

*Mengenal Dunia*

# SEPAK BOLA

Hasil Temu Ilmiah pada National  
Conference of Football and Science 2024



Yusa Muhammad Thoriq | Reza Hadinata | Wawan Junresti Daya | Muhammad Ilham | Herwin | Fariha Nilan  
Nurlan Kusmaedi | Amung Ma'mun | Muhammad Abijar Algipari | Maha Dewi Afifah Nurhadi | Habibi Hadi Wijaya  
Junus Robert Bano | Edo Yuliantra Pratama | Alfian Nur Asyhar | Bintang Soetjahjo | Maika Nurhayati | Rizki Rahmanda  
Aidil Putra | Ade Fredyl Martyin | Wendri Maryadi | Ary Suud Cahyo Alben | Doki Harpinus | Rahmat Gunawan  
Muhammad Farhan Atmawinanda | Hugo Gilang Oceano | Ardus Kelly Pepuho | Lulu Hulfian | Adi Suriatno  
Andika Triansya | Hary Septianwari | Badia Manalu | Imran Akhmad | Nimrot Manalu | Kevin Kristiadi Manalu  
Hikmat Kodrat | Apriya Maharani Rustandi | Muhammad Fajril Rifalo | Dede Muhamad Syukron | Ninda Sugi Nur Diyanti  
Salvina Aulia Oktafaiza | Sarah Aulia Putri | Dany Aulia | Muhammad Arief Setiawan | Ibrahim Bin Sa'id | Endarman Saputra  
Riski Agrisa Ditungga | Pahala Tua Hutajulu | Roli Mardian | Vega Soniawan | M. Tri Firia Chandra | Alek Oktadinata  
Mohd. Adrizal | Abydhiya Faroozaki | Mochammad Farisi

*Mengenal Dunia*

# SEPAK BOLA

Hasil Temu Ilmiah pada National  
Conference of Football and Science 2024

Yusa Muhammad Thoriq | Reza Hadinata | Wawan Junresti Daya | Muhammad Ilham | Herwin | Fariha Nilan  
Nurlan Kusmaedi | Amung Ma'mun | Muhammad Abijar Algipari | Maha Dewi Afifah Nurhadi | Habibi Hadi Wijaya  
Junus Robert Bano | Edo Yulindra Pratama | Allan Nur Asyhar | Bintang Soetjahjo | Maika Nurhayati | Rizki Rahmanda  
Aidil Putra | Ade Fredyl Martyin | Wendri Maryadi | Ary Suud Cahyo Alben | Doki Harpinus | Rahmat Gunawan  
Muhammad Farhan Atmawinanda | Hugo Gilang Oceano | Ardus Kelly Pepuho | Lalu Hulfian | Adi Suriatno  
Andika Triansya | Hary Septianwari | Badia Manalu | Imran Akhmad | Nimrot Manalu | Kevin Kristiadi Manalu  
Hikmat Kodrat | Apriya Maharani Rustandi | Muhammad Fajril Rifalo | Dede Muhamad Syukron | Ninda Sugi Nur Diyanti  
Salvina Aulia Oktafaiza | Sarah Aulia Putri | Dany Aulia | Muhammad Arief Setiawan | Ibrahim Bin Sa'ad | Endarman Saputra  
Riski Agrisa Ditama | Pahala Tua Hutajulu | Roli Mardian | Vega Soniawan | M. Tri Firia Chandra | Alek Oktadinata  
Mohd. Adrizal | Abydhiya Faroozaki | Mochammad Farisi

Penerbit  
**litrus.**

**MENGENAL DUNIA SEPAK BOLA**  
**Hasil Temu Ilmiah pada National Conference of Football and Science 2024**

Penulis : Yusa Muhammad Thoriq | Reza Hadinata  
Wawan Junresti Daya | Muhammad Ilham | dkk.

**ISBN : 978-623-127-764-0**

*Copyright* © Februari 2026

Ukuran: 15.5 cm x 23 cm; Hal: x + 210

Isi merupakan tanggung jawab penulis.  
Hak cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak baik sebagian ataupun keseluruhan isi buku dengan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Desainer sampul : D. Gea Nuansa

Penata isi : Noufal Fahriza

Cetakan I, Februari 2026

Diterbitkan, dicetak, dan didistribusikan oleh

**CV. Literasi Nusantara Abadi**

Perumahan Puncak Joyo Agung Residence Kav. B11 Merjosari

Kecamatan Lowokwaru Kota Malang

Telp : +6285887254603, +6285841411519

Email: [penerbitlitnus@gmail.com](mailto:penerbitlitnus@gmail.com)

Web: [www.penerbitlitnus.co.id](http://www.penerbitlitnus.co.id)

Anggota IKAPI No. 209/JTI/2018



# PRAKATA

Buku Kompilasi Riset Sepak Bola Indonesia ini disusun sebagai luaran akademik dari kegiatan National Conference of Football and Science (NCFS), sebuah konferensi ilmiah yang berfokus pada pengembangan kajian dan riset sepak bola dalam konteks Indonesia. Buku ini merangkum artikel-artikel ilmiah yang telah dipresentasikan pada pelaksanaan NCFS yang diselenggarakan di Jambi pada tanggal 29 Agustus 2024.

NCFS merupakan forum ilmiah yang bertujuan menjadi wadah pertukaran gagasan, temuan riset, serta diskusi akademik mengenai sepak bola dari berbagai perspektif keilmuan. Penyelenggaraan NCFS ini merupakan hasil kolaborasi antara PSSI Jambi, PSSI Indonesia, Universitas Jambi, GGN Foundation, serta PSMKOS (Pusat Studi Manajemen Kebijakan Olahraga dan Sepak Bola Universitas Jambi). Kolaborasi ini mencerminkan komitmen bersama dalam mendorong pengembangan sepak bola nasional yang berbasis pada kajian ilmiah dan pendekatan multidisipliner.

Sejak pelaksanaannya, NCFS diharapkan dapat menjadi pusat pengembangan riset sepak bola yang tidak hanya berorientasi pada aspek teknis permainan, tetapi juga mencakup dimensi manajemen, pendidikan, kebijakan olahraga, pengembangan sumber daya manusia, hingga pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam sepak bola. Setiap artikel yang termuat dalam buku ini merupakan hasil pemikiran kritis para akademisi, peneliti, dan praktisi yang berupaya memberikan kontribusi nyata bagi kemajuan sepak bola Indonesia.

Sepak bola Indonesia, meskipun menunjukkan perkembangan yang signifikan, masih menghadapi berbagai tantangan, mulai dari tata kelola organisasi, kualitas kompetisi, pembinaan usia dini, hingga pemanfaatan ilmu pengetahuan dalam pengambilan kebijakan. Oleh karena itu, keberadaan riset yang komprehensif dan berbasis data menjadi sangat penting untuk mengidentifikasi permasalahan sekaligus merumuskan rekomendasi yang konstruktif. Artikel-artikel dalam buku ini membahas beragam topik, mulai dari analisis teknis permainan, manajemen klub dan kompetisi, pengembangan akademi sepak bola, hingga peran sains dan teknologi dalam meningkatkan performa dan kualitas sepak bola.

Selain itu, buku ini juga memuat kajian mengenai aspek sosial, budaya, dan kebijakan yang memengaruhi perkembangan sepak bola di Indonesia, baik pada level nasional maupun internasional. Dengan demikian, buku ini tidak hanya berfungsi sebagai referensi ilmiah, tetapi juga sebagai media untuk memperluas diskursus dan memperkuat sinergi antara akademisi, praktisi, dan pemangku kebijakan di bidang sepak bola.

Akhir kata, besar harapan kami agar buku Kompilasi Riset Sepak Bola Indonesia ini dapat memberikan manfaat bagi akademisi, peneliti, praktisi olahraga, serta seluruh pihak yang memiliki kepedulian terhadap kemajuan sepak bola nasional. Semoga buku ini mampu memperkaya khazanah keilmuan, mendorong lahirnya riset-riset lanjutan yang relevan, serta menginspirasi terwujudnya pengelolaan sepak bola Indonesia yang lebih profesional, ilmiah, dan berkelanjutan.



# DAFTAR ISI

Prakata.....	iii
Daftar Isi.....	v

## **BAB I**

STRATEGI PEREKRUTAN PEMAIN MUDA DALAM MEMBANGUN TIM SEPAK BOLA YANG KOMPETITIF DI KABUPATEN KERINCI....	1
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---

*Edo Yuliandra Pratama dan Riski Agrisa Ditama*

## **BAB II**

IDENTIFIKASI GAYA BERMAIN DARI PEMAIN SEPAK BOLA PAPUA BERDASARKAN POLA TERCIPTANYA GOL .....	4
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	---

*Pahala Tua Hutajulu dan Vega Soniawan*

## **BAB III**

TINJAUAN KESADARAN RUANG, POSISI, DAN PERIFERAL DALAM SEPAK BOLA .....	14
---------------------------------------------------------------------------	----

*Herwin*

## **BAB IV**

MANAJEMEN PENYELENGGARAAN  
KOMPETISI SEPAK BOLA BERJENJANG DAN  
BERKELANJUTAN: STUDI KASUS DALAM  
PERSPEKTIF UU KEOLAHRAGAAN  
NO. 11 TAHUN 2022..... 23

*Fariha Nilan, Nurlan Kusmaedi, dan Amung Ma'mun*

## **BAB V**

PENGARUH METODE BBM (BELAJAR-  
BELAJAR-MAIN) FILANESIA TERHADAP  
AKURASI SHOOTING PEMAIN SSB  
SE-KARAWANG UMUR 12 TAHUN..... 32

*Muhammad Abijar Algipari, Maha Dewi Afifah Nurhadi,  
dan Habibi Hadi Wijaya*

## **BAB VI**

PENTINGNYA PENGEMBANGAN  
BIOMOTORIK: STUDI KASUS KEBERHASILAN  
TIM SEPAK BOLA IRIAN JAYA  
PADA PON 1993..... 38

*Junus Robert Bano*

## **BAB VII**

ANALISIS PERAN STRATEGI RUMAH SAKIT  
RUJUKAN PADA KOMPETISI PIALA DUNIA  
FIFA U-17 2023 INDONESIA..... 42

*Yusa Muhammad Thoriq, Alfian Nur Asyhar,  
Bintang Soetjahjo, Maika Nurhayati*

## **BAB VIII**

HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLING PEMAIN SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) PUTRA WIJAYA PADANG .....	54
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

*Rizki Rahmanda dan Aidil Putra*

## **BAB IX**

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT PERUT TERHADAP KEMAMPUAN HEADING PEMAIN PS. UNP .....	60
--------------------------------------------------------------------------------	----

*Ade Fredyl Martyin dan Wendri Maryadi*

## **BAB X**

PENGEMBANGAN TEKNOLOGI DIGITAL DALAM EVALUASI KONDISI FISIK: APLIKASI ANALISIS & REKOMENDASI LATIHAN BERBASIS POSISI BERMAIN .....	66
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

*Ary Suud Cahyo Alben*

## **BAB XI**

STUDI KONDISI FISIK PEMAIN SEPAK BOLA SMP NEGERI 20 KERINCI .....	73
-------------------------------------------------------------------	----

*Doki Harpinus dan Rahmat Gunawan*

## **BAB XII**

MENGEMBANGKAN FISIK (KOMPONEN TUBUH) PESEPAK BOLA MUDA PAPUA DI PAPUA FOOTBALL ACADEMY .....	77
----------------------------------------------------------------------------------------------	----

*Muhammad Farhan Atmawinanda,  
Hugo Gilang Oceano, dan Ardus Kelly Pepuho*

## **BAB XIII**

DAMPAK KOMPETISI BERJENJANG  
TERHADAP PERKEMBANGAN SEPAK BOLA  
DI NTB: DITINJAU DARI PENINGKATAN  
JUMLAH KLUB, PEMAIN, SDM WASIT, DAN  
PELATIH..... 82

*Lalu Hulfian, Adi Suriatno, Andika Triansya, Hary Septianwari*

## **BAB XIV**

ANALISIS FREE KICK DAN CORNER KICK  
DARI SUDUT PANDANG BIOMEKANIKA  
OLAHRAGA..... 90

*Badia Manalu, Imran Akhmad, Nimrot Manalu,  
Kevin Kristiadi Manalu.*

## **BAB XV**

PERMAINAN SEPAK BOLA SEBAGAI MEDIA  
TERAPI KETERAMPILAN SOSIAL PADA ANAK  
AUTISM SPECTRUM DISORDER..... 95

*Habibi Hadi Wijaya*

## **BAB XVI**

INTEGRASI LIFE SKILL KE DALAM OLAHRAGA  
SEPAK BOLA USIA MUDA UNTUK  
MENINGKATKAN PENDIDIKAN KARAKTER  
BERBASIS POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT . 99

*Hikmat Kodrat dan Apriya Maharani Rustandi*

## **BAB XVII**

MANAJEMEN PEMBINAAN SEPAK BOLA  
PADA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) U-12  
DI KABUPATEN KARAWANG TAHUN 2023 ... 121

*Dany Aulia*

## **BAB XVIII**

EFEKTIFITAS MODEL LATIHAN SEPAK  
BOLA BERBASIS FUN GAME UNTUK  
MENINGKATKAN MOTIVASI DAN DISIPLIN  
ATLET USIA MUDA ..... 126

*Muhammad Fajril Rifalo*

## **BAB XIX**

HUBUNGAN POWER OTOT TUNGKAI  
TERHADAP TENDANGAN LONG PASSING  
PEMAIN SSB KANCIL MAS  
KARAWANG U-17 ..... 132

*Dede Muhamad Syukron, Habibi Hadi Wijaya,  
Ninda Sugi Nur Diyanti, Salvina Aulia Oktafaiza*

## **BAB XX**

SURVEI PEMAHAMAN PEMAIN SEPAK BOLA  
ASKOT PSSI JAKARTA BARAT TENTANG  
CEDERA DENGAN PENANGANANNYA  
DI POPPROV TAHUN 2024 ..... 143

*Sarah Aulia Putri, Dany Aulia, dan Muhammad Arief Setiawan*

## **BAB XXI**

PENTINGNYA KLASIFIKASI JENIS KELAMIN  
YANG JELAS DALAM OLAHRAGA:  
PELAJARAN DAN TANTANGAN UNTUK  
SEPAK BOLA INDONESIA ..... 147

*Ibrahim Bin Sa'id, Endarman Saputra, Reza Hadinata, Wawan  
Junresti Daya, Roli Mardian*

## **BAB XXII**

ASPEK PSIKOLOGIS DAN PERFORMA ATLET  
SEPAK BOLA ..... 154

*Muhammad Ilham, M. Tri Firia Chandra, Reza Hadinata,  
Wawan Junresti Daya, Alek Okta Dinata, Mohd. Adrizal*

## **BAB XXIII**

PENGATURAN PENGGUNAAN  
GAS PENGENDALI MASSA DALAM  
PERTANDINGAN SEPAK BOLA ..... 165

*Abydhiya Faroozaki dan Mochammad Farisi*

Daftar Pustaka..... 177



## BAB I

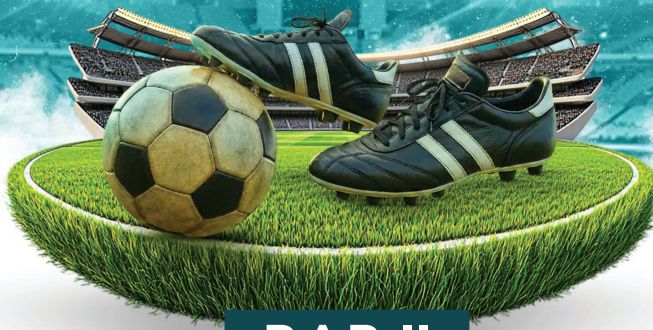
# STRATEGI PEREKRUTAN PEMAIN MUDA DALAM MEMBANGUN TIM SEPAK BOLA YANG KOMPETITIF DI KABUPATEN KERINCI

*Edo Yuliandra Pratama dan Riski Agrisa Ditama*

## Pendahuluan

Sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer di Kabupaten Kerinci, Provinsi Jambi. Sebagai salah satu kabupaten dengan jumlah penduduk yang cukup besar di Jambi, Kabupaten Kerinci memiliki potensi besar untuk menghasilkan bibit-bibit pemain sepak bola berkualitas. Namun, upaya pembangunan tim sepak bola yang kompetitif di tingkat regional masih menghadapi berbagai tantangan.

