

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAME* TERHADAP AKURASI
PASSING MENDATAR SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA SMP
NEGERI 4 CIAWIGEBANG**

Sihab Amiruddin¹, Sartono²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

¹Mahasiswa STKIP Muhammadiyah Kuningan

²Dosen STKIP Muhammadiyah Kuningan

Alamat : Jl. R.A Moertasih Soepomo No.28B Kuningan Jawa Barat, 45511

Email: sihabamiruddin123@gmail.com, satria_bms@upmk.ac.id

Abstract: *The research aims to determine the effect of small sided games training on increasing horizontal passing accuracy. The research methodology used “one group pretest-posttest design” and the samples are sixteen students of football extracurricular SMP Negeri 4 Ciawigebang. The test instrument used in this research was a face-to-face passing test over two stakes and the data was analyzed using the SPSS 26 program. The results of the study showed that small sided games training had an influence on passing ability, this can be seen from the average posttest result of 7.44 which was higher. from the results, the average pretest result is 5.23 and the significance value is $0.000 < 0.05$. Based on the difference in average results (mean difference) from the pretest and posttest, it can be seen that the percentage increase in horizontal passing accuracy for football extracurricular students at SMP Negeri 4 Ciawigebang is 45%. This means that there is an influence of small sided games training on the ability of passing accuracy in students who take part in football extracurricular at SMP Negeri 4 Ciawigebang.*

Keywords: *Small sided games, horizontal passing accuracy.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap peningkatan akurasi *passing* mendatar. Desain penelitian yang digunakan adalah “*one group pretest-posttest design*” dengan sampel dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 4 Ciawigebang dengan jumlah 16 siswa. Instrument tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *passing* berhadapan melewati dua buah tiang pancang dan data dianalisis menggunakan program SPSS 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan *small sided games* memiliki pengaruh terhadap kemampuan *passing*, hal ini dapat dilihat dari rata-rata hasil *posttest* sebesar 7.44 lebih tinggi dari hasil rata-rata hasil *pretest* sebesar 5.23 dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Berdasarkan perbedaan hasil rata-rata (*mean difference*) dari *pretest* dan *posttest* maka dapat diketahui besarnya persentase peningkatan akurasi *passing* mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang sebesar 45%. Artinya ada pengaruh latihan *small sided games* terhadap kemampuan akurasi *passing* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Ciawigebang.

Kata kunci: *Small sided games, akurasi passing mendatar.*

Sepakbola merupakan olahraga yang paling banyak digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional dan internasional, dari usia anak-anak, dewasa hingga orang tua, mereka senang memainkan permainan sepakbola atau hanya sebagai penonton. Sepakbola merupakan permainan tim yang mana setiap timnya terdiri dari sebelas orang dan kerananya kelompok tersebut juga dinamakan kesebelasan (sepakbola, n.d.), oleh karena itu sepakbola mengandalkan kerjasama tim agar dapat memenangkan pertandingan. Permainan sepakbola memiliki beberapa momen seperti ketika tim yang melakukan menyerang (*attack*) dan melakukan bertahan (*defence*) dan momen saat melakukan transisi (Festiawan et al., 2019).

Salah satu faktor yang sangat mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi permainan Sepakbola adalah penguasaan teknik dasar permainan Sepakbola oleh pemain. Oleh karena itu, pemain yang tidak menguasai teknik dasar sepakbola tidak mungkin menjadi pemain yang baik. Semua pemain yang baik harus menguasai teknik dasar permainan sepakbola. Ada beberapa

Teknik dasar sepakbola diantaranya adalah mengoper bola (*passing*), menendang bola (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*) dan memberhentikan bola (*Stopball*).

Dari teknik dasar diatas yang paling berpengaruh atau yang harus pemain kuasai dalam permainan sepakbola adalah teknik dasar *passing* atau mengoper bola. karena *passing* dalam permainan Sepakbola sangatlah penting untuk mencapai suatu proses terciptanya kerjasama tim dalam bermain Sepakbola. Selain itu, *passing* juga memiliki peran yang sangat penting untuk kesebelasan dalam menciptakan gol. Karena jika permainan sepakbola tidak menerapkan keterampilan *passing*, permainan Sepakbola tidak akan berjalan dengan bagus dan permainan terkesan bermain secara individu. keterampilan *passing* salah satunya yaitu *impact* atau perkenaan kaki pada bola dan hal tersebut perlu diperbaiki kaitannya dengan *passing* karena pada permainan sepakbola *passing* sangatlah berpengaruh terhadap jalannya permainan maka dari itu *passing* merupakan dasar yang harus ditekankan, dilakukan, dan harus diulang-ulang untuk memperoleh hasil yang maksimal.

