

PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP GERAK DASAR *DRIBBLING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

1. **Robby Rodiansah** (email: robyrodiansah@student.upi.edu.)
2. **Herman Subarjah** (email: hermansubarjah@gmail.com)
3. **Tedi Supriyadi** (email: tedisupriyadi@upi.edu)

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani
Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurrahman No. 211 Sumedang

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap gerak dasar *dribbling* dalam sepak bola. Penelitian ini dilakukan pada siswa SDN Jingsrang, penelitian menggunakan metode eksperimen dengan melakukan *treatment* sebanyak 12 kali pertemuan. Sampel terdiri dari 20 siswa. Teknik analisis data dengan melakukan uji beda membandingkan tes *dribbling* sebelum dan sesudah perlakuan (pre test dan post test), selanjutnya dilakukan dengan uji dua pihak pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa skor rata-rata kemampuan *dribbling* pada data pretest 21,47 dan data posttest 18,68 dengan waktu selisih 2,79 detik. Hal ini berarti terdapat pengaruh secara signifikan metode bermain dalam meningkatkan keterampilan *dribbling* dalam sepak bola, hal tersebut terjadi karena siswa diberikan perlakuan dengan metode bermain, hasil tersebut dibandingkan hasil peningkatan antara data pretes (sebelum diberi perlakuan metode bermain) dan data post tes (setelah diberikan metode bermain).

Kata kunci: Hasil belajar *dribbling*, metode bermain.

PENDAHULUAN

Siswa melakukan berbagai aktivitas dalam pendidikan jasmani, seperti berinteraksi dengan teman lingkungan dan guru pendidikan jasmani. Pembentukan individu secara sistematis yang akan memberikan peranan pada kepribadiannya peserta didik yang di hasilkan dari keberlangsungan hidup peserta didik itu sendiri baik dari lingkungan sekolah maupun lingkungan keluarga, (Gilang Ramadhan, Entan Saptani, Tedi Supriyadi 2017, hlm. 61). Pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang siswa untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* dalam sepakbola. Melalui metode permainan itu, diharapkan dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk berinteraksi dengan kawan sebayanya. Metode bermain juga diharapkan pada anak dalam pembelajaran penjas dapat melatih keterampilan, komunikasi, kepemimpinan dan kerja kelompok, sehingga diharapkan dapat meningkatkan perkembangan moral anak dengan membantu mereka belajar mengenal kepuasan diri berdasarkan kejujuran dan kepuasan bersama.

Keterampilan atau materi yang perlu diajarkan kepada siswa di Sekolah Dasar (SD) sesuai dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar yang telah ditentukan dan dibuat oleh pemerintah salah satunya yaitu materi permainan sepakbola. Biasanya dalam materi permainan sepakbola ini banyak kendala yang dialami oleh guru maupun siswanya. Seperti halnya pada saat peneliti melakukan observasi di SDN Jingsrang Kabupaten Sumedang, permasalahan yang terjadi dalam aspek kognitif salah satunya yaitu siswa kurang memahami permainan dalam sepakbola. Segi afektif, siswa kurang bisa mengembangkan nilai-nilai yang terkandung dalam permainan sepakbola, yaitu aspek kerjasama, disiplin, semangat, sportivitas serta kejujuran, sehingga berdampak ke dalam aspek psikomotor siswa

yaitu rendahnya keikutsertaan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya permainan sepakbola. Minimnya fasilitas yang dimiliki sekolah, khususnya kurang lengkap sarana dan prasarana permainan sepakbola (misalnya: lapangan, gawang, bola) juga menjadi penyebab rendahnya keterampilan siswa dalam melakukan gerak dasar *dribbling* dalam permainan sepakbola.