Salah satu tantangan utama adalah terbatasnya sumber daya manusia yang terampil dan berpengalaman dalam mengelola tim sepak bola secara profesional. Banyak klub-klub sepak bola di Kabupaten Kerinci masih dikelola secara amatir, dengan keterbatasan



## BAB II

# IDENTIFIKASI GAYA BERMAIN DARI PEMAIN SEPAK BOLA PAPUA BERDASARKAN POLA TERCIPTANYA GOL

*Pahala Tua Hutajulu dan Vega Soniawan*

### Pendahuluan

Pada cabang olahraga beregu invasi seperti sepak bola, pendekatan strategi dan taktik akan memengaruhi keberhasilan dari suatu tim. Keberhasilan tim pada kompetisi atau turnamen sepak bola dapat dipengaruhi oleh aspek psikologis, fisiologis, teknik-skill dan perilaku pemain dalam menjalankan taktik yang telah ditetapkan oleh pelatih (Carling, Williams, & Reilly, 2005). Oleh karena itu dilakukan berbagai upaya untuk mengukur faktor keberhasilan suatu tim. Dalam upaya mengukur aspek perilaku pemain perlu ditetapkan indikator performa, yaitu rangkaian variabel-variabel yang digunakan untuk memahami performa tim ataupun individu dalam suatu turnamen maupun kompetisi (Hughes & Bartlett, 2002).

Dalam upaya mengevaluasi keberhasilan dari suatu tim maupun individu perlu diterapkan suatu analisis performa (Hughes & Franks, 2008). Penerapan analisis performa merupakan proses kunci untuk dapat mengumpulkan data dan informasi aspek taktik yang berguna, dengan demikian indikator mengevaluasi kinerja dapat ditinjau kembali dan digunakan lebih lanjut untuk memperbaiki aspek taktik (Castellano & Pic, 2019). Analisis performa digambarkan setidaknya pada tiga level analisis, yaitu tim secara keseluruhan, bagian atau unit suatu tim, dan level pemain individu.

Dalam analisis performa di level tim secara keseluruhan, maka diperoleh informasi yang berhubungan dengan aksi atau perilaku tim, misalnya indikator penguasaan bola atau akurasi passing. Selanjutnya, analisis dari bagian atau unit suatu tim biasanya mengukur variabel yang berhubungan dengan suatu kelompok pemain dan hubungannya dengan performa kelompok tersebut, misalnya kelompok pemain penyerang atau pemain bertahan. Sedangkan analisis performa individu mengukur variabel yang dapat memberikan informasi profil normatif, misalnya jumlah shooting atau passing dari masing-masing individu (Hughes and Franks 2008).

Salah satu contoh analisis performa tim secara keseluruhan adalah aspek perilaku pemain sepak bola. Gaya bermain merupakan salah satu indikator kinerja aspek perilaku pemain, yaitu cara menyerang maupun cara bertahan yang dilakukan oleh sebuah tim (Navarro, 2015). Identifikasi gaya bermain penting dilakukan karena keberhasilan dari sebuah tim juga dipengaruhi oleh taktik yang digunakan tim tersebut pada pertandingan. Dengan kata lain, keberhasilan dari suatu tim dipengaruhi perilaku taktikal yang dilakukan oleh masing-masing individu dalam tim tersebut.

Gaya bermain menggambarkan perilaku tim saat menyerang dan bertahan, analisis berdasarkan pengelompokan momen-momen dalam permainan sepak bola dapat digunakan untuk memberikan gambaran deskripsi suatu gaya permainan tertentu. Analisis pola-pola cara menyerang dan cara bertahan permainan akan menjadi lebih baik



## BAB III

# TINJAUAN KESADARAN RUANG, POSISI, DAN PERIFERAL DALAM SEPAK BOLA

*Herwin*

## Pendahuluan

Dalam sepak bola modern saat ini, tidak hanya tentang menguasai berbagai teknik untuk mengontrol bola; para pemain kini dituntut untuk fokus pada situasi nyata di lapangan. Mereka perlu siap baik dalam mempertahankan maupun kehilangan penguasaan bola. Sebagai anggota tim yang integral, para pemain harus menunjukkan tingkat kesadaran dan konsentrasi yang tinggi pada situasi yang memerlukan kesiapan untuk perubahan dinamis dalam permainan. Kebutuhan ini sangat penting untuk membantu tim dalam melancarkan serangan yang agresif dan kohesif. Ini menuntut setiap pemain untuk terus memperbarui dan memproses informasi guna memperluas wawasan teknis dan taktis mereka, sebagaimana ditekankan oleh Tony Colbert.

Sebuah pertandingan sepak bola terdiri dari berbagai entitas spasial, yaitu bola, pemain, dan lapangan, yang semuanya pada dasarnya adalah komponen spasial. Ini menunjukkan bahwa

menganalisis aspek spasial dari bola, pemain, dan lapangan adalah pendekatan yang berharga untuk memeriksa taktik sepak bola. Selain itu, dengan menerapkan analisis spasial-temporal untuk melacak pergerakan pemain dan bola, kita dapat mengekstraksi informasi yang berharga, mengingat sifat dinamis mereka sebagai entitas yang bergerak. Akibatnya, pertandingan sepak bola mewakili domain inovatif untuk penerapan ilmu informasi spasial dan spasial-temporal.

Penelitian terbatas telah dilakukan pada taktik sepak bola menggunakan analisis spasial dan spasial-temporal, dan studi yang ada terutama berfokus pada analisis taktis tertentu tanpa menyajikan kerangka kerja yang komprehensif. Makalah ini menangani kesenjangan ini dengan menghadirkan kerangka umum yang menggabungkan model fitur dan berbagai metodologi analitik yang berpusat pada analisis spasial dan spasial-temporal dari pertandingan sepak bola. Awalnya, kami akan menyajikan model umum yang menguraikan fitur dasar dalam pertandingan sepak bola. Untuk menunjukkan penerapan kerangka kerja, kami memberikan contoh analisis pertandingan sepak bola dengan fokus pada pengaruh penyerang terhadap para bek dari tim lawan.

Studi oleh Ki-Joune Li, dkk. (2011) menemukan bahwa dalam pertandingan sepak bola terdiri dari objek spasial dan spasial-temporal termasuk bola, pemain, dan lapangan. Pemain dan bola juga merupakan objek yang bergerak. Ini berarti bahwa analisis spasial dan spasial-temporal pada bola dan pemain bisa berguna dalam mempelajari taktik sepak bola. Dari sudut pandang ini, kami memperluas area aplikasi ilmu informasi spasial ke analisis taktik sepak bola.

Kesimpulan dari studi ini adalah (1) model fitur untuk menentukan unit dasar analisis, (2) properti morfologis dari setiap jenis fitur, (3) serangkaian operasi didefinisikan untuk setiap jenis fitur, dan (4) melakukan eksperimen dengan set data nyata dari pertandingan final Piala Dunia 2006 untuk memvalidasi kegunaan kerangka kerja kami. Meskipun fokus utama kami adalah pada



## BAB IV

# MANAJEMEN PENYELENGGARAAN KOMPETISI SEPAK BOLA BERJENJANG DAN BERKELANJUTAN: STUDI KASUS DALAM PERSPEKTIF UU KEOLAHRAGAAN NO. 11 TAHUN 2022

*Fariha Nilan, Nurlan Kusmaedi, dan Amung Ma'mun*

## Pendahuluan

Kompetisi merupakan salah satu faktor yang menunjang tercapainya suatu prestasi (Primason 2012). Penyelenggaraan kompetisi sepak bola profesional memiliki kontribusi positif terhadap tujuan negara, khususnya upaya memajukan kesejahteraan umum (Kristiyanto 2016). Kompetisi merupakan salah satu ciri khas olahraga dan menjadi unsur utama berkenaan dengan kesempatan untuk menularkan nilai-nilai dan potensi pendidikan (Serrano-Durá, Molina, dan Martínez-Baena 2020).

Peran kompetisi berjalan beriringan dengan pembinaan dan pengembangan prestasi olahraga. Sesuai dengan Undang-Undang

Keolahragaan Pasal 28 ayat 5 bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan bantuan perkumpulan olahraga, membina pusat-pusat pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, serta menyelenggarakan kompetisi secara bertahap dan berkesinambungan.

Pelaksanaan pembinaan dan pengembangan harus disesuaikan berdasarkan perkembangan usia. Suatu kompetisi yang ideal hendaknya mempertimbangkan faktor usia, karena usia yang berbeda pasti memiliki kondisi fisiologis dan psikologis yang berbeda pula (Primason 2012). Model Long-Term Athlete Development (LTAD) membantu memahami motif yang dimiliki anak-anak dalam pengembangan atletik mereka berdasarkan tolok ukur dan strategi yang sesuai dengan perkembangan yang digunakan untuk mencakup motif tersebut.

Model LTAD membagi tahap-tahap pengembangan, yaitu sebagai berikut:

1. aktif memulai;
2. dasar-dasar;
3. belajar berlatih;
4. berlatih untuk berlatih;
5. berlatih untuk bertanding;
6. berlatih untuk menang; dan
7. aktif seumur hidup (Perreault dan Gonzalez 2021).

Peran spesialisasi yang bermuara pada hasil negatif pada remaja terjadi apabila program disampaikan pada usia perkembangan yang tidak tepat dan manfaatnya (peningkatan keterampilan) mengimbangi biaya fisik, psikologis, dan sosial (misalnya latihan berlebihan, cedera, kegagalan mengembangkan keterampilan yang dapat ditransfer, menurunnya kegembiraan, kejenuhan, depresi, penurunan harga diri, meningkatnya kepekaan terhadap stres, takut berkompetisi, rasa gagal, hilangnya kesempatan bersosialisasi, dan lain-lain).



## BAB V

# PENGARUH METODE BBM (BELAJAR- BELAJAR-MAIN) FILANESIA TERHADAP AKURASI SHOOTING PEMAIN SSB SE-KARAWANG UMUR 12 TAHUN

*Muhammad Abijar Algipari, Maha Dewi Afifah Nurhadi,  
dan Habibi Hadi Wijaya*

### Pendahuluan

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia (Kismono & Dewi, 2021) sesuai dengan penelitian yang diterbitkan oleh World Atlas. Pada tanggal 21 Mei 1904 berdirilah federasi sepak bola dunia yang disingkat FIFA (Federation Internasional the Football Association). Sedangkan pada tanggal 19 April 1930 berdirinya PSSI (Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia), yang merupakan organisasi menaungi sepak bola di Indonesia (Novsir dkk., 2020).

Sepak bola ialah olahraga beregu atau tim yang dimainkan oleh 2 tim saling berlawanan, serta masing-masing tim terdapat 11 pemain termasuk 1 penjaga gawang (Mahfud, Aditya dkk., 2020). Permainan sepak bola dapat dimainkan secara di dalam ruangan tertutup (indoor) ataupun di luar ruangan lapangan (outdoor) (Qohhar & Pazriansyah, 2019). Memainkannya dengan menggunakan tungkai atau seluruh bagian tubuh, kecuali penjaga gawang menggunakan lengannya didaerah tendangan (Hafidz & Winarno, 2020).

Tujuan utama dalam permainan sepak bola adalah memasukan bola ke gawang lawan secara sportive untuk mencetak poin, serta mencegah lawan memasukkan bola ke gawang (Wardana dkk., 2018). Dalam mencapai tujuan permainan sepak bola maka diperlukannya teknik tertentu dalam memainkan bola (Syafi'i & Setiawan, 2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sudjarwo & Iwan tahun 2017 mengatakan bahwa “sepak bola ialah olahraga beregu yang didasari oleh teknik, pengelolaan bola, dan pengertian setiap pemain terhadap permainan” (Mubarok dkk., 2019). Adapun salah satu teknik yang perlu dikuasai oleh setiap pemain adalah *shooting*.

Dalam permainan sepak bola *shooting* adalah faktor terpenting dan utama dalam memainkan sepak bola (Murzana, 2022). *Shooting* lebih dikenal sebagai istilah tendangan ke gawang. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Khoiril pada tahun 2013 menyatakan bahwa tendangan ke gawang merupakan teknik dasar permainan sepak bola yang sering digunakan. *Shooting* adalah cara menciptakan gol ke gawang lawan dengan menggunakan kaki, mencetak gol menggunakan teknik *shooting* bukan suatu yang mudah, banyak faktor yang mendukung agar *shooting* memiliki akurasi ketepatan tendangan yang bagus (Ruslan dkk., 2020).

Prinsip-prinsip menendang bola ke gawang yang perlu diperhatikan yaitu pandangan mata, kaki tumpu, kaki ayun (kaki yang menendang), bagian bola yang ditendang, sikap badan dan gerakan lanjutan (Anam dkk., 2021). Untuk memperbaiki serta meningkatkan keahlian teknik dasar bermain sepak bola perlu adanya latihan (Akbar



## BAB VI

# PENTINGNYA PENGEMBANGAN BIOMOTORIK: STUDI KASUS KEBERHASILAN TIM SEPAK BOLA IRIAN JAYA PADA PON 1993

*Junus Robert Bano*

## Kejayaan Sepak Bola Irian Jaya pada PON XIII Tahun 1993

Pekan Olahraga Nasional atau PON XIII yang diselenggarakan pada tahun 1993 menjadi momen penting dalam sejarah sepak bola nasional. Pada ajang tersebut, tim sepak bola Irian Jaya yang kini dikenal sebagai Papua berhasil mencatatkan prestasi luar biasa dengan meraih medali emas. Keberhasilan ini menjadi bukti nyata bahwa daerah di Indonesia bagian timur memiliki potensi besar dalam dunia sepak bola.

Dalam partai final, Irian Jaya tampil sangat dominan dan berhasil mengalahkan Aceh dengan skor 6 berbanding 3. Pertandingan tersebut berlangsung sengit dan penuh emosi, namun para pemain

Irian Jaya mampu menunjukkan mental juara dan ketangguhan fisik yang luar biasa hingga akhir laga. Kemenangan ini tidak hanya menghadirkan kebanggaan bagi masyarakat Irian Jaya, tetapi juga membuka mata publik nasional terhadap kekuatan sepak bola dari wilayah timur Indonesia.

Salah satu momen paling dikenang dari final PON XIII 1993 adalah gol kontroversial yang dicetak oleh David Saidui. Gol tersebut tercipta setelah ia melewati beberapa pemain lawan dan mengecoh penjaga gawang sebelum akhirnya memasukkan bola dengan bagian tubuh yang tidak lazim. Terlepas dari kontroversi tersebut, David Saidui tampil sebagai pencetak gol terbanyak dengan torehan sembilan gol dan menjadi simbol keberhasilan tim Irian Jaya pada turnamen itu.

## Komponen Biomotorik sebagai Dasar Keunggulan Tim

Keberhasilan Irian Jaya pada PON 1993 tidak terjadi secara kebetulan. Salah satu faktor utama yang mendukung prestasi tersebut adalah keunggulan fisik para pemainnya. Para pemain Irian Jaya dikenal memiliki postur tubuh yang tinggi, besar, dan kuat, sehingga memberikan keuntungan besar dalam duel fisik di lapangan.