Passing adalah salah satu gerakan dasar dalam permainan sepakbola, teknik *passing* merupakan keterampilan untuk memindahkan (mengoper) bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* adalah mengoper bola pada teman. *Pasing* atau operan memiliki pengertian operan kepada teman atau bola yang dioperkan dari satu pemain ke pemain lain dalam satu regu atau kesebelasan (Luxbacher, 2008:9). *Passing* merupakan salah satu teknik dasar sepakbola yang digunakan untuk memberikan umpan dengan menggunakan kaki bagian dalam maupun luar, *passing* memiliki dua versi yaitu umpan pendek (*short pass*) dan umpan jarak jauh (*long pass*), (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan et al., 2022). Penguasaan teknik dasar *passing* atau mengoper bola akan menentukan jalannya permainan sehingga permainan akan terlihat enak ditonton dan tidak membosankan,

Proses pembelajaran di SMP Negeri 4 Ciawigebang dilakukan dalam dua jenis kegiatan, yakni kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan pembelajaran ini pada dasarnya untuk memberikan siswa pengalaman belajar gerak dan membentuk karakter siswa tersebut. Kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 4 Ciawigebang merupakan bagian tidak

terpisahkan dalam kegiatan proses Pendidikan secara keseluruhan. Tujuan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan kreativitas siswa berdasarkan minat dan bakatnya. Tujuan lainnya untuk meningkatkan jiwa sosial siswa, mengembangkan suasana rileks dan menyenangkan, serta sebagai media persiapan karir berdasarkan potensi, minat, dan bakat yang dimiliki siswa.

Ekstrakurikuler merupakan sebuah kegiatan tambahan yang diselenggarakan diluar jam pelajaran yang bertujuan untuk upaya pementapan kepribadian peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan sebuah kegiatan tambahan di sekolah yang pada umumnya dilaksanakan diluar jam pelajaran dan kegiatan ini bertujuan agar siswa lebih memperdalam dan mengembangkan apa yang dipelajari saat proses pembelajaran di kelas serta dapat mengembangkan minat dan bakat siswa. Kegiatan ekstrakurikuler ini lebih diarahkan untuk membentuk kepribadian anak (Intan Pratiwi et al., 2020). Di sebuah sekolah menengah pertama yang mengadakan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola tentunya memiliki tujuan agar siswa tersebut mampu bermain sepakbola dengan baik serta enak ditonton. Disamping

kegiatan tersebut sekolah tentunya menginginkan lahirnya sebuah prestasi yang membanggakan bagi sekolah tersebut dari ajang kegiatan ekstrakurikuler.

Dari hasil observasi selama penulis mengikuti asistensi mengajar di Sekolah Menengah Pertama (SMP) 4 Ciawigebang, tepatnya di kegiatan atau ekstrakurikuler Sepakbola. Dalam rangka menghadapi *event* sepakbola Liga Pesik antar sekolah menengah pertama Se-Kabupaten Kuningan yang diselenggarakan oleh club liga 3 (tiga) Indonesia yaitu Club Pesik Kuningan, kebetulan penulis dipercaya oleh sekolah untuk memegang dan melatih untuk *event* tersebut, dan selama latihan berlangsung dua minggu, meskipun persiapan terhitung singkat akan tetapi sekolah yang penulis pegang mendapatkan peringkat ke 2 (dua). Penulis menganalisis selama latihan maupun turnamen, masih banyak *passing* yang *error* atau akurasi *passing*nya masih jauh, kebanyakan pemain *passing*nya asal sehingga menyebabkan bola kerebut oleh lawan atau keluar lapangan. Untuk itu pelatih harus memberi materi tentang *passing* yang baik dan benar terutama dalam hal akurasi *passing* dan harus memberikan metode yang sesuai dengan ketika pertandingan yang sebenarnya bisa menggunakan metode *small sided games*

karena bisa melatih *passing* dan dalam permainan tersebut, melibatkan semua pemain pada saat menyerang maupun bertahan, pemain terus dituntut untuk bersikap taktis dan sentuhan bola lebih banyak terutama dalam proses *passing*.