Selain itu, guru juga kurang mendetail menjelaskan tahapan/ cara permainan sepakbola yang baik dan benar, hal itu disebabkan karena guru tersebut kurang menguasai materi sepakbola dan kurang mempersiapkan diri ketika akan mengajar atau dengan kata lain, guru tidak membuat rencana pembelajaran/ tidak membuat program pembelajaran/ RPP atau program latihan. Guru belum menerapkan model permainan dalam pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan dan kemampuan siswa, khususnya siswa sekolah dasar. Sehingga penyampaian guru kepada siswa dalam memberikan materi pembelajaran sepakbola tidak dikemas dengan baik, yang mengakibatkan hal tersebut berpengaruh pada aspek afektif siswa, yaitu rendahnya keterampilan siswa, siswa merasa enggan mengikuti pembelajaran penjas, khususnya permainan sepakbola, siswa merasa takut berpartisipasi dalam permainan sepakbola, dan siswa kurang percaya diri untuk melakukan permainan sepakbola.

Dengan berbagai permasalahan yang dikemukakan di atas, maka sangat berpengaruh pada aspek psikomotor siswa yang tidak bisa melakukan permainan sepakbola, secara kognitif menyebabkan rendahnya pemahaman siswa terhadap permainan sepakbola, juga secara afektif berdampak terhadap rendahnya keterampilan siswa dalam permainan sepakbola.

Untuk mengatasi masalah tersebut di atas, maka peneliti menerapkan pengembangan metode bermain dalam permainan sepakbola (dengan permainan *dribbling* hitam/hijau, permainan *dribbling* menjatuhkan kun, permainan *dribbling* mendirikan kun, permainan *dribbling* ikuti pemimpin, *dribbling* mengumpulkan ekor, permainan *dribbling* tiga gawang, permainan *dribbling* empat gawang, permainan *dribbling* berebut bola, permainan *dribbling* silang, permainan *dribbling* melewati gawang).

Menurut (Koger, 2007) *dribbling* dalam sepakbola adalah menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain dilapangan dengan menggunakan kaki, bola harus selalu dekat dengan kaki agar mudah dikontrol. Pemain tidak boleh terus-menerus melihat bola tetapi melihat ke sekeliling dengan kepala tegak agar dapat mengamati situasi lapangan dan mengawasi gerak-gerik pemain lainnya

Adapun pendapat (Zidane, 2013) *Dribbling* adalah salah suatu keterampilan sepakbola yang paling penting yang anda butuhkan untuk dikuasai. "*Dribbling* dalam permainan sepakbola tanpa adanya pemain bertahan lawan dikategorikan ke dalam keterampilan memanipulasi objek", (Edwards 2011, hlm 61).

Metode bermain secara umum merupakan alat bantu dalam proses pembelajaran, yang dapat dipergunakan untuk merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemampuan atau ketrampilan pembelajaran sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar yang dimanfaatkan untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Metode bermain menurut Ghosh (2015, hlm 1-5) adalah Cara menerapkan berbagai metode mengajar yang disesuaikan dengan karakteristik siswa dan karakteristik mengajarnya itu sendiri sehingga metode tersebut cocok diterapkan. Sedangkan menurut Diwakar (2014, hlm. 127) Pendekatan-pendekatan mengajar tersebut antara lain adalah Pendekatan permainan atau sering disebut metode bermain, dan pendekatan perlombaan.

Peran guru adalah menyediakan, menunjukkan, membimbing dan memotivasi siswa agar mereka dapat berinteraksi dengan berbagai metode bermain yang ada. (Suherman, 2009, hlm. 41–42) bahwasanya pembelajaran yang berbasis permainan yang pada proses pembelajarannya masih belum melibatkan peralatan dan media yang padahal akan membantu guru dalam menerapkan materi dan siswa akan lebih mudah menyerap materi tersebut. Metode bermain yang sengaja dirancang untuk keperluan belajar, sesuai dengan kemampuan dan karakter siswa. Karena belajar hanya akan efektif jika siswa diberikan banyak kesempatan untuk melakukan sesuatu, melalui metode bermain maka siswa akan dapat banyak berinteraksi secara aktif dengan memanfaatkan segala potensi yang dimiliki siswa. Menurut (Tomi R, Entan S dan Supriyadi T) dalam Jurnal (2017, hlm 92) bahwa “permainan adalah kegiatan kegiatan yang didalamnya terdapat aturan-aturan yang merupakan kesepakatan dari komunitas tertentu, dalam permainan unsur kesenangan dan kepuasan harus ada”.