Komponen biomotorik seperti kekuatan otot, kecepatan, daya tahan, kelincahan, dan koordinasi gerak menjadi fondasi penting dalam permainan mereka. Dengan kondisi fisik yang prima, para pemain mampu berlari cepat, bertahan lebih lama, serta tampil konsisten sepanjang pertandingan. Hal ini membuat lawan sering kali kewalahan menghadapi tekanan yang terus-menerus dari tim Irian Jaya.

Selain mendukung performa permainan, pengembangan komponen biomotorik juga berperan penting dalam mencegah cedera. Pemain dengan fisik yang terlatih dengan baik akan lebih siap menghadapi benturan, perubahan arah gerak yang cepat, serta



## BAB VII

# ANALISIS PERAN STRATEGI RUMAH SAKIT RUJUKAN PADA KOMPETISI PIALA DUNIA FIFA U-17 2023 INDONESIA

*Yusa Muhammad Thoriq, Alfan Nur Asyhar,  
Bintang Soetjahjo, Maika Nurhayati*

### Pendahuluan

Penyelenggaraan kompetisi Piala Dunia FIFA (Federation Internationale de Football Association) U-17 2023 di Indonesia merupakan pengalaman pertama bagi Indonesia menjadi tuan rumah ajang kompetisi sepak bola dunia dan juga pertama di kawasan Asia Tenggara pada kelompok umur tersebut. Piala Dunia FIFA U-17 2023 ini merupakan edisi ke-19 dari turnamen sepak bola remaja internasional yang diadakan di Indonesia dari 10 November hingga 2 Desember 2023.

Sebelumnya, Indonesia ditunjuk untuk menjadi tuan rumah Piala Dunia FIFA U-20 pada tahun 2021, tetapi penyelenggaraan

tersebut ditunda akibat pandemi COVID-19. Kompetisi ini sukses diselenggarakan di 4 daerah tuan rumah yaitu Jawa Barat (Bandung), DKI Jakarta (Jakarta), Jawa Tengah (Solo) dan Jawa Timur (Surabaya) dengan jumlah atlet beserta official tim yang hadir adalah sebanyak 865 orang yang berasal dari 24 negara, 365 orang officer FIFA, 4200 orang panitia lokal dan *volunteer* serta 430.436 total jumlah penonton yang hadir di stadion dari babak penyisihan hingga final kompetisi.

Olahraga sepak bola merupakan olahraga paling populer di Indonesia, dengan jutaan penggemar yang mendukung berbagai klub lokal dan tim nasional. Namun, tantangan dalam pengembangan infrastruktur, manajemen liga, pembinaan pemain muda dan unsur dukungan dari kementerian/lembaga terkait masih menjadi isu yang perlu diatasi (Athlatik, 2023). Penyelenggaraan Piala Dunia U-17 2023 ini diharapkan dapat mempercepat perbaikan dalam aspek di atas.

Di dalam penyelenggaraannya, dibutuhkan intensitas persiapan yang matang dari seluruh bidang, termasuk salah satunya adalah bidang kesehatan. Kewajiban bidang kesehatan tersebut tertuang dalam Instruksi Presiden Republik Indonesia (Inpres RI) Nomor 4 tahun 2023 yang mengarahkan Kementerian Kesehatan untuk mendukung penyelenggaraan Piala Dunia FIFA U-17. Dalam salah satu materi dalam instruksi tersebut, Kementerian Kesehatan diharapkan untuk mengoordinasikan pengawasan teknis medis, menyediakan pelayanan kesehatan di lokasi kompetisi dan memastikan adanya fasilitas rumah sakit yang siap digunakan.

Hal tersebut diperkuat dengan adanya peraturan sebelumnya, yaitu Undang-Undang Nomor 11 tahun 2022 tentang Keolahragaan, khususnya bidang kesehatan, dijelaskan pada pasal 21 ayat 6 yang menyebutkan bahwa “untuk keselamatan dan kesehatan olahragawan pada tiap penyelenggaraan, penyelenggara wajib menyediakan tenaga medis dan/atau paramedis sesuai dengan teknis penyelenggaraan olahraga prestasi”. Regulasi pendukung dalam bidang kesehatan adalah dikeluarkannya Keputusan Menteri Kesehatan RI (Kepmenkes)



## BAB VIII

# HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN DENGAN KEMAMPUAN DRIBBLING PEMAIN SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) PUTRA WIJAYA PADANG

*Rizki Rahmanda dan Aidil Putra*

### Pendahuluan

Dalam undang-undang sistem keolahragaan No.3, (2005:3) “Olahraga prestasi adalah yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaaan”. Dari sekian banyak cabang olahraga prestasi, yang mesti dibina adalah Sepak bola. Sepak bola merupakan cabang olahraga disukai atau digemari masyarakat dunia pada umumnya dan Indonesia pada khususnya. Olahraga ini sudah merakyat dan dapat dimainkan oleh semua kalangan masyarakat. Ide dari bermain sepak bola adalah “Memasukkan bola ke gawang lawan

dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola” (Muhajir, 2004: 22).

Dalam pencapaian prestasi yang tinggi dalam Sepak bola dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya faktor internal seperti teknik, taktik, mental dan kondisi fisik. Sedangkan faktor eksternal adalah pengaruh yang timbul dari luar diri atlet itu sendiri seperti program latihan, sarana dan prasarana, instruksi pelatih, keluarga, dan gizi.

Faktor internal, kondisi fisik adalah salah satu faktor yang memengaruhi prestasi seorang pemain Sepak bola. Kondisi fisik adalah kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Faktor kondisi fisik seperti daya tahan, kelincahan, kecepatan, dan kekuatan sangat dibutuhkan untuk menghasilkan dribbling yang bagus.

Selain kondisi fisik, teknik juga merupakan suatu pondasi bagi seorang untuk dapat bermain Sepak bola. Darwis (1999: 9) mengemukakan bahwa: “Teknik dasar dalam bermain sepak bola dikelompokkan atas dua teknik yaitu teknik dengan bola dan teknik tanpa bola. Teknik dengan bola diantaranya menendang bola, mengiring bola, menyundul bola, melempar bola, dan teknik penjaga gawang. Sedangkan teknik tanpa bola terdiri atas lari, lompat, tackling”. Berdasarkan pendapat di atas teknik dribbling merupakan salah satu teknik yang penting dikuasai dengan baik untuk menjadi seorang pemain yang berprestasi.

Untuk mencapai tujuan dari dribbling, ada beberapa faktor yang memengaruhi dribbling seorang pemain, di antaranya adalah kelincahan dan kecepatan. Pentingnya kelincahan dalam permainan Sepak bola diungkapkan oleh Suhendro (2002: 4) bahwa, “Hampir semua bentuk permainan memerlukan kelincahan termasuk dalam permainan Sepak bola”.

Pentingnya kecepatan dalam pelaksanaan dribbling adalah dalam beberapa situasi tidak perlu melakukan dribbling bola dengan



## BAB IX

# KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT PERUT TERHADAP KEMAMPUAN HEADING PEMAIN PS. UNP

*Ade Fredyl Martyin dan Wendri Maryadi*

## Pendahuluan

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik di kota-kota maupun di desa-desa, khususnya di Kota Padang. Perkembangan olahraga Sepak bola di Kota Padang makin pesat, tidak hanya laki-laki yang bermain Sepak bola bahkan sekarang Sepak bola juga dimainkan oleh kaum wanita. Seperti yang dilakukan oleh Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP), dimana Sepak bola merupakan salah satu cabang yang diprioritaskan untuk dibina demi kemajuan olahraga prestasi.

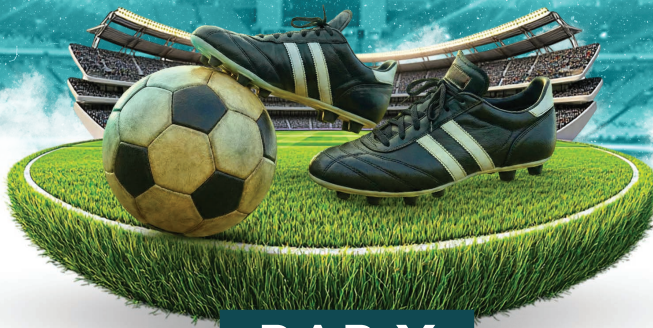
Sesuai dengan UU RI No. 3 pasal 20 ayat 5 bahwa untuk kemajuan olahraga prestasi, pemerintah daerah dan/atau masyarakat dapat mengembangkan:

1. Perkumpulan olahraga
2. Pusat penelitian dan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi
3. keolahragaan
4. Sentra pembinaan olahraga prestasi;
5. Pendidikan dan pelatihan tenaga keolahragaan;
6. Prasarana dan sarana olahraga prestasi
7. Sistem pemanduan dan pengembangan bakat olahraga
8. Sistem informasi keolahragaan; dan
9. Melakukan ujicoba kemampuan prestasi olahragawan pada tingkat daerah, nasional, dan internasional sesuai dengan kebutuhan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dikemukakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga sudah menjadi tanggung jawab bersama mulai dari pusat sampai daerah. Melalui induk organisasi yang ada di pusat dan daerah maka diharapkan adanya pembinaan yang baik.

Berbicara masalah pengembangan olahraga prestasi FIK UNP juga ikut andil dalam hal ini. Salah satunya terhadap perkembangan olahraga permainan Sepak bola. Hal ini terlihat dalam upaya peningkatan prestasi Sepak bola yang ada di UNP, yang lebih dikenal dengan Persatuan Sepak bola UNP (PS. UNP) salah satu upaya yang pernah dilakukan adalah peningkatan teknik dasar pemain PS. UNP, di mana teknik dasar merupakan faktor penting dan berpengaruh serta dibutuhkan dalam permainan Sepak bola (Djawad dkk., 1981: 1).

Penguasaan teknik dasar yang baik merupakan suatu prasyarat yang harus dimiliki oleh setiap pemain PS. UNP. Dimana hal ini sangat menentukan sampai dimana seorang pemain PS. UNP dapat meningkatkan mutu permainannya. Selain itu, penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna, pemain dapat melaksanakan taktik permainan dengan mudah karena pemain tersebut mempunyai



## BAB X

# PENGEMBANGAN TEKNOLOGI DIGITAL DALAM EVALUASI KONDISI FISIK: APLIKASI ANALISIS & REKOMENDASI LATIHAN BERBASIS POSISI BERMAIN

*Ary Suud Cahyo Alben*

## Pendahuluan

Evaluasi kondisi fisik pemain sepak bola sangat penting untuk mengoptimalkan kinerja atlet. Pelatih kondisi fisik memainkan peran krusial dalam proses ini dengan memanfaatkan pengetahuan mereka di bidang ilmu olahraga untuk meningkatkan kinerja fisik (Weldon dkk., 2021). Pemahaman mendalam tentang kualitas fisik pemain, seperti VO<sub>2</sub>max, kekuatan, kecepatan, kelincahan, dan daya ledak otot tungkai, dan komponen kondisi fisik lainnya adalah kunci dalam mengembangkan program pelatihan yang efektif dan disesuaikan dengan kebutuhan individu (Emmonds dkk., 2019). Dengan pemahaman ini, pelatih dapat mengatasi kelemahan fisik spesifik dan

meningkatkan kinerja atletik secara keseluruhan pada pemain sepak bola (Emmonds dkk., 2019).

Dalam konteks sepak bola anak-anak, evaluasi kualitas fisik menjadi semakin penting. Penilaian objektif terhadap kinerja fisik dan status kematangan sepanjang masa kanak-kanak dan remaja memberikan informasi berharga bagi pelatih dalam membuat keputusan mengenai seleksi dan promosi pemain di akademi atau klub (Peña-González dkk., 2021). Selain itu, mempertimbangkan dampak kematangan terhadap pengembangan kualitas fisik sangat krusial bagi pelatih kondisi fisik yang bekerja dengan pemain muda elit, karena hal ini dapat memengaruhi desain program pelatihan dan strategi pengembangan pemain (Emmonds dkk., 2020). Dengan mengintegrasikan data objektif dan evaluasi subjektif, pelatih dapat menciptakan pemahaman yang komprehensif tentang kemampuan fisik pemain dan membuat keputusan yang mendukung perkembangan mereka dalam sepak bola.

Pengujian kebugaran yang valid dan *reabel*, dikombinasikan dengan penekanan pada keterampilan gerakan dasar, dapat membantu pelatih mengidentifikasi perbedaan tingkat kinerja antarpemain dan menyesuaikan program latihan untuk meningkatkan keterampilan serta kondisi fisik atlet (Beboucha dkk., 2021; Jukić dkk., 2019). Dengan memperhitungkan profil antropometri, tingkat kebugaran, dan indikator kinerja fisik, pelatih dapat merancang protokol pelatihan yang lebih terfokus untuk memenuhi kebutuhan individu, yang pada akhirnya berkontribusi pada keberhasilan pemain sepak bola secara keseluruhan (Schons dkk., 2022). Evaluasi kondisi fisik pemain sepak bola sangat penting sebagai dasar bagi pelatih untuk mengoptimalkan perkembangan fisik atlet secara menyeluruh.

Teknologi digital telah berdampak signifikan pada sepak bola dengan meningkatkan evaluasi dan program pelatihan. Adopsi teknologi digital dalam sepak bola tidak hanya memperbaiki keberlanjutan olahraga ini, tetapi juga meningkatkan kinerja seluruh pihak terkait, termasuk pemain, wasit, dan pelatih secara keseluruhan.



## BAB XI

# STUDI KONDISI FISIK PEMAIN SEPAK BOLA SMP NEGERI 20 KERINCI

*Doki Harpinus dan Rahmat Gunawan*

### Pendahuluan

Menurut Depdiknas (2000:102) menjelaskan bahwa pengertian kondisi fisik umum yaitu “merupakan kemampuan dasar untuk mengembangkan prestasi tubuh yang meliputi komponen, daya tahan, kecepatan, kelincahan dan kelentukan. Begitu juga dengan pemain Sepak bola SMP Negeri 20 Kerinci. Keadaan fisik atau kesiapan fisik pemain Sepak bola tersebut merupakan kemampuan dasar untuk mengembangkan prestasi tubuh yang meliputi komponen daya tahan, kecepatan, kelincahan dan kelentukan. Artinya seseorang harus memiliki kondisi fisik umum sehingga tuntutan khusus suatu cabang olahraga dapat dikembangkan.

Kondisi fisik yang baik serta penguasaan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk memiliki kecakapan bermain Sepak bola. Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar Sepak bola di tanah air. Kondisi fisik yang baik tanpa didukung dengan penguasaan teknik bermain, taktik yang baik

serta mental yang baik, maka prestasi yang akan dicapai tidak dapat berjalan seimbang.

Demikian pula sebaliknya memiliki kondisi yang kurang baik tetapi teknik, taktik dan mental yang baik juga kurang mendukung untuk pencapaian prestasi. Untuk itu perlu pembinaan yang baik pada cabang olahraga Sepak bola ini sedini mungkin untuk mencapai sasaran pada *event* tertentu agar prestasi puncak dapat ditampilkan sebaik-baiknya.

## Permainan Sepak bola

Sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang. Sepak bola terdiri dari 11 orang pemain (Luxbacher 2010:1). Hampir seluruh permainan dimainkan dengan keterampilan kaki, badan dan kepala untuk memainkan bola. Namun demikian agar dapat bermain Sepak bola yang baik perlu bimbingan dan tuntunan tentang teknik dasar dan keterampilan bermain Sepak bola.