small sided games adalah suatu latihan yang menyenangkan untuk olahraga permainan dengan pemanfaatan latihan fisik dan teknik dalam bentuk permainan dengan ukuran lapangan yang diperkecil dan jumlah pemain dibatasi (Abdullah & Mongsidi, n.d.). *Small sided games* juga merupakan latihan yang menggunakan lapangan lebih kecil, pemain lebih sedikit, dan tidak mempunyai peraturan yang baku, baik mengenai peraturan permainan, alat yang digunakan, ukuran lapangan, maupun durasi permainan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk pra-eksperimen. Metode eksperimen didefinisikan sebagai metode sistematis guna membangun hubungan yang mengandung fenomena sebab akibat (*Causal-effect relationship*) (Sukardi, 2015: 184). Kelompok dalam penelitian ini diberikan *pretest* dan *posttest*. Kelompok diberi perlakuan (*treatment*) latihan pendekatan taktik. Penelitian ini membandingkan *pretest*

dan posttest ketepatan akurasi *passing* mendatar dengan kaki bagian dalam pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang.

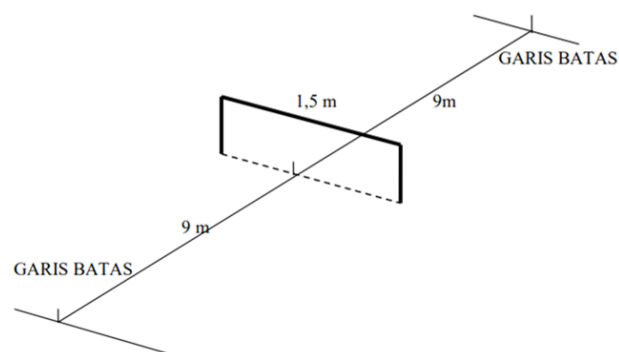
Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 4 Ciawigebang yang berjumlah 26 orang. Sedangkan sampelnya menggunakan teknik purposive sampling yang merupakan sebuah teknik pengambilan sampel yang ciri atau karakteristiknya sudah ketahui lebih dahulu berdasarkan ciri atau sifat populasi, Ali Maksum 2012: 60). Teknik ini digunakan apabila penentuan sampel menggunakan syarat tertentu yang ditentukan oleh peneliti. Adapun syarat untuk menjadi sampel dalam penelitian ini adalah hanya siswa dari kelas VIII dan IX yang berjumlah 16 orang.

LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN

Tempat penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 4 Ciawigebang, Jl. Ciomas No. 03, Desa Ciomas Kecamatan Ciawigebang Kabupaten Kuningan. Waktu penelitian dilaksanakan selama 16 kali pertemuan pada tanggal 13 Mei 2024.

INSTRUMEN PENELITIAN

Menurut Sugiyono (2013: 133) instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah dalam bentuk tes. Tes adalah alat ukur untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi yang dimiliki individu atau kelompok (Arikunto, 2010: 193). Teknik pengambilan data menggunakan tes dengan instrumen yang digunakan tes ketepatan akurasi *passing* mendatar dari Subagyo Irianto dengan koefisien validitas 0.812 dan koefisien reliabilitas 0.879. Instrumen pengukuran ketepatan *passing* mendatar, peralatan yang digunakan diantaranya yaitu lapangan datar, bola, peluit, dua buah tiang pancang ukuran 0.75 cm, tali rafia, meteran, kapur, alat tulis dan petugas (seorang pencatat merangkap pengamat tendangan).



Gambar 3.5. Lapangan tes mengoper bola mendatar (tes passing bawah).