Penerapan metode bermain yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pembelajaran permainan sepakbola, dimana permainan ini sebenarnya termasuk permainan yang murah meriah serta olahraga ini populer dimasyarakat dari anak-anak sampai orang dewasa menyukai olahraga ini. Permainan sepakbola dilakukan dengan cara di bola di sepak atau di tendang, dan tidak menggunakan alat. Belka dalam Erianti (2009, hlm. 57) menjelaskan bahwa “permainan dapat dikalsifikasikan menjadi lima macam, yaitu; Permainan sentuhan (*tag games*), permainan target (*target games*), permainan net dan dinding (*net and wall*), permainan serangan (*invasion games*), dan permainan lapangan (*fielding games*)”. Selanjutnya Erianti (2009, hlm 49) kembali mengemukakan bahwa esensi modifikasi permainan adalah “menganalisis dan mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajar”. Belajar melalui pengalaman gerak ini merupakan upaya untuk mencapai tujuan pengajaran. Tujuan pengajaran melalui pengalaman gerak merupakan salah satu ciri unik dari pendidikan jasmani. Dalam pengertian yang lebih mendalam. Proses pendidikan berlangsung melalui pelaksanaan aktivitas

jasmani, bermain, dan kegiatan olahraga. Guru dan siswa saling mempengaruhi dalam pergaulan yang bersifat mendidik.

(Wajidi, 2017, hlm 26) menyatakan bahwa

According to Ratey Sport activities improve the behavior because it affects the hormones and chemicals in neuro (nerve), explains that physical exercise has a tendency to increase the levels of glucose, serotonin, epinephrine, dopamine. Component chemical substances are known to affect the setting behavior.

Dapat diartikan bahwa aktivitas olahraga memperbaiki perilaku karena mempengaruhi hormon dan bahan kimia di neuro (syaraf), bahwa dengan latihan fisik memiliki kecenderungan untuk meningkatkan kadar glukosa, serotonin, epinefrin, dopamin. Komponen zat kimia diketahui mempengaruhi perilaku pengaturan.

Seluruh aktivitas yang dilakukan siswa dalam kegiatan pendidikan jasmani dapat dikatakan sebagai belajar. Sardiman (2014, hlm 20) Menjelaskan “belajar itu senantiasa merupakan sebuah tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru dan lain sebagainya”. Berbagai proses yang terjadi dalam pembelajaran menunjang siswa untuk mendapatkan perubahan tingkahlaku.

Sejalan dengan itu, Gagne dalam Dimiyati dan Mudjiono (2015, hlm 10) berpendapat bahwa belajar merupakan kegiatan yang kompleks, hasil belajar berupa kapabilitas, setelah belajar orang memiliki keterampilan, pengetahuan, sikap dan nilai. Timbulnya kapabilitas tersebut adalah dari stimulasi yang berasal dari lingkungan dan proses kognitif yang dilakukan oleh pembelajaran.

Terjadi kesenjangan antara fakta di lapangan dengan kenyataan bahwa siswa yang mengikuti ekstra kulikuler sepak bola seharusnya memiliki psikomotor yang mempuni sebagai potensi utama yang akan dikembangkan dan diberdayakan dalam proses perkembangan keterampilan sepak bola, Namun kenyataannya yang terjadi pada siswa peserta ekstrakurikuler pada siswa SDN Jinkang, hasil belajar sebagai salah satu indikator kualitas keterampilan sepak bola masih menjadi masalah, dimana siswa belum memperlihatkan hasil keterampilan secara maksimal. Hal tersebut dapat ditemui saat permainan sepak bola, dimana siswa belum memahami konsep gerak dan ada sebagian yang memiliki keterampilan gerak yang kurang, sehingga contoh gerak harus dilakukan secara berulang-ulang. Siswa kurang merespon dan lamban dalam memberikan tanggapan pada setiap tanya jawab.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode eksperimen, adapun pengertian metode eksperimen menurut Sugioyono, (2009: 72) dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.