Teknik bermain Sepak bola terdiri dari dua macam, yaitu: 1) Teknik tanpa bola, dan 2) Teknik dengan bola (Sukatamsi, 1984:34). Teknik tanpa bola yaitu semua gerakan-gerakan tanpa bola, terdiri dari: lari cepat dan mengubah arah, melompat, gerak tipu tanpa bola, dan gerakan khusus untuk penjaga gawang. Sedangkan gerak dengan bola terdiri dari menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, merebut bola dan lain-lain.

Teknik dengan bola yaitu semua gerakan-gerakan dengan bola. Dalam permainan Sepak bola teknik dengan bola terdiri dari menendang bola, menerima bola (menghentikan bola dan mengontrol bola), menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, gerak tipu dengan bola, merampas atau merebut bola, dan teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Menurut Irawadi (2010:1) menjelaskan “kondisi fisik terdiri dari dua unsur kata yaitu kondisi dan fisik. Dalam kamus Bahasa Indonesia



## BAB XII

# MENGEMBANGKAN FISIK (KOMPONEN TUBUH) PESEPAK BOLA MUDA PAPUA DI PAPUA FOOTBALL ACADEMY

*Muhammad Farhan Atmawinanda,  
Hugo Gilang Oceano, dan Ardus Kelly Pepuhu*

### Pendahuluan

Fisik merupakan salah satu atribut penting bagi atlet sepak bola untuk menunjang performa dan pada akhirnya bisa meraih kesuksesan. Bagi atlet, agar bisa memiliki keterampilan melakukan teknik-teknik dalam sepak bola, sangat dibutuhkan aspek fisiologis berupa komponen tubuh yang bagus (Maliki dkk., 2017). Ketika atlet bisa mengeluarkan kemampuan skill individunya secara maksimal karena didukung atribut fisik yang bagus, maka pada muaranya kesuksesan pun niscaya akan bisa diraih seorang atlet sepak bola tersebut. Seperti yang dikemukakan Pratama dan Imanudin (2019), bahwa kondisi fisik yang baik merupakan salah satu cara untuk meraih prestasi bagi seorang pesepak bola.

Dalam konteks pengembangan atlet sepak bola, pengembangan fisik merupakan salah satu hal yang harus menjadi fokus. Bagi pesepak bola muda, pengembangan fisik sejak dini penting agar mereka bisa tumbuh secara optimal sehingga ketika di masa depan mereka bermain di level profesional, mereka sudah siap bersaing dengan kondisi fisik mumpuni. Menurut Weda (2021), kreativitas seorang pelatih sangat diperlukan tidak hanya dalam mengatur taktik permainan, tapi juga mampu mempersiapkan kondisi fisik pemain yang disesuaikan dengan karakter permainan sepak bola dimana hal tersebut akan berdampak positif bagi perkembangan atlet.

Dalam konteks spesifik atlet dari Papua, atribut fisik juga terbukti penting untuk menunjang keterampilan atlet sepak bola. Menurut penelitian Guntoro dkk., (2020), faktor kemampuan fisik dan psikologis atlet bisa menunjang keterampilan pada studi kasus atlet elit sepak bola Propinsi Papua untuk PON.

Selanjutnya, penelitian ini coba mengidentifikasi 4 komponen fisik/tubuh yang menjadi objek pengamatan perkembangan fisik pemain, yaitu berat badan, tinggi badan, massa otot (*muscle mass*), dan persentase lemak tubuh (*fat percentage*). Empat pengukuran fisik ini penting untuk selalu dikontrol dan diamati perkembangannya karena bisa membantu performa pemain di lapangan.

Berat dan tinggi badan bisa memengaruhi atlet sepak bola dalam mengeksekusi suatu teknik atau aksi tertentu dalam sepak bola. Misalnya tinggi badan yang bagus akan membantu seorang pemain untuk melakukan heading bola. Atau juga berat badan seorang pemain yang berlebih akan mempersulit agility pemain ketika dribbling di ruang sempit. Seperti yang diungkapkan penelitian Dewi dan Prihatanta (2015), terdapat hubungan yang signifikan antara berat badan dan tinggi badan dengan kelincahan pada studi kasus pemain futsal.

Komposisi tubuh seperti seberapa banyak otot dan seberapa banyak lemak dalam tubuh juga bisa memengaruhi atlet sepak bola dalam mengeksekusi suatu teknik atau aksi tertentu dalam sepak



## BAB XIII

# DAMPAK KOMPETISI BERJENJANG TERHADAP PERKEMBANGAN SEPAK BOLA DI NTB: DITINJAU DARI PENINGKATAN JUMLAH KLUB, PEMAIN, SDM WASIT, DAN PELATIH

*Lalu Hulfian, Adi Suriatno,  
Andika Triansya, Hary Septianwari*

### Pendahuluan

Sepak bola merupakan salah satu olahraga paling populer di dunia, termasuk di Indonesia. Keberhasilan pengembangan sepak bola di tingkat lokal sangat bergantung pada adanya struktur kompetisi yang baik (Smith dkk., 2019; Jones & Brown, 2020). Di Lombok Timur, kompetisi berjenjang telah diperkenalkan sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas sepak bola di daerah tersebut. Kompetisi ini dirancang untuk memberikan kesempatan kepada klub, pemain, wasit, dan pelatih untuk berkompetisi secara teratur dan mengembangkan kemampuan mereka.

Kajian sebelumnya menunjukkan bahwa kompetisi terstruktur memiliki banyak manfaat bagi pengembangan olahraga. Misalnya Chen dkk. (2021) yang menemukan bahwa partisipasi dalam kompetisi regional dapat meningkatkan motivasi dan prestasi atlet. Johnson dan Lee (2022) juga mencatat bahwa kompetisi yang terstruktur dengan baik dapat meningkatkan keterampilan teknis dan taktis atlet.

Temuan ini menunjukkan bahwa kompetisi berjenjang dapat berperan penting dalam mengembangkan sepak bola di Lombok Timur. Studi oleh Hill dan Hansen (2020) mengukur peningkatan keterampilan teknis dan fisik pemain setelah partisipasi dalam kompetisi berjenjang. Temuan mereka menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan dribbling, passing, dan shooting. Selain itu, penelitian oleh Smith dkk. (2021) mengidentifikasi bahwa partisipasi dalam kompetisi berjenjang meningkatkan kemampuan taktis dan mental pemain.

Meskipun manfaat dari kompetisi terstruktur telah diakui, masih sedikit bukti empiris mengenai bagaimana kompetisi berjenjang memengaruhi berbagai aspek perkembangan sepak bola di Lombok Timur. Kesenjangan dalam literatur ini memerlukan penelitian lebih lanjut untuk mengevaluasi dampak kompetisi berjenjang terhadap peningkatan jumlah dan kualitas klub, pemain, serta SDM wasit dan pelatih. Pendekatan yang komprehensif diperlukan untuk mengumpulkan data yang relevan dan mengidentifikasi area yang membutuhkan perbaikan.

Solusi umum yang diusulkan adalah menggunakan pendekatan metode campuran, menggabungkan data kinerja kuantitatif dengan wawancara kualitatif. Pendekatan ini memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak kompetisi berjenjang terhadap berbagai aspek perkembangan sepak bola, serta memberikan wawasan yang lebih lengkap mengenai manfaat kompetisi terstruktur dalam konteks lokal.



## BAB XIV

# ANALISIS FREE KICK DAN CORNER KICK DARI SUDUT PANDANG BIOMEKANIKA OLAHRAGA

*Badia Manalu, Imran Akhmad, Nimrot Manalu,  
Kevin Kristiadi Manalu.*

### Pendahuluan

Sepak bola merupakan salah satu olahraga paling populer di dunia, digemari oleh berbagai kalangan usia dan melibatkan gerakan kompleks yang membutuhkan kekuatan, kelincahan, dan koordinasi yang baik. Di antara teknik-teknik dasar dalam sepak bola, tendangan bebas (*free kick*) dan tendangan sudut (*corner kick*) memiliki peran penting dalam menciptakan peluang mencetak gol.

Analisis Biomekanika Olahraga hadir sebagai ilmu yang mempelajari gerakan manusia dalam kaitannya dengan olahraga, termasuk sepak bola. Menganalisis tendangan bebas dan *corner kick* dari sudut pandang Analisis Biomekanika Olahraga dapat memberikan pemahaman mendalam tentang faktor-faktor yang

memengaruhi akurasi, kekuatan, dan lintasan bola dalam kedua teknik tersebut.

Sepak bola juga dapat memiliki daya tarik tersendiri bahkan disebut juga cabang olahraga yang berseni. Sehingga pemain yang terlibat dapat dikatakan aktor lapangan hijau. Dalam pertandingan sepak bola terdapat beberapa momen di antaranya, *attacking*, *defending*, transisi dan *service*. Dalam hal ini tentunya sangat menarik bila penyaji membahas terkait dengan *service*. *Service* dapat diartikan dengan tendangan bebas atau biasa disebut *free kick*, di mana *free kick* tersebut dapat diterima dari hasil pelanggaran yang dibuat lawan ataupun keluarnya bola dari sisi gawang yang mengenai tubuh lawan itu sendiri.

Sesuai dengan tujuan sepak bola yaitu menciptakan gol ke gawang lawan, tentunya momen ini juga dapat digunakan menjadi senjata yang ampuh bahkan bisa dikatakan sangat krusial untuk membahayakan tim lawan (foto lokasi *service*: *right corner*, *left corner*, *free kick* sisi kanan gawang dan *free kick* sisi kiri gawang. Berkaitan dengan *service*, untuk dapat mengancam gawang lawan. Pelatih harus menunjuk satu, dua atau tiga pemain yang menjadi algojo dalam mengeksekusi “*service*” yang dimaksud. Tentunya pemain tersebut memiliki kualitas tendangan yang baik, (selanjutnya dibalik tendangan yang berkualitas ada pengaruh besar dari kekuatan engkel, posisi badan dan factor dari biomekanika dan kinesiologi).



**Gambar 12.** *Corner kick*



## BAB XV

# PERMAINAN SEPAK BOLA SEBAGAI MEDIA TERAPI KETERAMPILAN SOSIAL PADA ANAK AUTISM SPECTRUM DISORDER

*Habibi Hadi Wijaya*

### Pendahuluan

*Autism Spectrum Disorder* (ASD) memiliki diagnose kesulitan dalam berinteraksi sosial dan komunikasi. Dalam kehidupan sehari – hari mereka memiliki dunia sendiri dan tidak dapat mengekspresikan kemauan yang dimiliki kecenderungan diam dan tantrum hingga menyakiti diri sendiri menjadi permasalahan utama. Permasalahan ini menjadi salah satu mendorong perlunya perbaikan dalam interaksi sosial sehingga mengurangi kecenderungan negatif pada anak autis kurangnya waktu anak berkebutuhan khusus dalam berolahraga menjadi masalah yang perlu di perhatikan. Kecenderungan dalam pelaksanaan melakukan aktivitas di dalam kelas serta kurangnya gerakan, olahraga berkelompok menjadi salah satu bentuk terapi

yang cocok, dimana di dalamnya terdapat unsur kebugaran dan komunikasi dalam permainannya.

Sepak bola menjadi solusi sebagai media terapi dalam pelaksanaan program latihannya terdapat aktivitas gerakan fisik, psikologis dan interaksi sosial. Olahraga Sepak bola dalam perkembangannya merupakan permainan yang memiliki banyak manfaat selain aktivitas gerak yang dilakukan dalam permainannya, adanya interaksi dalam memainkan bola baik mengoper atau proses menendang menjadi peran penting, komunikasi terjalin antarpemain baik yang memegang bola atau yang tidak, terjadinya komunikasi selama permainan berlangsung sehingga sesuai dengan tujuan dalam penelitian sebagai media terapi interaksi sosial.

Permainan sepak bola sangat mudah untuk dilakukan khususnya anak *Autism Spectrum Disorder*, tidak membutuhkan peraturan dan pelaksanaan yang rumit menjadi salah satu pemilihan yang tepat, Permainan sepak bola, mengumpan, menendang, menggiring dan merebut bola yang dilakukan secara berpasangan dan kelompok kecil dirancang menyesuaikan dengan kemampuan anak *Autism Spectrum Disorder* sehingga mudah dilaksanakan dan menarik.

Sehubungan dengan olahraga dalam pengembangan keterampilan sosial, Vonder dkk. menunjukkan dalam penelitian bahwa mereka yang menunjukkan tingkat optimal dalam pengembangan keterampilan motorik memiliki lebih sedikit kesulitan dalam bersosialisasi. Hal serupa dilaporkan oleh Lloyd dkk, dalam penelitian mereka, karena hasilnya mengungkapkan bahwa mereka yang pernah kesulitan di tingkat motorik juga memiliki defisit yang lebih besar dalam interaksi sosial.

Minat anak berkebutuhan khusus terutama pada benda bola atau permainan bola sangat tinggi sebagian besar daya tarik terhadap bola menjadi salah satu point penting dalam meningkatkan minat anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dalam melakukan permainan olahraga berkelompok, dalam penelitian ini sepak bola menjadi media terapi bermain yang mampu meningkatkan interaksi sosial.



## BAB XVI

# INTEGRASI LIFE SKILL KE DALAM OLAHRAGA SEPAK BOLA USIA MUDA UNTUK MENINGKATKAN PENDIDIKAN KARAKTER BERBASIS POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT

*Hikmat Kodrat dan Apriya Maharani Rustandi*

### Pendahuluan

Pendidikan karakter menjadi semakin penting dalam pembentukan generasi muda di era globalisasi yang penuh tantangan (Bredemeier & Shields, 2019). Menurut (Nakhodkin dkk., 2022), pendidikan karakter adalah upaya yang disengaja untuk mengembangkan kebiasaan yang memungkinkan individu untuk berkembang secara intelektual, personal, dan sosial. Data dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia (2020) menunjukkan bahwa 84% sekolah di Indonesia telah mengimplementasikan program pendidikan karakter, namun efektivitasnya masih perlu ditingkatkan.

Olahraga, khususnya sepak bola, memiliki potensi besar sebagai alat untuk mengembangkan karakter dan keterampilan hidup (Constandt dkk., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Gould dan Carson (2008) menunjukkan bahwa partisipasi dalam olahraga dapat meningkatkan kepercayaan diri, kerjasama tim, dan kemampuan kepemimpinan. Sepak bola sebagai olahraga paling populer di dunia dengan lebih dari 265 juta pemain aktif (FIFA, 2021), menawarkan platform yang ideal untuk mengintegrasikan pengembangan karakter ke dalam kegiatan yang disukai oleh banyak pemuda.

Konsep *positive youth development* (PYD) menekankan pentingnya mengembangkan kekuatan dan potensi pemuda, bukan hanya mencegah perilaku berisiko (Kendellen dkk., 2017). Lerner dkk. (2005) mendefinisikan PYD sebagai pendekatan yang memfokuskan pada pengembangan kompetensi, kepercayaan diri, koneksi, karakter, dan kepedulian (5C). Dalam konteks olahraga, PYD dapat diintegrasikan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan positif pemuda secara holistic (Cronin & Allen, 2018).

Meskipun potensi olahraga dalam pengembangan karakter telah diakui, implementasi program yang terstruktur dan sistematis masih terbatas. Sebuah studi oleh Camiré dkk. (2012) menemukan bahwa hanya 32% pelatih olahraga remaja yang secara sadar mengintegrasikan pengembangan keterampilan hidup ke dalam program mereka. Di Indonesia, penelitian Maksam (2009) menunjukkan bahwa fokus pelatihan sepak bola usia muda masih dominan pada aspek teknis, dengan sedikit perhatian pada pengembangan karakter.