Sumber : Subagyo Irianto, 1995 dalam Septiadi, 2015)

Memberikan perlakuan (*treatment*) dengan menggunakan latihan *small sided games*. Bentuk latihan ini menggunakan 4 lawan 4, 7 lawan 7, lapangan dibatasi dengan coec disetiap sudutnya dan berbentuk persegi dengan ukuran 30 x 20 meter dengan durasi latihan 4 menit, 5-8 set 5 menit jeda istirahat disela set. Latihan ini dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan dengan 3 kali pertemuan dalam seminggu (*Us. Youth Soccer*, 2014).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data hasil penelitian diperoleh peningkatan signifikan terhadap kelompok yang diteliti. Pemberian perlakuan latihan *small sided games* selama 16 kali pertemuan memberikan pengaruh terhadap peningkatan ketepatan akurasi passing mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang dapat dibuktikan dengan uji-t. Uji t akan menampulkan besar nilai t hitung dan signifikansinya. Ada tindakannya peningkatan ketepatan akurasi *passing* mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang setelah diberi perlakuan metode latihan *small sided games* dapat diketahui dari nilai rata-rata pretest dan posttest pada uji t tersebut. Hasil dari uji t

menunjukkan bahwa metode *small sided games* memberikan peningkatan yang signifikan terhadap akurasi passing mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang dengan nilai t hitung $8.579 > t \text{ tabel } 1.753 \text{ (df } 15; 0.05)$, nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ dan kenaikan persentase sebesar 45%. Ketepatan akurasi *passing* mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang mengalami peningkatan setelah melakukan latihan *small sided games* dengan ditunjukkan oleh nilai posttest lebih besar dari nilai pretest. Akurasi *passing* mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang dapat meningkat apabila dilakukan secara terprogram, terencana dan dilakukan dengan benar.

Hasil analisis deskriptif akurasi *passing* mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang didapat nilai *pretest* nilai minimal = 3, nilai maksimal = 7, rata – rata (*mean*) = 5.13, dengan simpang baku (*std. Deviation*) = 1.025, sedangkan untuk *posttest* nilai minimal = 5, nilai maksimal = 9, rata – rata (*mean*) = 7.44 dengan simpang baku (*Std. Deviation*) = 1.153.

Uji normalitas dimaksud untuk mengetahui apakah variabel – variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi

normal atau tidak. Perhitungan uji normalitas ini menggunakan rumus kolmogorov-smirnov Z, dengan pengolahan menggunakan bantuan komputer program SPSS 26. Hasilnya disajikan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.6. Uji Normalitas

Kelompok k	P	Sig.	Keterangan n
Pretest	0.08	0.0	Normal
	2	5	
Posttest	0.13	0.0	Normal
	7	5	

Dari hasil tabel diatas dapat dilihat bahwa semua data memiliki nilai p (sig.) > 0.05, maka data berdistribusi normal. Karena semua data berdistribusi normal maka analisis dapat dilanjutkan.

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi, kaidah homogenitas jika $p > 0.05$, maka tes dinyatakan homogen, jika $p < 0.05$ maka tes dikatakan tidak homogen. Hasil homogenitas penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 4.7. Uji Homogenitas

kelompok k	Df 1	Df 2	Sig.	ket
Pretest- Posttest	1	30	0.48 8	Homoge n

Dari tabel diatas dilihat nilai *pretest-posttest* sig. P 0.488 > 0.05 sehingga data bersifat homogen. Oleh karena itu data bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistik numerik.

Hasil uji-t dilihat bahwa t hitung 8.579 > t tabel 1.753 (df 15;0.05), dengan nilai signifikansi p sebesar 0.000. oleh karena itu t hitung 8.579 > t tabel 1.753 (df 15;0.05), dan nilai signifikansi 0.000 < 0.05, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan, dengan demikian hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi “ada pengaruh yang signifikan latihan *small sided games* terhadap akurasi passing mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang” diterima. Artinya metode latihan *small sided games* memberikan pengaruh terhadap peningkatan akurasi *passing* mendatar tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata *pretest* yaitu sebesar 5.13, sedangkan nilai rata-rata *posttest* adalah sebesar 7.44. besar kenaikan atau efektivitas latihan *small sided games* sebagai berikut :

Tabel 4.9. hasil rangkuman Uji-t

Kelompok	Mea <i>n</i>	Selisi <i>h</i>	persentas <i>e</i>
<i>Pretest</i>	5.13	2.31	45%
<i>Posttest</i>	7.44		

Berdasarkan tabel diatas selisih nilai rata – rata *pretest* dengan *posttest* adalah 2.32, dari selisih rata – rata tesebut dapat diketahui kenaikan persentase sebesar 45%.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis dan pengujian hipotesisi maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut : “Terdapat pengaruh latihan *small sided games* terhadap akurasi *passing* mendatar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 4 Ciawigebang”. Hal ini dibuktikan dengan nilai *t* hitung $8.579 > t$ tabel 1.753 (*df* 15;0.05), nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ dan kenaikan persentase sebesar 45% sehingga *H_a* diterima.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu :

1. Bagi guru dan pelatih diharapkan

memberikan latihan *small sided games* sesuai dengan kebutuhan supaya siswa memiliki akurasi dalam melakukan *passing* yang bagus.