Sedangkan pengertian metode eksperimen menurut Arikunto (2002, hlm. 4) adalah “suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja dipertimbangkan oleh peneliti dengan mengeliminir atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang bisa mengganggu”.

Sejalan dengan itu, Lutan dkk (2001, hlm 146) menjelaskan bahwa: “penelitian eksperimen adalah jenis penelitian yang langsung berusaha untuk mempengaruhi variabel utama, dan jenis penelitian yang benar-benar dapat menguji hipotesis tentang hubungan sebab akibat”.

Dari pendapat tersebut dapat digambarkan bahwa metode penelitian eksperimen merupakan rangkaian kegiatan percobaan dengan tujuan untuk menyelidiki sesuatu hal atau masalah sehingga diperoleh hasil, hasil dari percobaan itu nantinya akan menegaskan hubungan variable-variabel yang diselidiki.

Desain Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan adalah desain model One Group Pretest and Posttest Desain (Sugiono, 2006, hlm. 110-111) seperti berikut.

O₁ X O₂

Gambar 1: *Desain One Group Pretest and Posttest Desain* (Sugiyono, 2006: 110-111)

Keterangan:

O₁ = Pretest sebelum diberikan perlakuan

O₂ = Posttest setelah diberikan perlakuan

Pengaruh metode bermain terhadap peningkatan gerak dasar dribbling sepakbola = (O₂-O₁).

Lokasi, Waktu dan Jadwal Penelitian

Lokasi penelitian adalah SD Negeri Darmaraja Kabupaten Sumedang. Waktu pelaksanaan penelitian terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* siswa pada pembelajaran sepakbola dengan menerapkan metode bermain di SD Negeri Jingsang, dilaksanakan dalam waktu dua bulan terhitung dari bulan Maret hingga bulan April 2018.

Hasil Penelitian

teknik yang digunakan dalam pengambilan data merupakan tes kepada sampel untuk mendapatkan sebuah data, sehingga skor yang diperoleh merupakan skor mentah hasil dari instrumen yang digunakan.

Tes yang digunakan untuk menghimpun data yang diperlukan yaitu berupa tes menggiring bola untuk mengukur keterampilan *dribbling* dalam sepak bola, nilai yang dihitung adalah kecepatan melakukan *dribbling* yang dihitung dalam satuan waktu.

Untuk melihat hasil pengamatan pra-penelitian (tes awal) dan pasca-penelitian (tes akhir) dalam melakukan *dribbling* melalui metode bermain dalam sepak bola pada siswa, maka dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1.
Data Hasil Keterampilan *Dribbling*

Nomor	Nama Siswa	Kelas	Nilai	
			Pre test	Post test
1	Nesta Nandika	2	20.86	18.8
2	Yogi Adit	3	19.53	17.01
3	Rony Anggara	3	29,76	25,96
4	Jajang Sumarya	4	18.55	15.16
5	Riki Setiawan	4	22.15	17.22
6	M Roni Akbar	4	23.37	19.23
7	Indra Aliman	4	20.41	17
8	Kanda Zaini R	4	21.15	19.15
9	Sangga Muldani	4	22.87	20.02
10	Enang Sanusi	4	23.47	20.11
11	Arul Ahmad	4	24.95	21.12
12	Apif Mukmin	5	18.45	16.01
13	Abuy Abdul Azis	5	20.04	18.89
14	Samul Falah	5	23.89	21.01
15	Adila	5	19.52	17.32
16	Akmaludin	5	29,82	25,01
17	Hendri Fransyah	5	15.24	13.77
18	Mulyana	5	20.33	19.02
19	Miftah Salsa Ubaydillah	5	17.91	15.74
20	Caca Ahmad	5	17.15	15.98
Jumlah			429.42	373.53
Rata-rata			21.47	18.68
Waktu Tercepat			15.24	13.77
Waktu Terlambat			29.82	25.96
Standar Deviasi			3.75	3.06