Terdapat kebutuhan mendesak untuk mengembangkan metode yang efektif dalam mengintegrasikan keterampilan hidup ke dalam latihan sepak bola. Holt dkk. (2017) menekankan pentingnya pendekatan yang terstruktur dan berbasis bukti dalam mengajarkan keterampilan hidup melalui olahraga. Namun, model integrasi yang spesifik untuk sepak bola usia muda, terutama dalam konteks Indonesia, masih terbatas.



## BAB XVII

# MANAJEMEN PEMBINAAN SEPAK BOLA PADA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) U-12 DI KABUPATEN KARAWANG TAHUN 2023

*Dany Aulia*

### Pendahuluan

Manajemen merupakan salah satu bagian yang tidak dapat dipisahkan dari aktivitas olahraga sepak bola (Lumbantungkup dkk., 2024). Manajemen yang dimaksud ialah pelaksanaan suatu program kerja yang di rencanakan dan ingin dicapai. Manajemen dalam bahasa latin, ialah kata manus yang berarti tangan sedangkan *agere* artinya melakukan. Sehingga jika digabungkan menjadi kata *managere* yang berarti menangani. Kata management atau manager dalam bahasa Inggris adalah kata benda untuk orang yang melakukannya.

Diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia manajemen yang mengartikan sebuah pengelolaan (Bausad dkk., 2024). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nickels dan Mc Hugh pada tahun

2017 mengatakan bahwa manajemen merupakan sebuah proses yang dilakukan untuk mewujudkan tujuan sebuah organisasi melalui rangkaian kegiatan berupa perencanaan, pengorganisasian, penggerakan, dan pengendalian orang-orang serta sumber daya organisasi lainnya.

Manajemen secara umum dijelaskan adalah prosedur perancangan, pengorganisasian, bimbingan, serta pengendalian aktivitas yang menetapkan sumber daya industri untuk memperoleh tujuan industri (Suwandi dkk., 2017). Pengertian manajemen sangat beragam, tetapi terdapat aspek yang sama dikemukakan oleh para ahli ialah dalam manajemen terdapat fungsi-fungsi manajemen.

Fungsi manajemen menurut George R. Terry pada tahun 1958 dalam bukunya yang berjudul *principles of management* terbagi 4 fungsi dasar manajemen yaitu *planning* (perencanaan) yaitu kegiatan menetapkan tujuan organisasi dan memilih cara yang terbaik untuk mencapai tujuan tersebut, *organizing* (pengorganisasian) kegiatan yang ditujukan untuk mengkoordinasikan sumber daya, tugas, dan wewenang diantara anggota organisasi untuk mencapai tujuan lembaga yang dapat diperoleh secara sempurna, *actuating* (pelaksanaan) yaitu kegiatan yang menyediakan cara untuk memengaruhi orang lain dan memotivasi mereka tersebut untuk bekerja, kegiatan ini adalah yang paling sulit karena melibatkan semua orang, *controlling* (pengawasan) kegiatan untuk memeriksa apakah kegiatan organisasi sudah sesuai dengan rencana (Aulia & Sembiring, 2023).

Dalam mencapai keempat fungsi dasar tersebut diperlukannya organisasi yang terstruktur dengan adanya kerja sama antara dua orang atau lebih untuk mencapai tujuan, sehingga seluruh aktivitas olahraga sepak bola diperhatikan dan dibina dengan khusus dalam memunculkan bibit – bibit baru dengan usaha meningkatkan prestasi atlet.

Dalam upaya mewujudkan rencana untuk meningkatkan prestasi, diperlukan program pembinaan atlet secara benar dan tepat (Sadewa & Setijono, 2018). Melalui pedoman–pedoman yang berlaku, oleh



## BAB XVIII

# EFEKTIFITAS MODEL LATIHAN SEPAK BOLA BERBASIS FUN GAME UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI DAN DISIPLIN ATLET USIA MUDA

*Muhammad Fajril Rifalo*

### Pendahuluan

Olahraga merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. olahraga tidak hanya sebagai sarana untuk menjaga kesehatan saja, melainkan juga sebagai salah satu ajang kompetisi yang mampu membawa nama baik bangsa dan negara. Oleh karena itu, pembinaan prestasi olahraga mendapat perhatian yang besar dari berbagai kalangan. Sepak bola adalah salah satu cabang yang mendapat perhatian besar dari berbagai kalangan.

Hal ini dikarenakan cabang olahraga sepak bola merupakan cabang olahraga paling populer dibandingkan cabang olahraga yang lain. Olahraga ini dapat membantu menjaga kebugaran tubuh, seperti: daya tahan paru-jantung, fleksibilitas, kekuatan otot, dan daya

tahan otot. Permainan sepak bola adalah permainan beregu yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri supaya tidak kemasukkan bola, dan kelompok yang paling banyak memasukkan bola keluar sebagai pemenang (Emral, 2017).

Tujuan sepak bola dalam pendidikan jasmani adalah sebagai salah satu mediator untuk mendidik dan melatih agar anak kelak menjadi anak yang cerdas, terampil, jujur dan sportif. Selain itu melalui permainan sepak bola diharapkan dalam diri anak akan tumbuh dan berkembang semangat persaingan, kerjasama, interaksi sosial, dan pendidikan moral.

Pembinaan usia muda bukan suatu pekerjaan yang mudah untuk melatih anak-anak bagi seorang pelatih. Seorang pelatih harus menemukan suatu latihan yang tepat dan sesuai dengan karakteristik anak yang dihadapinya. Menurut Isnaini dan Sabarini (2010), jenis permainan yang dimainkan oleh anak sangat ditentukan oleh umur anak. Secara umum semua anak menyukai bermain bola, namun kemampuan dasar yang dimiliki setiap anak tidak sama (Saifuddiin dan Setyawan, 2021). Kemampuan dasar adalah kecakapan atau bakat yang dimiliki seseorang sejak lahir yang dapat diasah dan dikembangkan sejalan dengan pertumbuhannya.

Pelatih hendaknya merancang model latihan sepak bola yang melibatkan unsur bermain. Kegiatan anak dalam melakukan latihan dalam waktu yang lama, menyebabkan anakm memiliki perasaan kegiatan tersebut sebagai siksaan. Oleh karena itu peran minat sangat berpengaruh terhadap proses pembinaan skill sepak bola pada anak usia dini (Hanafy, 2014). Minat yang timbul dalam diri seseorang atau anak dipengaruhi oleh banyak faktor seperti lingkungan, sosial, keluarga, teman, serta faktor lainnya. Seorang anak mempunyai minat yang tinggi terhadap olahraga sepak bola maka akan berusaha keras untuk berlatih jika dibandingkan dengan anak yang mempunyai minat yang rendah terhadap olahraga sepak bola (Fatimah & Nuryaningsih, 2018).



## BAB XIX

# HUBUNGAN POWER OTOT TUNGKAI TERHADAP TENDANGAN LONG PASSING PEMAIN SSB KANCIL MAS KARAWANG U-17

*Dede Muhamad Syukron, Habibi Hadi Wijaya,  
Ninda Sugi Nur Diyanti, Salvina Aulia Oktafaiza*

### Pendahuluan

Olahraga merupakan suatu kebutuhan tersendiri bagi kehidupan manusia kapanpun dan dimanapun. Kehidupan modern saat ini membuat manusia semakin menyadari akan pentingnya olahraga. Kesadaran yang meningkat sangat pesat ini memengaruhi perkembangan pengetahuan dan minat seseorang pada olahraga, baik sebagai suatu hobi, rekreasi, kebugaran, tontonan, kesehatan maupun mata pencaharian (Meliala & Fithroni, 2018). Telah banyak sekali dorongan dalam pertumbuhan sepak bola di masyarakat luas, semacam lapangan yang terdapat di mana- mana, dan banyaknya kompetisi mulai dari pemula tingkat desa, tingkat sekolah, universitas

apalagi kompetisi tingkat nasional yang dibuat sepak bola PSSI (Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia) serta banyak sekolah sepak bola (SSB) di kota besar hingga pelosok daerah.

Olahraga sepak bola adalah kegiatan yang sangat populer dan banyak digemari, baik di tingkat domestik maupun internasional. Daya tarik sepak bola terletak pada keterampilan dalam mengolah bola, penampilan yang penuh perjuangan, gerakan yang dinamis, serta taktik mengejutkan yang membuat penonton terpesona. Gerakan pemain yang halus dan terkontrol mencerminkan individualitasnya dalam permainan tim. Aspek penting dari penampilan meliputi kecepatan, kekuatan, stamina, keterampilan, dan pemahaman tentang taktik. (Joseph, 2011).

Tujuan permainan sepak bola adalah mencetak sebanyak mungkin gol ke gawang lawan sambil mencegah gawang sendiri dari kebobolan. Permainan sepak bola memerlukan kerjasama yang solid antara pemain serta dukungan teknik dan kondisi fisik yang baik. Pemain dengan keterampilan dasar yang kuat biasanya akan dapat bermain sepak bola dengan baik sesuai harapan. Teknik dasar yang harus dikuasai meliputi menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, dan merebut, sehingga prestasi olahraga dapat tercapai sesuai harapan. (Mahfud dkk., 2020).

Sepak bola merupakan permainan tim yang setiap tim terdiri dari 11 pemain, termasuk seorang penjaga gawang (Gemael dkk., 2020). Pendapat umum menyebutkan bahwa sepak bola adalah permainan tim yang dimainkan oleh sebelas pemain per regu, dan permainan ini sangat mengutamakan penggunaan kaki. Selain itu, (Istofian & Amiq, 2017) Pendapat umum adalah bahwa tujuan permainan sepak bola adalah mencetak gol ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri agar tidak kebobolan.

Untuk mencapai tujuan ini, diperlukan teknik, kondisi fisik, dan program latihan yang baik, terarah, dan teratur. Sejalan dengan itu, (Siaga, 2015) Permainan sepak bola bertujuan mencetak sebanyak mungkin gol dan mempertahankan gawang sendiri dari kebobolan.



## BAB XX

# SURVEI PEMAHAMAN PEMAIN SEPAK BOLA ASKOT PSSI JAKARTA BARAT TENTANG CEDERA DENGAN PENANGANANNYA DI POPPROV TAHUN 2024

*Sarah Aulia Putri, Dany Aulia,  
dan Muhammad Arief Setiawan*

### Pendahuluan

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di dunia dan mudah dipahami mengenai permainannya yang meliputi unsur taktik, teknik, fisik, dan mental di semua kalangan anak-anak, remaja, dewasa baik pria maupun wanita (Rayi, n.d.). Olahraga ini dimainkan dengan dua kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari sebelas orang pemain inti termasuk penjaga gawang (Syaeful Bahri, n.d.).

Sepak bola juga merupakan olahraga yang sangat membutuhkan kebugaran fisik yang prima, bentuk tubuh yang ideal, dan proporsional agar memudahkan dalam setiap gerakan (sarah aulia,

n.d.). Pada olahraga ini sering terjadi kontak fisik saat melakukan gerakan yang rentan menyebabkan berbagai macam cedera. Dalam bermain, pemain sepak bola Popprov Jakarta Barat ini tidak hanya mengetahui cara bermain saja, tetapi mereka sangat perlu juga memahami mengenai terjadinya cedera serta melakukan pertolongan pertamanya. Cedera bisa terjadi kepada pemain siapa saja dan kapan saja dalam bermain sepak bola. Jika tidak ditangani dengan segera dan tepat cedera olahraga dapat menimbulkan akibat yang buruk dalam melakukan aktivitas sehari-hari maupun dalam aktivitas olahraga terkait.

Cedera olahraga merupakan suatu kerusakan pada struktur atau fungsi otot tubuh yang dikarenakan dari tekanan fisik dan kegiatan olahraga yang berlebihan (Nofan Saputra, n.d.). Beberapa faktor yang menimbulkan cedera seperti kurangnya pemanasan, bentuk lapangan yang tidak beraturan dan lainnya. Cedera olahraga dapat mengakibatkan rasa nyeri, panas, memerah, bengkak, dan dislokasi pada persendian maupun otot. Terdapat dua jenis cedera yang sering terjadi yaitu akut dan traumatik.

Ketika pemain sedang bertanding dalam permainan sepak bola, maka diharuskan untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu untuk mencegah terjadinya cedera berulang dan sangat bermanfaat sekali untuk memperlancar pembuluh darah juga merileksan otot-otot tubuh agar tidak kaku dan tegang (Sudirman dkk., 2021). Cedera dapat semakin parah jika tidak ditangani dengan tepat seperti cedera ankle, hamstring, kram, dan lainnya. Cedera ini menjadi salah satu penghambat prestasi pemain dikarenakan trauma dan pemulihan yang berlangsung sangat lama.

Penanganan cedera pertama sebelum lanjut ke ranah medis perlu dilakukannya metode RICE dan dapat membantu pemain dalam mempercepat masa pemulihannya (Ilham & Pd, n.d.). RICE merupakan *rest*, *ice*, *compression*, dan *elevation* yang sering digunakan dalam pertolongan pertama untuk setiap pemain sepak bola. Cedera olahraga jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat dapat



## BAB XXI

# PENTINGNYA KLASIFIKASI JENIS KELAMIN YANG JELAS DALAM OLAHRAGA: PELAJARAN DAN TANTANGAN UNTUK SEPAK BOLA INDONESIA

*Ibrahim Bin Sa'id, Endarman Saputra, Reza Hadinata,  
Wawan Junresti Daya, Roli Mardian*

### Pendahuluan

Klasifikasi jenis kelamin dalam olahraga telah menjadi isu yang penting dan sering kali kontroversial, terutama ketika atlet tidak jelas tergolong dalam kategori laki-laki atau perempuan yang didefinisikan secara tradisional. Klasifikasi ini biasanya didasarkan pada kriteria biologis seperti kromosom, hormon, dan ciri fisik, yang berfungsi dengan baik dalam banyak kasus. Namun, kelainan kromosom dan molekuler, seperti Sindrom Turner (Gravholt dkk., 2020), dapat memengaruhi kemampuan atlet untuk berpartisipasi dalam olahraga kompetitif, terutama dalam kategori yang diklasifikasikan berdasarkan

jenis kelamin. Kelainan lain, seperti Sindrom Klinefelter (Schmidt dkk., 2024), menunjukkan bahwa meskipun seseorang memiliki kromosom Y, ekspresi fenotipiknya mungkin tidak sepenuhnya sesuai dengan apa yang diharapkan dalam klasifikasi jenis kelamin laki-laki.

Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa mutasi pada gen SRY dan disfungsi hormon dapat menyebabkan variasi dalam perkembangan jenis kelamin (García-Acero dkk., 2019; Labrie dkk., 2020). Dalam olahraga, situasi seperti ini menimbulkan pertanyaan etis dan praktis mengenai kategori kompetisi, kriteria seleksi, dan keadilan dalam partisipasi.

Pentingnya penelitian ini semakin ditegaskan oleh jumlah atlet yang semakin banyak di dunia yang menghadapi ketidakjelasan dalam klasifikasi jenis kelamin. Dengan kemajuan dalam genetika dan biologi molekuler, semakin banyak individu yang teridentifikasi dengan kondisi yang tidak sesuai dengan definisi konvensional mengenai jenis kelamin. Hal ini tidak hanya menghadirkan tantangan dalam menentukan klasifikasi jenis kelamin untuk tujuan kompetisi, tetapi juga memengaruhi kesejahteraan psikologis dan hak-hak atlet yang terlibat.

Di Indonesia, isu ini semakin mencuat dengan kasus Aprilia Manganang (Berliana dkk., 2021), seorang atlet voli yang awalnya diklasifikasikan sebagai perempuan, namun kemudian diketahui memiliki kondisi medis yang menyebabkan perubahan klasifikasi jenis kelaminnya menjadi laki-laki. Begitu juga dengan kasus Imran Reza, seorang petinju asal Iran yang berlaga di Olimpiade 2024, yang menggambarkan tantangan global dalam menjaga keadilan sambil menghormati hak-hak individu.