2. Bagi siswa diharapkan untuk mengikuti latihan *small sided games* dengan sungguh – sungguh supaya akurasi *passing* terjaga.
3. Peneliti berikutnya agar dapat melakukan penelitian pengarah latihan *small sided games* dengan mengganti ataupun dengan menambahkan variabel-variabel yang lain dan juga memperluas lingkup penelitian.

DAFTARPUSTAKA

- Abdullah, F., & Mongsidi, W. (n.d.). *PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES (SSG) TERHADAP KETERAMPILAN PASSING DAN STOPPING BALL SISWA SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) REKMINERS KENDARI*.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik*. (Edisi revisi) Jakarta: Rineka Cipta.
- Erliana, M., & Arisman, A. (2017). *Pengaruh Latihan E-Movement Cone Drill Terhadap Kelincahan*

- Pemain Futsal Smpn 3 Banjarbaru. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(2), 136–142.
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i2.4250>
- Festiawan, R., Nurcahyo, J., & Pamungkas, H. J. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Kemampuan Long Pass pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola. In *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* (Vol. 9). <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/mikiTerakreditasiSINTA4>
- Intan Pratiwi, S., Kristen Satya Wacana, U., Salatiga, K., & Tengah, J. (2020). PENGARUH EKSTRAKURIKULER PRAMUKA TERHADAP KARAKTER DISIPLIN SISWA SD. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1). <https://edukatif.org/index.php/edukatif/index>
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., Oktavianus, I., Pendidikan, P. S., Olahraga, K., & Keolahragaan, I. (2020). KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA. *Jurnal Patriot*, 2(3).
- Irianto, S. (2010). *Pengembangan tes kecakapan david lee untuk sekolah sepakbola (SSB) kelompok umur 14-15 tahun*. Tesis magister, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Kuswoyo, D. D., Wasa, C., & Dongoran, M. F. (2020). Pengaruh latihan back-up terhadap kemampuan menyundul bola. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 33–41.
[https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(1\).5190](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(1).5190)
- Luxbacher, J.A. (2004). *Pembinaan multilateral bagi atlet pemula sepakbola*. Yogyakarta: UNY Press.
- Maksum, A. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-dasar sepakbola*. Jakarta: PT. Intan Sejati.
- Oleh: Yunyun Yudiana, Herman Subardjah, dan Tite Juliantine FPOK-UPI. (n.d.).
- Pendidikan, J., Olahraga, J., & Kesehatan, D. (2020).

- PENGEMBANGAN VIDEO TUTORIAL MATERI PASSING SEPAKBOLA MATA PELAJARAN PJOKUNTUK KELAS X SMA/SMK* (Vol. 8, Issue 3). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, J., Audi Yahya, I., & Syamsul Arifin, ad. (2022). *GYMNASIA: Pengaruh Latihan Small Side Game terhadap Ketepatan Passing pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola MTS AL Amin Pakis* (Vol. 1). http://jurnal.anfa.co.id/index.php/PJ_KR
- Sani Rahman, K., Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, P., & Ilmu Keolahragaan, F. (n.d.). *TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA. Tahun, 2(2).* Sepak Bola, S. (n.d.). *Design by Yuas and R2 Bramistra SEPAK BOLA.*
- Septiadi, G. (2015). *Pengaruh metode latihan small sided game dan metode latihan passing drill terhadap keterampilan teknik dasar passing siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP negeri 3 Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta.* Skripsi sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Sugiyono, D 2015. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods).* Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D.* Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2015). *Evaluasi Pendidikan.* Jakarta: Bumi Aksara.
- Susanto, N., & Lismadiana, L. (2016). *Manajemen program latihan sekolah sepakbola (SSB) GAMA Yogyakarta. Jurnal Keolahragaan, 4(1), 98.* <https://doi.org/10.21831/jk.v4i1.8133>
- US Youth Soccer. (2014). *Small sided games manual.* US Youth Soccer. http://www.usyouthsoccer.org/coaches/coachesconnection/index/E_.html