Berdasarkan tabel 1. dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa dalam melakukan *dribbling* pada data awal/ pre test memiliki rata-rata sebesar 21, 47 detik dengan waktu tercepat 15, 24 detik dan waktu terlama adalah 29,82 detik. Sedangkan siswa dalam melakukan *dribbling* pada data tes akhir/ post test memiliki rata-rata sebesar 18.68 detik dengan waktu tercepat 13.77 detik dan waktu terlama adalah 25.96 detik.

Analisis Hipotesis 1

Tabel 2.
Hasil Uji Chi-Square Tes

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
<i>Pearson Chi-Square</i>	380.000 ^a	361	.236
<i>Likelihood Ratio</i>	119.829	361	1.000
<i>Linear-by-Linear Association</i>	17.624	1	.000
<i>N of Valid Cases</i>	20		

a. 400 cells (100.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .05.

Dari tabel 2. dapat dilihat bahwa nilai *P-value (sig.)* dua arah menunjukkan 0,236 lebih besar dari 0,05 artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Analisis Hipotesis 2

Tabel 3.
Correlation

		Hasil_Pretest	Hasil_Postest
Hasil_Pretest	<i>Pearson Correlation</i>	1	.963**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		.000
	<i>N</i>	20	20
Hasil_Postest	<i>Pearson Correlation</i>	.963**	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	
	<i>N</i>	20	20

Berdasarkan nilai signifikasi, diperoleh nilai signifikasi $0,000 < 0,05$ artinya H_0 ditolak (terdapat pengaruh yang signifikan). Berdasarkan *Pearson Correlation* (adanya tanda bintang), diperoleh Nilai Korelasi Pearson 0,963. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang cukup kuat atau dengan kata lain pembelajaran *dribbling* dengan menggunakan metode bermain pada siswa memberikan kontribusi yang cukup kuat.

Diskusi

Pembelajaran pendidikan jasmani adalah pembelajaran yang sangat diminati dan disenangi oleh anak-anak, karena dalam pembelajaran pendidikan jasmani identik dengan dunia anak yaitu dunia bermain, sama halnya bahwa pendidikan jasmani dengan permainan yang tidak dapat dipisahkan. Oleh karena itu metode bermain dan kemampuan guru dalam membangkitkan keterampilan *dribbling* dalam sepak bola pada siswa harus terus dikembangkan dan terus berinovasi. Hal tersebut dikarenakan, anak sangat menyenangkannya karena bentuk permainan di dalamnya penuh dengan perjuangan fisik untuk memenangkan suatu permainan, dan ketika permainan itu berhasil di dapatkan si anak maka anak akan merasa memiliki kebanggaan tersendiri akan kemampuannya.

Bermain dan anak merupakan salah satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Aktivitas bermain dilakukan anak dan aktivitas bermain dilakukan anak dan aktivitas anak selalu menunjukkan kegiatan bermain. Bermain dan anak sangat erat kaitannya, sehingga salah satu prinsip pembelajaran di sekolah dasar adalah bermain dan belajar, khususnya bermain dalam meningkatkan keterampilan *dribbling*. Usia siswa SD merupakan usia bermain. Bermain sudah melekat pada diri anak yang sudah menjadi suatu kebutuhan bagi orang dewasa. Bermain bersama teman-temannya akan membuat siswa peka akan kebutuhan dan nilai yang dimiliki orang lain, mengelola emosi, menumbuhkan sikap mau berbagi dengan orang lain, saling bekerja sama serta mengembangkan motivasi.