Klasifikasi jenis kelamin menjadi sangat penting dalam olahraga seperti sepak bola, di mana ciri fisik seperti kekuatan, kecepatan, dan daya tahan memainkan peran kunci dalam menentukan kesuksesan kompetitif. Dalam sepak bola Indonesia, kategori laki-laki dan perempuan secara tradisional dipisahkan berdasarkan jenis kelamin biologis, dengan anggapan bahwa pemisahan ini menjamin



## BAB XXII

# ASPEK PSIKOLOGIS DAN PERFORMA ATLET SEPAK BOLA

*Muhammad Ilham, M. Tri Firia Chandra, Reza Hadinata,  
Wawan Junresti Daya, Alek Okta Dinata, Mohd. Adrizal*

## Perkembangan Psikologi Olahraga dalam Sepak Bola Modern

Sepak bola modern tidak lagi dipandang sekadar aktivitas fisik, tetapi merupakan olahraga kompleks yang memadukan aspek fisiologis, teknis, taktis, dan psikologis secara simultan. Dalam dua dekade terakhir, perkembangan ilmu pengetahuan olahraga menunjukkan bahwa kontribusi faktor psikologis terhadap performa atlet semakin mendapatkan pengakuan yang kuat dari berbagai penelitian empiris (Cotterill, 2017; Weinberg & Gould, 2019). Hal ini terlihat dari meningkatnya peran psikolog olahraga dalam klub-klub profesional, baik di Eropa maupun Asia, yang kini menjadi bagian integral dari tim kepelatihan dan akademi pembinaan pemain muda.

Era sepak bola modern ditandai dengan intensitas kompetisi yang tinggi, ekspektasi publik yang besar, serta tekanan media yang tidak dapat dihindari. Situasi tersebut menuntut atlet untuk tidak hanya

menguasai keterampilan teknik, tetapi juga memiliki kapasitas mental yang kuat agar mampu tampil optimal dalam kondisi kompetitif yang dinamis.

Kemampuan mengelola emosi, mempertahankan fokus, mengambil keputusan cepat, hingga berkomunikasi secara efektif menjadi elemen kunci dalam menyokong keberhasilan performa di lapangan. Sejalan dengan itu, perkembangan teknologi analisis kinerja juga membuka ruang bagi kajian yang lebih mendalam mengenai hubungan antara psikologi dan performa permainan, seperti analisis tekanan (*pressure*), respons stres, dan faktor mental toughness pada atlet sepak bola (Fletcher & Sarkar, 2016).

Perkembangan psikologi olahraga dalam sepak bola juga didorong oleh pemahaman bahwa performa atlet merupakan hasil interaksi antara kondisi fisik dan mental. Pendekatan biopsikososial yang banyak digunakan dalam ilmu olahraga modern menempatkan aspek psikologis sebagai salah satu komponen fundamental yang memengaruhi kesiapan bertanding dan adaptasi selama pertandingan (Reeves dkk., 2011). Dengan demikian, fokus terhadap pengembangan mental tidak lagi menjadi pilihan, tetapi merupakan kebutuhan penting dalam sistem pembinaan sepak bola masa kini.

## Urgensi Aspek Psikologis dalam Performa Sepak Bola Profesional Maupun Amatir

Baik pada level profesional maupun amatir, aspek psikologis memainkan peran sentral dalam menentukan kualitas performa seorang atlet. Pada level profesional, pemain dituntut untuk selalu konsisten tampil pada performa puncak. Tekanan kompetisi, tuntutan klub, serta ekspektasi penggemar menuntut pemain untuk memiliki regulasi emosi yang baik dan mental toughness yang tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan kompetitif, ketidakmampuan mengelola stres, serta gangguan konsentrasi dapat menurunkan kualitas pengambilan keputusan dan meningkatkan kesalahan teknis



## BAB XXIII

# PENGATURAN PENGGUNAAN GAS PENGENDALI MASSA DALAM PERTANDINGAN SEPAK BOLA

*Abydhiya Farooszaki dan Mochammad Farisi*

### Pendahuluan

Awal mula sepak bola modern bermula di Inggris dengan berdirinya Football Association. Organisasi ini terbentuk setelah 11 wakil dari berbagai klub sepak bola di Inggris berkumpul di Freemason's Tavern, London. Dalam pertemuan tersebut, mereka menyusun aturan-aturan baku untuk permainan sepak bola. Aturan-aturan ini kemudian diikuti oleh asosiasi sepak bola di Wales, Skotlandia, dan Irlandia. Keempat asosiasi ini kemudian bersatu membentuk International Football Association Board (IFAB) untuk mengoordinasikan aturan sepak bola secara internasional.

FIFA didirikan sebagai badan pengatur tertinggi sepak bola dunia pada tahun 1904 di Paris, Prancis sebab sepak bola yang meluas ke berbagai penjuru dunia. Meskipun pada waktu itu kompetisi sepak bola lebih banyak terkait dengan Olimpiade, jumlah anggota FIFA

terus bertambah. Dalam hukum internasional, FIFA dikategorikan sebagai organisasi non pemerintah atau organisasi non-pemerintah internasional (INGO). Organisasi non pemerintah internasional (INGO) adalah organisasi yang didirikan tanpa campur tangan pemerintah.

FIFA memiliki peran penting dalam hukum internasional dengan mengatur dan mengawasi sepak bola di seluruh dunia, menyelenggarakan kompetisi internasional, menetapkan aturan permainan, serta memfasilitasi hubungan antara asosiasi sepak bola nasional. FIFA juga menetapkan aturan dan kode etik yang harus dipatuhi oleh anggotanya, termasuk asosiasi sepak bola nasional. Jika ada pelanggaran aturan, FIFA memiliki wewenang untuk memberikan sanksi kepada asosiasi sepak bola nasional atau individu yang melanggar peraturan tersebut.

Setiap negara anggota FIFA memiliki organisasi sepak bola nasional yang mewakili negara tersebut dalam organisasi induk FIFA. Selain itu, asosiasi sepak bola di setiap negara juga berperan sebagai perpanjangan tangan FIFA untuk menyelenggarakan sepak bola sesuai dengan regulasi yang telah disepakati dalam statuta FIFA dan aturan turunannya. Sebagai anggota FIFA, Indonesia membentuk organisasi yang bertanggung jawab atas pengelolaan sepak bola di negara tersebut, yaitu Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI). PSSI juga merupakan bagian dari konfederasi sepak bola Asia, yaitu Asian Football Confederation (AFC).

Meskipun FIFA telah menetapkan regulasi dan sanksi yang bervariasi dari ringan hingga berat sesuai dengan jenis pelanggaran, pelanggaran tetap mungkin terjadi, baik di negara lain maupun di Indonesia. Indonesia sendiri beberapa kali menghadapi pelanggaran terhadap aturan hukum internasional, khususnya regulasi FIFA. Pelanggaran-pelanggaran tersebut termasuk penunggakan gaji pemain, campur tangan pemerintah dalam asosiasi sepak bola, pengaturan skor pertandingan, serta berbagai pelanggaran lainnya. Salah satu kasus yang baru-baru ini menjadi sorotan utama adalah

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Borrie, G. K. Jonsson, and M. S. Magnusson. “Temporal Pattern Analysis and its Applicability in Sport: An Explanation and Exemplar Data”. *Journal of Sports Science*, 20(10): 845—852. January 2002.
- Agustina, R S. 2020. *Buku Jago Sepak bola untuk Pemula*. Oscar Raya.
- Akbar, A, dkk. “Teknik Dasar Pemain SSB Tuah Sakato”. *Jurnal Patriot*, 3(2): 135—146. 2021.
- Aksović, Bjelica B, dkk. “Evaluation and Comparative Analysis of the Results of a Vertical Jump Between Young Basketball and Handball Players”. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 26(2): 126—33. 2022.
- Aksović, Bjelica B. “Development of Explosive Power in Basketball Players”. *Turkish Journal of Kinesiology*, 7(1): 4452. 2021.
- Alaiti RK dan Reis FJJ. “Pain in Athletes: Current Knowledge and Challenges”. *International Journal Sports Physiology Therapy*, 17(6): 981—983. 2022. 2022.
- Alaiti RK, Reis FJJ. “Pain in Athletes: Current Knowledge and Challenges”. *International Journal Sports Physiology Therapy*, 17(6): 981—983. 2022.
- Alhuda, A Q dan Ainin I K. “Permainan Bola Basket Modifikasi terhadap Interaksi Sosial Anak Autis di Sekolah Luar Biasa”. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 1—9. 2017.

- Ambarukmi, D A. *Pelatihan Pelatih Fisik Level I. Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga*. Jakarta: Kemenpora. 2017.
- Ambretti, Palumbo, and Elias Kourkoutas. “Traditional Games Body and Movement”. *Journal of Sport Science* 7: 33—37. 2019.
- Amiri, M, Zarei A, dan Hemmatinezhad M. A. “Talent Identification in Youth Soccer Players: A Systematic Review”. *Journal of Sports Sciences*, 39(5): 483—495. 2021.
- Anam, K, dkk. “Latihan Akurasi Shooting Sepak bola: Sasaran Gawang Besar-Kecil dan Sasaran Ban, Mana yang Efektif?” *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 4(1): 55. 2021.
- Anderson, C dan Sally D. 2019. *The Numbers Game: Why Everything You Know About Soccer is Wrong*. Penguin Books.
- Anderson, J dan Moore P. “Mechanisms of Character Development in Sports”. *Journal of Sport Psychology*, 34(2): 112—125. 2020.
- Anderson, P, Brown G, dan Carter H. “Structured Competitions and Their Impact on Football Development”. *Journal of Sports Development*. 2022.
- Angoorani, H, dkk. “Evaluation of Cardiorespiratory Fitness and Its Correlation with Team Performance, Player Position and Physical Characteristics in the Soccer Premium League of Iran”. *Asian Journal of Sports Medicine*, 12(3). 2021.
- Ani Hastuti, Tri. “Kontribusi Ekstrakurikuler Bolabasket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani”. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 4(1). 2017.
- Aprilianto, M dan Tomoliyus. “Pengembangan Model Bermain Sepak Bola untuk Meningkatkan Aspek Psikologis Anak Usia 12-13 Tahun di Yogyakarta”. *Jurnal Keolahragaan*, 4(1): 34—36. 2017.
- Aprilita, I, Darsi H, dan Syafutra W. “Pengaruh Modifikasi Permainan terhadap Kemampuan Motorik Anak Desa Kertasari”. *Silampari Journal Sport*, 1(2): 44—53. 2021.

- Aquino, R, dkk. “Match Running Performance in Brazilian Professional Soccer Players: Comparisons Between Successful and Unsuccessful Teams”. *BMC Sports Science Medicine and Rehabilitation*, 13(1). 2021.
- Aquino, R, dkk. 2022. *Analysis of Goal Scoring Patterns and Match Outcome During the Intercontinental Beach Soccer Cup Dubai 2019*. Motriz: Rio Claro.
- Araujo, D dan Davids K. “Team Synergies in Sport: Theory and Measures”. *Frontiers in Psychology*, 7: 1449. 2016.
- Araújo, D, Davids, dan Hristovski R. “The Ecological Dynamics of Decision Making in Sport”. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(6): 653—676. 2006.
- Ardianta dan Hariadi. “Pengembangan Model Latihan Passing dan Control pada Atlet Sepak Bola Usia Dini”. *Indonesia Performance Journal*, 1(2). 2017.
- Arikunto dan Suharsimi. 1997. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto, Suliarsimi. 1993. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Bineka Cipta.
- Armatas, V, dkk. “Goal Scoring Patterns in Greek top Leveled Soccer Matches”. *Journal of Physical Education and Sport*, 23: 1—5. 2009.
- Arnason A, dkk. “Physical Fitness, Injuries, and Team Performance in Soccer”. *Med Sci Sports Exerc*, 6(2): 278—85. 2004.
- Arsil. 1999. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- Arsil. 2000. *Pembinaan Kondisi Fisik*. FIK UNP.
- Arsil. 2009. *Tes Pengukuran dan Evaluasi*. Padang: FIK UNP.
- Atakan, M. M, dkk. “Effect of Body Composition on Fitness Performance in Young Male Football Players”. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 19(1): 54—59. 2017.

- Athalarik F. M, Rusadi U. “Sepak bola Indonesia dalam Perspektif Komodifikasi Budaya Populer”. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3): 25476—25487. 2023.
- Azis, F, Mukramin S, dan Risfaisal. “Interaksi Sosial Anak Autis di Sekolah Inklusi (Studi Sosiologi pada Sekolah Inklusi di Kota Makassar)”. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 9(1): 77—85. 2021.
- Badan Legislasi Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia. 2023. *Naskah Akademik Rancangan Undang-Undang tentang Kesehatan*. Jakarta: Dewan Perwakilan Rakyat RI.
- Badan Legislasi Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia. 2023. *Naskah Akademik Rancangan Undang-Undang tentang Kesehatan*. Jakarta: Dewan Perwakilan Rakyat RI.
- Badawy, M M dan Muaidi Q I. “Cardio Respiratory Response: Validation of New Modifications of Bruce Protocol for Exercise Testing and Training in Elite Saudi Triathlon and Soccer Players”. *Saudi Journal of Biological Sciences*, 26(1): 105—111. 2019.
- Bahtra, R. “VO<sub>2</sub>Max in Soccer Players: Comparison of Interval Training and Continuous Running”. *Jossae (Journal of Sport Science and Education)*, 8(1): 46—53. 2023.
- Barrett, S, dkk. “Understanding the Influence of the Head Coach on Soccer Training Drills—An 8 Season Analysis”. *Applied Sciences*, 10(22): 8149. 2020.
- Batty, E C. 2017. *Latihan Metode Baru Sepak Bola Serangan*. Bandung: CV Pioner Jaya.
- Bausad, A A, Pujiati A, dan Lukitasari D. “Analisis Manajemen Sekolah Sepak Bola: Perspektif Sepak Bola sebagai Industri Olahraga”. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 6(2): 53—62. 2024.
- Bayrakdaroglu, S, dkk. “The Examination of Yo-Yo Intermittent Recovery Test Performance of Young Soccer Players at Different

- Playing Positions”. *Physical Education of Students*, 24(4): 235—241. 2020.
- Bean, Corliss, and Tanya Forneris. “Examining the Importance of Intentionally Structuring the Youth Sport Context to Facilitate Positive Youth Development.” *Journal of Applied Sport Psychology* 28(4): 410—25. 2016.
- Beboucha, W, dkk. “The Anthropometric and Physiological Characteristics of Young Algerian Soccer Players”. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 61(1): 35—51. 2021.
- Bergkamp, T L, dkk. “Methodological Issues in Soccer Talent Identification Research”. *Sports Medicine*, 49(9): 1317—1335. 2019.
- Bompa, T.O. 2015. *Theory and Methodology of Training*. Toronto: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Borg, W. R dan Gall M D. *Education Research* (4thed.)”. New York: Longman Inc.
- Bowen, G. A. “Document Analysis as a Qualitative Research Method”. *Qualitative Research Journal*, 9(2): 27—40. 2009.
- Bredemeier, B. L dan Shields D L. 2019. *Social Justice, Character Education, and Sport: A Position Statement*. Quest.
- Brian, R. 2015. *Successful Coaching*, (3rd edition). Champaign, II: Leisure Press.
- British Standart Institution. 2007. Occupational Health and Safety Management Systems 18001: 2007, Requirements for the Implementation pp 1–19.
- Brown, J, Evans L, dan Garcia M. “Impact of Tiered Competitions on Player Development”. *International Journal of Sports Science*. 2021.
- Brown, J. 2005. *Evaluating Surveys of Transparent Governance*. In: UNDESA (United Nations Department of Economic and Social

- Affairs*), 6th Global Forum on Reinventing Government: Towards Participatory and Transparent Governance. Seoul, Republic of Korea 24-27 May 2005. New York: United Nations.
- Budiwanto, S. 2016. *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Penerbit Universitas Negeri Malang (UM PRESS).
- Byl, John. 2014. *Organizing Successful Tournaments Organizing Successful Tournaments*. 4th ed. United States of America.
- C Lacy, Alan. 2017. *Measurement and Evaluation in Physical Education and Exercise Science*. San Fransisco: Pearson Education, Inc.
- Carling, C, Williams A M, dan Reilly, T. 2005. *Handbook of Soccer Match Analysis. A Systematic Approach to Improving Performance*. London: Routledge.
- Carter, D, Harris N, dan Johnson T. “Youth Football Development Programs: A Comprehensive Review”. *Sports Education Review*. 2020.
- Castellano, J dan Pic M. “Identification and Preference of Game Styles in LaLiga Associated with Match Outcomes”. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(24): 5090. 2019.
- Chentini, S dan Russel T. 2019. *Buku Pintar Sepak Bola*. Jakarta: Inovasi.
- Clark, K. “Nutritional Guidance to Soccer Players for Training and Competition”. *Journal of Sport Sciences*, 12: 43—50. 1994.
- Claude, dkk. 2016. *Physical Activity and Health*. USA: Library of Congres Cataloging- in Publication Data.
- Coakley, Jay. 2011. “Youth Sports: What Counts as ‘Positive Development?’” *Journal of Sport and Social Issues*, 35(3): 306—24.
- Coakley, Jay. 2017. *Sports in Society: Issues and Controversies*. 12th ed. New York: McGraw-Hill Education.

