diinginkan.

3. Hasil Koordinasi Mata Kaki dan Kelincahan Secara Bersama-sama terhadap Keterampilan *Dribbling* Bola

Dari hasil hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan koordinasi mata kaki dan daya ledak otot tungkai secara bersama-sama terhadap keterampilan *shooting* pemain SSB Balai Baru Padang.

Koordinasi mata kaki adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan fungsi penglihatan (mata) dengan gerakan anggota tubuh bagian bawah**,** khususnya kaki, dalam mengontrol atau memanipulasi objek seperti bola. Dalam konteks sepak bola, koordinasi ini memungkinkan pemain untuk menggiring bola dengan pengamatan yang tepat dan gerakan kaki yang selaras**,** sehingga pergerakan bola tetap terkontrol sesuai arah dan kecepatan yang diinginkan.

Kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk mengubah arah atau posisi tubuh secara cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan. Dalam sepak bola, kelincahan sangat dibutuhkan ketika pemain melakukan gerakan dribbling, menghindari lawan, atau berpindah posisi secara mendadak sambil tetap menjaga kontrol terhadap bola.

Keterampilan dribbling bola adalah kemampuan seorang pemain sepak bola untuk menggiring bola dengan teknik yang baik**,** yaitu mempertahankan bola tetap berada dalam jangkauan sambil bergerak bebas di lapangan, baik dalam situasi tanpa tekanan maupun saat berhadapan

dengan lawan. Dribbling yang baik melibatkan kontrol bola, koordinasi, keseimbangan, kelincahan, serta kemampuan mengambil keputusan secara cepat.

E. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah:

1. Penelitian ini hanya memfokuskan pada variabel tertentu, seperti koordinasi mata kaki dan kelincahan.
2. Pelaksanaan tes keterampilan dilakukan dalam kondisi lingkungan tertentu (cuaca, jenis lapangan, kualitas bola), yang mungkin memengaruhi performa peserta. Selain itu, beberapa alat ukur bersifat manual, sehingga potensi kesalahan manusia dalam pengukuran masih mungkin terjadi.
3. Penelitian dilakukan dalam waktu yang relatif singkat, sehingga tidak dapat menggambarkan perkembangan atau perubahan keterampilan pemain dalam jangka panjang setelah dilakukan pelatihan koordinasi atau kelincahan secara berkelanjutan.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan data hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan koordinasi mata kaki terhadap keterampilan dribbling bola pada atlet sepak bola u-15 tahun di SSB Balai Baru Padang, dengan hasil r-hitung 0,418 > r-tabel 0,349.
2. Terdapat hubungan kelincahan terhadap keterampilan dribbling bola pada atlet sepak bola u-15 tahun di SSB Balai Baru Padang, dengan hasil r-hitung 0,404 > r-tabel 0,349.
3. Terdapat hubungan koordinasi mata kaki dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan dribbling bola pada atlet sepak bola u-15 tahun di SSB Balai Baru Padang, dengan hasil F-hitung 5,13 > F-tabel 3,33.

B. Saran

Saran dalam penelitian ini adalah:

1. Disarankan agar pelatih lebih memperhatikan pengembangan koordinasi mata kaki dan kelincahan dalam program latihan, karena kedua aspek ini terbukti berkontribusi positif terhadap peningkatan keterampilan dribbling pemain. Latihan seperti *ladder drills, cone dribbling*, dan *reaction-based drills* sebaiknya dijadikan bagian dari rutinitas latihan teknis pemain.
2. Pemain disarankan untuk melatih kemampuan koordinasi dan kelincahan secara mandiri maupun dalam sesi latihan tim, guna meningkatkan

kemampuan menggiring bola terutama dalam situasi pertandingan yang dinamis dan penuh tekanan.

3. Disarankan agar pihak sekolah atau klub menyediakan fasilitas latihan yang memadai dan menciptakan program pembinaan pemain yang mencakup pengembangan fisik, teknik, dan psikologis secara terpadu agar keterampilan seperti dribbling dapat berkembang secara optimal.
4. Peneliti berikutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan berasal dari berbagai kelompok usia atau tingkat kemampuan**,** agar hasil penelitian lebih general dan relevan.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2015). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: Rineka Cipta.