Bermain sangat penting dalam belajar, karena belajar berkaitan dengan proses konsentrasi. Orang yang mampu belajar adalah orang yang mampu memusatkan perhatian, sedangkan bermain adalah salah satu cara untuk melatih anak konsentrasi karena akan mencapai kemampuan maksimal ketika terfokus pada kegiatan bermain dan bereksplorasi dengan mainan. Bermain juga dapat membentuk belajar yang efektif karena dapat memberikan rasa senang sehingga dapat menimbulkan motivasi intrinsik anak untuk belajar. Motivasi intrinsik ini terlihat dari emosi positif anak yang ditunjukkan melalui rasa ingin tahu yang besar terhadap kegiatan pembelajaran.

Oleh karena itu diperlukan sebuah alternatif pembelajaran dalam pembelajaran keterampilan *dribbling*, misalnya dengan menggunakan metode bermain yang dapat membantu proses perkembangan atau proses peningkatan keterampilan tersebut, yang kemudian bisa dijadikan sebagai bahan untuk penelitian

kesimpulan

Dari Hasil penelitian tentang pengaruh metode bermain dalam meningkatkan *dribbling* dalam sepak bola diketahui bahwa skor rata-rata kemampuan *dribbling* pada data pretest 21,47 dan data posttest 18,68 dengan waktu selisih 2,79 detik.

Dengan rata-rata presentase maka bisa dilihat bahwa nilai *P-value (Sig.)* dua arah menunjukkan 0,000 lebih kecil dari 0,05 artinya H_1 diterima dan H_0 ditolak. Hal ini berarti terdapat pengaruh secara signifikan metode bermain dalam meningkatkan keterampilan *dribbling* dalam sepak bola, hal tersebut terjadi karena siswa diberikan perlakuan dengan metode bermain, hasil tersebut dibandingkan hasil peningkatan antara data pretes (sebelum diberi perlakuan metode bermain) dan data post tes (setelah diberikan metode bermain).

Berdasarkan hasil uji *Pearson Correlation* diperoleh Nilai Korelasi Pearson 0,963. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hasil yg cukup kuat atau dengan kata lain pembelajaran *dribbling* dengan menggunakan metode bermain dalam permainan sepak bola memberikan pengaruh yang cukup kuat yang cukup kuat.

Referensi

- Diwakar, A. viswanath Reddy, K. M. (2014). *Internasional Journal Physiother*, 1(3).
- Erianti. (2009). *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Wineka Media.
- Ghosh, P. (2015). *Internasional Journal of Novel Research in Humanity and Social Sciences*, 2(3).
- Gilang Ramadhan, Entan Saptani, T. S. (2017). Meningkatkan Rangkaian Gerak Lompat Tinggi Melalui Metode Jigsaw Dan Pembelajaran Yang Dikemas Dalam Bentuk Permainan. *S P O R T I V E*, 2(1), 61.
- Koger, R. (2007). *Latihan Dasar Sepakbola Andal Remaja*. Klaten: PT Saka Mitra Kompetensi.
- Lutan, R. (2001). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Mudjiono, D. &. (2015). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sardiman, A. M. (2014). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sugioyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Sumedang: Alfabeta.
- Suharsimi, A. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suherman, S. (2009). Pengaruh Media Pembelajaran Dalam Model Pembelajaran Taktis Dan Kemampuan Motorik Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Bermain Bolavoli. *Journal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 41–42.
- Tomi Ripandi, Entan Saptani, T. S. (n.d.). MENINGKATKAN VARIASI GERAK DASAR DALAM

PEMBELAJARAN PERMAINAN ROUNDERS MELALUI PERMAINAN TARGET. *S P O R T I V E*, 2(1), 92.

Wajdi, M. B. N. (2017). Optimization Of Game Character Education Based On Traditional Physical Education Of Children With Behaviour And Emotional Problems through Learning Model Quantum Learning (Neuro Psychology Learning And Learning). *ADRI International Journal of Psychology* 1, 26.

William, E. H. (2011). *Motor Learning And Control : From Theory to Practice*. California: Wadsworth.

Zidane, A.-H. M. (2013). *Menjadi pemain sepakbola profesional*. Kata Pena.