- Çobanoğlu, HO. "Analysis of Goal Scored on Russia World Cup 2018." *Journal of Education and Training Studies*. 7(2): 184—191. 2019.
- Constandt, B, dkk. "Part of the Game? Exploring the Prevalence and Normalization of Gambling in Belgian Sports Clubs". *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022
- Cope, E, dkk. "Football, Sport and the Development of Young People's Life Skills". *Sport in Society*, 20(4): 581—598. 2017.
- Coutinho, Diogo, dkk. "Effects of Pitch Spatial References on Players' Positioning and Physical Performances During Football Small-Sided Games". *Journal of Sports Sciences*. 2018.
- Crawford, G, dkk. "All Avatars Aren't We': Football and the Experience of Football-Themed Digital Content During a Global Pandemic". *International Review for the Sociology of Sport*, 57(4): 515—531. 2021.
- Cresser, L. 2015. *Modern Soccer Tactics Volume 1*. Australia: World Class Coaching.
- Creswell, J. W. 2014. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (4th ed.)*. Sage Publications.
- Cronin, L D dan Allen, J. "Examining the Relationships Among the Coaching Climate, Life Skills Development and Well-Being in Sport". *International Journal of Sports Science and Coaching*. 2018.
- Cross, K. 2016. *The Football Coaching Process*. Australia: Football Federation Australia.
- Crowther, Fiona, dkk. "Team Sport Athletes' Perceptions and Use of Recovery Strategies: A Mixed-Methods Survey Study." *BMC Research Notes* 10(1): 1—10. 2017.
- Cushion, C dan Jones R L. "Power, Discourse, and Symbolic Violence in Professional Youth Soccer". *Sociology of Sport Journal*, 23(2): 142—161. 2006.

- Darmawan, R dan Putra, G. 2015. *Jadi Juara dengan Sepak Bola Possession*. Jakarta: Kick Off Media-RD Books.
- Darwis, Ratinus. 1999. *Sepak bola*. Padang: FIK UNP.
- Dauids, K, dkk. “Movement Systems as Dynamical Systems—the Functional Role of Variability and its Implications for Sports Medicine”. *Sports Medicine*, 33(4): 245—260. 2003.
- Denzin, N. K. 1978. *The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Methods (2nd ed.)*. McGraw-Hill.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2009. *Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi Universitas Negeri Padang*. Padang: UNP.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2014. *Badan Peneliti dan Pengembangan Pusat Kurikulum*. Jakarta: Depdiknas.
- Dewi, A dan Prihatanta H. “Hubungan Berat Badan dan Tinggi Badan dengan Kelincahan Pemain Futsal Putri UNY”. *Medikora*, 16(2): 1—11. 2015.
- Djezed, Zulfar. 1985. *Buku Pelajaran Sepak bola*. Padang: FPOK IKIP Padang.
- Duarte, R, dkk. “Competing Together: Assessing the Dynamics of Team-Team and Player-Team Synchrony in Professional Association Football”. *Human Movement Science*, 32(4): 555—566. 2013.
- Embral, Abus 2005. *Buku Ajar Sepak bola*. Padang: FIK UNP Padang.
- Emmonds, S, dkk. “Importance of Physical Qualities for Speed and Change of Direction Ability in Elite Female Soccer Players”. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 33(6): 1669—1677. 2019.
- Emmonds, S, dkk. “Physical Characteristics of Elite Youth Female Soccer Players Characterized by Maturity Status”. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 34(8): 2321—2328. 2020.

- Etikan, I, Musa S A, adn Alkassim R S. “Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling”. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1): 1—4. 2016.
- F. M, Athalarik dan Rusadi U. “Sepak Bola Indonesia dalam Perspektif Komodifikasi Budaya Populer”. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3): 25476—25487. 2023.
- Fajen, B, dkk. “Information, Affordances, and the Control of Action in Sport”. *International Journal of Sport Psychology*, 40(1): 79. 2009.
- Falces-Prieto, M, dkk. “Quarterly Percentual Change in Height, Weight, Body Fat and Muscle Mass in Young Football Players of Different Categories”. *Applied Sciences Volume 14*(9): 3915. 2024.
- Faqihudin, A dan Wahadi, N. “Pengaruh Daya Ledak dan Latihan Kekuatan Terhadap Hasil Jump Heading”. *UNNES Journal of Sport Sciences*, 4 (2). 2015.
- Fauzi, M, Hidayat S, dan Ariani L P T. “Analisis Pertandingan Tim Perseden Denpasar Pada Kompetisi Liga 3 PSSI Bali 2021”. *Jurnal Penelitian Mahasiswa Indonesia*, 3(2): 493—500. 2023.
- Fikri, Aulia, dan Mertin. 2010. *Hubungan Kelincahan dengan Kecepatan Dribbling Pemain Sepak bola SSB Bumi Serambi Kota Padang Panjang*. UNP
- Flay, B. R., & Allred, C. G. (2003). Long term effects of the Positive Action program. *American Journal of Health Behavior*, 27(1), S6–S21.
- Fornieris, Tanya, dkk. “Understanding Female Youth’s Perceptions of Health and Physical Activity: A First Step in Developing a Youth-Driven Program.” *PHEnex Journal* 4(3): 1—15. 2013.
- Fraser-Thomas, dkk. “Youth Sport Programs: An Avenue to Foster Positive Youth Development”. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 10(1): 19—40. 2005.

- Gaspar, A, dkk. “Acute Effects of Differential Learning on Football Kicking Performance and in Countermovement Jump”. *Plos One*, 14(10). 2019.
- Gemael, Q A, Kurniawan F, dan Izzuddin D A. “Hubungan Kemampuan Passing dengan Ketepatan Shooting dalam Pembelajaran Sepak Bola di Kelas XI Sma Negeri 1 Cikarang Utara”. *Competitor*, 12(1): 35—40. 2020.
- Gerald Arthur-Banning, Skye, dkk. “Determining If Competition Level Matters in Developing Positive and Negative Youth Sportsmanship”. *American Journal of Sports Science* 6(2): 38. 2018.
- Gonçalves, B, dkk. “Effects of Emphasising Opposition and Cooperation on Collective Movement Behaviour During Football Small-Sided Games”. *Journal of Sports Sciences*, 34(14): 1346—1354. 2016.
- Gould, D dan Carson S. “Life Skills Development Through Sport: Current Status and Future Directions”. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1): 58—78. 2008.
- Gould, D dan Carson, S. “Life Skills Development Through Sport: Current Status and Future Directions”. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2008.
- Guntoro, T S, Muhammad J, dan Qomarrullah R. “Faktor Kemampuan Fisik dan Psikologis Penunjang Keterampilan Atlet Elit Sepak Bola Propinsi Papua”. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(2): 390—406. 2020.
- Hadi, A. 2007. *Pemahaman dan Penerapan ISO/IEC 17025: 2005 Persyaratan Umum Kompetensi Laboratorium Pengujian dan Laboratorium Kalibrasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Hadi, A. 2007. *Pemahaman dan Penerapan ISO/IEC 17025: 2005 Persyaratan Umum Kompetensi Laboratorium Pengujian dan Laboratorium Kalibrasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

- Hafidz, M dan Winarno M M. E. “Studi Kemampuan Teknik Dasar Sepak bola Pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang Kelompok Usia 15-16 Tahun”. *Sport Science and Health*, 2(4): 215—223.
- Handoko, J, Sugihartono T, dan Sutisyana A. “Analisis Program Latihan Sepak Bola Grass Root dan Implementasinya pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Kabupaten Kepahiang”. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(2): 230—235. 2019.
- Hansen, David M, Reed W Larson, and Jodi B. Dworkin. “What Adolescents Learn in Organized Youth Activities: A Survey of Self-Reported Developmental Experiences.” *Journal of Research on Adolescence* 13(1): 25—55. 2003.
- Hardinata, R. “Analysis of the Physical Condition of Soccer Athletes Through the Yo-Yo Test: A Survey Study on Preparation for the Provincial Sports Week”. *Retos*, 50: 1091—1097. 2023.
- Harre. 2017. *Principle of Sport Training*. Berlin: Sportverlag.
- Harris, T, Brown W, dan Evans N. “Coaching Certification and its Impact on Football Training Quality”. *Journal of Coaching Studies*. 2022.
- Harrison, P. W. dan Johnston, R. D. “Relationship Between Training Load, Fitness, and Injury Over an Australian Rules Football Preseason”. *Journal of Strength and Conditioning Research* 31(10): 2686—2693. 2017.
- Harsono. 1998. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: P2LPTK.
- Harsono. 2015. *Kepelatihan Olahraga. (Teori dan Metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Harsono. 2017. *Periodisasi Program Pelatihan*. Remaja Rosdakarya.
- Haryadi, W M, dkk. “Studi Manajemen Pembinaan Olahraga Sepak Bola di Klub Persatuan Sepak Bola Kota Bogor oleh Kantor Pemuda dan Olahraga Kota Bogor”. *Jurnal GOVERNANSI*, 2(1): 42—47. 2016.

- Harzuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini*. Kajian Para Pakar. Jakarta: PT Raja Grafindo Perkasa.
- Hayat, Ruli Saepul dan Agus Mahendra T J. “Analisis Program Intentionally Structured terhadap Positive Youth Development dengan Menggunakan Systematic Literature Review dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga”. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 2021.
- Hergenthal dan Olson M. 2019. *Theories of Learning*. Jakarta: Kencana PrenadaMedia Group.
- Highton, J. M, dkk. “The Reliability and Validity of Short-Distance Sprint Performance Assessed on A Nonmotorized Treadmill”. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26(2): 458—465. 2012.
- Hills, S. P, dkk. “Quantifying the Peak Physical Match-Play Demands of Professional Soccer Substitutes Following Pitch-Entry: Assessing Contextual Influences”. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 93(2): 270—281. 2020.
- Hopkins, D. 2018. *A Teacher’s Guide to Classroom Research*. New York: Open University Press.
- Hughes, M dan Bartlett R. “The use of Performance Indicators in Performance Analysis”. *Journal of Sports Sciences*, 20(10): 739—754. 2002.
- Hughes, M dan Franks I. 2008. *The Essentials of Performance Analysis: An Introduction*. London: Taylor and Francis.
- Huijgen, Gemser, Post, dan Visscher. “Development of Dribbling in Talented Youth Soccer Players Aged 12–19 Years: A longitudinal Study”. *Journal of Sports Sciences*, 28(7): 689—698. 2018.
- I Putu Eri Kresnayadi. “Pengaruh Pelatihan Ladder Drill 8 Repetisi 3 Set terhadap Peningkatan Kecepatan Lari”. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2: 103 –107. 2016.

- Iacono, A. D, dkk. “Quantifying Exposure and Intra-Individual Reliability of High-Speed and Sprint Running During Sided-Games Training in Soccer Players: A Systematic Review and Meta-Analysis”. *Sports Medicine*, 53(2): 371—413. 2022.
- Ikatan Dokter Indonesia. 2016. *Penataan Sistem Pelayanan Kesehatan Rujukan*. Jakarta: Ikatan Dokter Indonesia.
- Ikatan Dokter Indonesia. 2016. *Penataan Sistem Pelayanan Kesehatan Rujukan*. Jakarta: Ikatan Dokter Indonesia
- Ilissaputra dan Suharjana. “Pengaruh Metode Latihan dan VO2 Max terhadap Dasar Sepak Bola”. *Jurnal Keolahragaan*, 4 (2): 165.
- Inkubator Penulis Indonesia. 2019. *Kebijakan dan Pembiayaan Kesehatan*. Jakarta: Inkubator Penulis Indonesia.
- Inkubator Penulis Indonesia. 2019. *Kebijakan dan Pembiayaan Kesehatan*. Jakarta: Inkubator Penulis Indonesia
- Irianto, D P. 2018. *Dasar-Dasar Olahraga untuk Menjadi Atlet Juara*. Bantul: Pohon Cemara.
- Ismariati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Pres.
- Istofian, R S, dan Amiq F. “Metode Drill untuk Meningkatkan Teknik Menendang Bola (Shooting) dalam Permainan Sepak bola Usia 13—14 Tahun”. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1). 2017.
- Iswinarti, I dan Cahyasari A. “Meningkatkan Konsentrasi Anak Attention Deficit Hyper Activity Disorder melalui permainan tradisional engklek”. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, 1. 2017.
- J Sharkey, Brian. 2015. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Johnson, D, Smith O, dan Carter H. “The Role of Continuous Training in Enhancing Coaching Skills”. *Coaching Science Review*. 2023.
- Joseph A Luxbacher. 2011. *Sepak bola (Taktik dan Teknik Bermain)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

- Joseph, L. A. 2011. *Sepak Bola Edisi Kedua*. Jakarta: Kharisma Putra Utama.
- Junaidi, A, Sugihartono, T dan Sutisyana A. “Pengaruh Latihan Variasi Shooting ke Arah Gawang terhadap Akurasi Shooting dalam Permainan Sepak Bola pada Pemain U-14 SSB Tunas Muda Bengkulu”. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2): 1—6. 2018.
- Juniardi. 2005. *Hubungan Eksplosif Power dengan Hasil Shooting*. Padang: FIK.
- Kamaruddin, I. “Kondisi Fisik dan Struktur Tubuh Atlet Sepak bola Usia 18 Tahun PSM Makassar”. *Jurnal Locomotor Pendidikan Jasmani (JLPJ)*, 3(1): 29—47. 2011.
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. *Pedoman Penyusunan Rencana Kebutuhan Obat dan Pengendalian Obat di Rumah Sakit*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. *Pedoman Penyusunan Rencana Kebutuhan Obat dan Pengendalian Obat di Rumah Sakit*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kendellen, K, dkk. “Integrating life skills into Golf Canada’s youth Programs: Insights into a Successful Research to Practice Partnership”. *Journal of Sport Psychology in Action*, 8(1): 34—46. 2017.
- Kendellen, Kelsey, and Martin Camiré. “Examining the Life Skill Development and Transfer Experiences of Former High School Athletes.” *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 15(4): 395—408. 2017.
- Khairul, Ahmad, (2014). *Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepak bola SSB*. UNP M. Sajoto, 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: DEPDIBUD.
- Khoeriyah, S. M. “Pengaruh Metode Bermain Bola Basket terhadap Kemampuan Motorik Kasar pada Anak Distabilitas Usia 10-12

- Tahun di Sekolah Luar Biasa”. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 10(1): 39—46. 2022.
- Kismono, A dan Dewi R. “Kontribusi Simulasi Game terhadap Passing Sepak Bola”. *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia*, 1(2): 90—95. 2021.
- Komarudin. 2016. *Dasar Gerak Sepak Bola*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Krane, Vikki, Jeannine Snow, and Christy A Greenleaf. “Reaching for Gold and the Price of Glory: A Motivational Case Study of an Elite Gymnast.” *Sport Psychologist* 11(1): 53—71. 1997.
- Kresnayadi, I Putu Eri dan Arisanthi Dewi. “Pengaruh Pelatihan Plyometric Depth Jump 10 Repetisi 3 Set terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai”. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 3(1): 33—38. 2017.
- Kristiyanto, Eko Noer. “Peranan Hukum Nasional dalam Penyelenggaraan Kompetisi Sepak Bola Profesional di Indonesia”. *Jurnal Rechts Vinding: Media Pembinaan Hukum Nasional* 5(3): 439—53. 2016.
- Kumar, R. 2017. *Scientific Methods of Coaching and Training*. Delhi: Jain Media Graphics.
- Langga, Z A dan Supriyadi. “Pengaruh model Latihan Menggunakan Metode Praktik Distribusi terhadap Keterampilan Dribble Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMPN 18 Malang”. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1). 2016.
- Lees A, Asai, dkk. “The Biomechanics of Kicking in Soccer: A Review”. *Journal of Sports Sciences*, 28(8): 805—817. Juni 2010.
- Léger, L dan Gadoury, C. “Validity of the 20 m Shuttle Run Test with 1 Min Stages to Predict VO<sub>2</sub>max in Adults”. *Canadian Journal of Sport Sciences = Journal Canadien des Sciences Du Sport*, 14(1): 21—26. 1989.