Anung Probo Ismoko & Danang Endarto Putro. 2017. *Ilmu Kepelatihan Olahraga.* Pacitan: LPPM Press STKIP PGRI PACITAN.

Antoni, W., & Iska, N. (2021). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Sekolah Sepak bola Bina Bintang Muda Kepri. *Jurnal Bola, 4*(1), 1-17.

Angga, Y. I., Imam Hariadi. (2019). *Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola. Journal Sport Science and Health, 1*(3).

Barlian, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif.* Padang: Sukabumi Pres.

Bayu, P. I. S. (2017). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak bola Pada Siswa Ektrskulikuler SMA Negeri 2 Lubuk Linggau. *Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang, 3*(2).

Emral. (2017). *Pengantar Teori & Metodologi Pelatihan Fisik.* Kencana: Depok.

Febi, K. Qori, A. Q., & Rolly, A. (2018). Kelincahan Dan Koordinasi Mata Kaku Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak bola Pada Siswa SMA Negeri 5 Karawang. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga, 10*(3).

Harsono. (2015). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: P2LPTK.

Hasyim, & Saharullah. (2019). *Dasar-Dasar Ilmu Kepelatihan.* Makassar: Badan Penerbit Universitas *Negeri* Makassar.

Herman, Muhammad Hasbillah. (2022). Hubungan Keseimbangan, Kelincahan dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola. *Sportify Journal, 2*(1), 9-16.

Ismaryati, 2006. *Tes Dan Pengukuran Olahraga.* Surakarta Jawa Tengah: Universitas Pres.

Jusman. (2018). *Hubungan Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepak Bola Murid SD Inpres No 145 Bungung-Bungung Di Kabupaten Jeneponto*. *Skripsi.* Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar.

Komarudin. (2005). Dasar Gerak Sepak bola. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Luxbacher, Joshep. (2012). Sepak Bola: *Langkah-langkah Menuju Sukses.* Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Luxbacher. (2001). Sepak bola. Jakarta: Gramedia.

M, Faris, A., Mashuri, E. W. (2020). Hubungan Antara Kecepatan, Kelincahan dan Koordinasi dengan Keterampilan Dribbling Siswa Akademi Arema U-14. *Sport Science and Health, 2*(1).

Narlan, A., & Juniar, D. T. (2020). *Pengukuran dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan dan Prestasi)*. Deepublish.

Nurhasan. (2001). Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani, Prinsip-Prinsip dan Penerapannya. Departemen Pendidikan Nasional: Ditjen Olahraga.

Ridho Bahtra. (2022). Buku Ajar Permainan Sepak bola. Padang: SUKABINA Press.

Robert Koger. (2007).”*Latihan Dasar Andal Sepak bola Remaja”.* Klaten: Saka Mitra Kompetensi.

Risfandi Setyawan. (2022). Mengenal Pelatihan Kondisi Fisik Level Dasar. Sukabumi: CV. Haura Utama

Sudrajat, W., Syarifudin. (2017). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Setyo Budiyanto. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga.* Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.

Sajoto, M. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga.* Jakarta. Depdikbud.

Salim, Agus. (2008). “Buku Pintar Sepak bola”. Bandung: Nuansa.

Sucipto, (2000). “*Sepak bola Latihan dan Strategi”.* Jakarta: Jaya Putra.

Sucipto, dkk. (2000). *Sepak bola.* Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.

Sukardi. (2005). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.

Sukatamsi. (2001). Permainan Besar 1 Sepak bola. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Sumaryoto, S. N. (2017). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.* Surakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang, Kemendikbud.

Saharullah. (2022). Komponen Latihan Fisik. Gunung Sari: Badan Penerbit UNM

Widiastuti, 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Wahyu Tri Setyannowo. (2017). *hubungan Antara Koordinasi Mata dan Kaki, Kelincahan, dan Ball Feeling Dengan Keterampilan Dribbling Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola Di SMP Negeri 2 Sewon. Skripsi:* Universitas Negeri Yogyakarta.

Winarno, 2006. *Tes Keterampilan Olahraga.* Malang: Laboratorium Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Malang

Yulifri. (2011). Permainan Sepak bola. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.