- Lincoln, Y S dan Guba E G. 1985. *Naturalistic Inquiry*. Sage Publications.
- Lumbantungku, G, dkk. “Peran Manajemen Olahraga dalam Meningkatkan Prestasi Atlet: Studi Kasus pada Klub Sepak Bola di Indonesia”. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(2): 24452—24459. 2024.
- Lutan, Rusli. 1991. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: FPOK IKIP Bandung.
- Luxbacher, J. 2016. *Sepak Bola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Ma'mun, Amung dan Yudha M Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Mahfud, I, Aditya G, dan Fahrizqi E B. “Analisis IMT (Indeks Massa Tubuh) Atlet UKM Sepak bola Universitas Teknokrat Indonesia”. *Journal Of “Sports Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis*, 3(1): 9—13. 2020.
- Mahfud, I, Yuliandra R, dan Gumantan A. “Model Latihan Dribbling Sepak bola untuk Pemula Usia SMA”. *Sport Science & Education Journal*, 1(2): 1—9. 2020.
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. “Model Latihan Dribbling Sepak bola untuk Pemula Usia SMA”. *Sport Science and Education Journal*, 1(2): 1—9. 2020.
- Maksum, A. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: UNESA University Press.
- Malayu S, Hasibuan. 2000. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Malayu S.P, Hasibuan. 2000. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Maliki, O, dkk. “Analisis Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola klub Persepu Upgris Tahun 2016”. *Jendela Olahraga*, 2(2): 1—8. 2017.

- Mamik. 2014. *Manajemen Mutu Pelayanan Kesehatan dan Kebidanan*. Sidoarjo: Zifatama Publisher.
- Mamik. 2014. *Manajemen Mutu Pelayanan Kesehatan dan Kebidanan*. Sidoarjo: Zifatama Publisher
- Mangolo, E dan Hutajulu P T. “Analisis Pola Terciptanya Gol pada Turnamen Sepak bola”. *Jurnal Sporta Saintika*, 8(2): 177—187. 2023.
- Masrofah, A. S dan Rachman, A. “Penerapan Modifikasi (Dribble dan Bola Sejenis) pada Permainan Bola Basket untuk Meningkatkan Daya Konsentrasi pada Anak Autis (Studi pada Siswa SD Inklusi Galuh Handayani Surabaya)”. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 4(3): 643—647. 2016.
- Meliala, E K B dan Fithroni H. “Analisis Kondisi Fisik Atlet Putra Floorball Universitas Negeri Surabaya”. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(10): 77—86. 2018.
- Menachemi N, Collum TH. “Benefits and drawbacks of electronic health record systems”. *Risk Management Healthcare Policy*, 4: 47—55. 2011.
- Menachemi N, Collum TH. 2011. “Benefits and Drawbacks of Electronic Health Record Systems”. *Risk Management Healthcare Policy*, 4: 47—55.
- Menegpora RI. 2005. *Undang-Undang Republik Indonesia No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Indonesia*. Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.
- Metzler dan Michael W. 2018. *Instructional Models for Physical Education (3rd ed)*. USA: Holcomb Hathaway, Publishers, Inc.
- Michailidis, Y. “Analysis of Goals Scored in the 2014 World Cup Soccer Tournament Held in Brazil”. *International Journal of Sport Studies*, 2014; 4(9): 1017—1026. 2014.
- Mielke, D. 2017. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: PT Intan Sejati.

- Milanovic, Bjelica B, dkk. “Physical Composition and Motor Skills of Footballers”. *International Journal of Academic Health and Medical Research*, 6(1): 139—145. 2021.
- Milewski, M. D, dkk. “Chronic Lack of Sleep is Associated with Increased Sports Injuries in Adolescent Athletes”. *J Pediatr Orthop*, 34(2): 129—33. 2014.
- Misbahuddin, M H dan Winarno M E. “Studi Kemampuan Teknik Dasar Sepak bola Pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang Kelompok Usia 15-17 Tahun”. *Sport Science and Health*, 2(4): 215—223. 2020.
- Moctar, Kharis, dkk. “Pengaruh Latihan Circuit Training terhadap Aerobik Sistem dan Stamina pada Pemain Sepak bola Usia 13”. *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)*, 4(2): 189—197. 2021.
- Moeliono. 1988. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi I*. Balai Pustaka.
- Moleong, L J. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Moran ME, dkk. “Staff Perspectives of Mass Casualty Incident Preparedness”. *Cureus*, 13(6): 15858. 2021.
- Mubarok, S, dkk. “Pengaruh Latihan Long Passing Menggunakan Sasaran Berurutan terhadap Ketepatan Long Passing dalam Permainan Sepak Bola”. *Journal of S.P.O.R.T, Sport, Physical Education, Organization, Recreation, Training*, 3(2): 98—103. 2019.
- Muhajir. 2004. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek*. Jakarta: Erlangga.
- Muhajir. 2017. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Yudhistira.
- Muhdhor, Z A H. 2016. *Menjadi Pemain Sepak Bola Profesional. Teknik, Strategi, Taktik Menyerang & Bertahan*. Jakarta: Kata Pena.

- Mulyana, R B dan Syafii I. “Penerapan Filosofi Sepak bola Indonesia di Wilayah Surabaya”. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(3): 1—12. 2021.
- Murr, D, Raabe J, dan Höner O. “The Prognostic Value of Physiological and Physical Characteristics in Youth Soccer: A Systematic Review”. *European Journal of Sport Science*, 18(1): 62—74. 2018.
- Mutohir, Toho Cholikh. 2007. *Sport Development Index*. Jakarta: PT Indeks.
- Muttaqin, H. “Implementasi Kurikulum Sepak bola PSSI Sesuai Kelompok Umur dalam Pelatihan Usia 9-12 Tahun (U-12) di SSB Bojonegoro”. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(3): 96—102. 2014.
- Mylsidayu, A dan Kurniawan F. 2015. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta Bandung.
- Nakhodkin, V. V, dkk. “Features of Character Education in Youth Sports”. *International Journal of Early Childhood Special Education*. 2022.
- Nasution dan Suharjana. “Pengembangan Model Latihan Sepak Bola Berbasis Kelincahan dengan Pendekatan Bermain”. *Jurnal Keolahragaan* 3 (2): 179. 2015.
- Nasution. 2003. *Metode Research*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nevo, R dan Ritov, Y. “Around the Goal: Examining the Effect of The First Goal on the Second Goal in Soccer Using Survival Analysis Methods”. *Journal of Quantitative Analysis in Sports*, 9(2): 65—177. 2012.
- Nikolic S, dkk. “Analysis of Body Mass Components in National Club Football Players in Republic of Macedonia”. *Med Arch*, 68(3): 191—194. 2014.
- Novsir, B, Defliyanto, dan Yarmani. “Pengaruh Latihan Lari Zig – Zag Menggunakan Beban terhadap Peningkatan Keterampilan Dribbling dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa

- Ekstrakurikuler SMA Negeri 4 SELUMA”. *Sport Gymnastics: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(1): 9—15. 2020.
- Nurfadhillah, S, dkk. “Analisis Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus (Autisme) di Sekolah Inklusi SDN Cipondoh 3 Kota”. *Jurnal Pendidikan dan Sains*, 3(3): 459—465. 2021.
- O’Connor, D, dkk. “Positive Youth Development and Gender Differences in High Performance Sport”. *Journal of Sports Sciences*. 2020.
- Papacharisis, V, dkk. “The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Sport Context”. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2005.
- Paramita B.L, Ayuningtyas D. “Persiapan Rumah Sakit Sebagai Rujukan Pada Kompetisi Olahraga: Pengalaman Rumah Sakit Olahraga Nasional Sebagai Rumah Sakit Rujukan Asian Games 2018”. *Jurnal Manajemen dan Administrasi Rumah Sakit Indonesia (MARSI)*, 4(1) E-ISSN:2685—6328. 2020.
- Paramita B.L, Ayuningtyas D. “Persiapan Rumah Sakit sebagai Rujukan pada Kompetisi Olahraga: Pengalaman Rumah Sakit Olahraga Nasional sebagai Rumah Sakit Rujukan Asian Games 2018”. *Jurnal Manajemen dan Administrasi Rumah Sakit Indonesia (MARSI)*, 4(1): 2685—6328. 2020.
- Passos, P, Araújo D, dan Davids K. “Competitiveness and the process of co-adaptation in team sport performance”. *Frontiers in Psychology*, 7: 1562. 2016.
- Patton, M. Q. 2015. *Qualitative Research & Evaluation Methods: Integrating Theory and Practice* (4th ed.). Sage Publications.
- Păun, D. “Game-Changing Innovations: Exploring the Impact of Technology on Football”. *Edtech Journal*, 3(1): 29—33. 2023.
- Peña González, dkk. “The Coaches’ Efficacy Expectations of Youth Soccer Players with Different Maturity Status and Physical Performance”. *Journal of Human Kinetics*, 79: 289—299. 2021.

- Perreault, Melanie E and Stephen P Gonzalez. “Generalize over Specialize: Examining the Long-Term Athlete Development Model to Optimize Youth Athlete Development.” *Strategies* 34(3): 11—15. 2021.
- Pierce, S, Gould D, dan Camiré M. “Definition and Model of Life Skills Transfer”. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1): 186—211. 2017.
- Pradana, V O, Hermawan I, dan Marani. “Model Latihan Core Stability Cabang Olahraga Renang Gaya Kupu-Kupu untuk Usia 9—10 Tahun”. *Jurnal Keolahragaan*, 6(1): 60—68. 2018.
- Prasteyo, D W dan Sukarmin Y. “Untuk Pembelajaran Teknik Dasar Bola Basket di SMP”. *Pengembangan Jurnal Keolahragaan*, 6(1): 60—68. 2017.
- Pratama, A dan Imanudin, I. “Aerobic Capacity (VO2Max) dan Jarak Tempuh Pemain Sepak Bola”. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3(2): 12—16. 2019.
- Pratas, J M, Volossovitch A, dan Carita A. “The Effect of Performance Indicators on the Time the First Goal is Scored in Football Matches”. *Internasional Journal of Performance Analysis in Sport*, 16(1): 347—354. 2016.
- Primason, Nawan. “Sepak bola, Kompetisi dan Anak Usia Dini.” *Jurnal Olahraga Prestasi* 8(2): 123—31. 2012.
- Priyono, R E dan Yudi A A. “Pengaruh Latihan Plyometric terhadap Jauhnya Tendangan Long Pass”. *Jurnal Patriot*, 1(2): 554—564. 2015. 2019.
- Priyono. 2010. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.
- Priyono. 2010. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.
- Puspitaningtyas, A R. “PKM Pelatihan Pembuatan Media Audio Visual pada Guru Paud Inklusi untuk Siswa Down Syndrome

- di Kecamatan Situbondo”. *Jurnal Pengabdian*, 4(1): 112—125. 2020.
- Qohhar, W dan Pazriansyah, D. “Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teaching Games for Understanding (TGfU) terhadap Peningkatan Hasil Belajar Teknik Dasar Sepak bola”. *Physical Activity Journal*, 1(1): 27. 2019.
- Rahadiawan, A. P, dkk. “Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Jauhnya Tendangan pada Tim Sepak bola SMPN 2 Pucanglaban Kabupaten Tulungagung”. *Universitas Nusantara PGRI Kediri*. 2020.
- Rahman, Adinda dan Saharullah S G. “Identifikasi Cedera Olahraga pada Atlet Sepak Bola Freedom Fc Makassar”. *Jurnal Universitas Negeri Makassar*, (1): 2—6. 2009.
- Ramli, Razamin, Cai Juan Soong, and Haslinda Ibrahim. “A Sports Tournament Scheduling Problem: Exploiting Constraint-Based Algorithm and Neighbourhood Search for the Solution.” *In Proceedings of the World Congress on Engineering*. 2012.
- Razali, N, dkk. “Pattern Analysis of Goals Scored in Malaysia Super League 2015”. *Indonesian Journal of Electrical Engineering and Computer Science*. 11(2): 718—724. 2018.
- Reilly, T, Bangsbo J, dan Franks A. “Anthropometric and Physiological Predispositions for Elite Soccer”. *Journal of Sports Sciences*, 18(9): 669—683. 2000.
- Reilly, T, dkk. “A Multidisciplinary Approach to Talent Identification in Soccer”. *Journal of Sports Sciences*, 18(9): 695—702. 2000.
- Republik Indonesia. 2005. *Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005*. Jakarta.
- Reswari, A. “Efektivitas Permainan Bola Basket Modifikasi terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun”. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1): 17—29. 2021.

- Ric, A. “Timescales for Exploratory Tactical Behaviour in Football Small-Sided Games”. *Journal of Sports Sciences*. 2016.
- Rifayanti, A. S. “Kemampuan Komunikasi dan Interaksi Sosial Anak Autis di Sekolah Luar Biasa Talenta Kids Salatiga”. *Jurnal Widia Ortodidaktika*, 8(7): 743—751. 2019.
- Rizal Fahmi, R, dkk. “Prevalensi Penanganan Cedera pada Pemain Sepak Bola Persidi”. In *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*, 1. 2015.
- Rohmah. 2017. *Dasar-Dasar Manajemen*. Malang: Inteligencia Media.
- Rohmah. 2017. *Dasar-Dasar Manajemen*. Malang: Inteligencia Media.
- Ruiz-Ruiz, C, dkk. “Analysis of Entries into The Penalty Area as a Performance Indicator in Soccer”. *European Journal of Sport Science*, 13(3): 241—248. 2011.
- Ruslan, Hamdiana, dkk. “Pengaruh Latihan Plyometric terhadap Kemampuan Shooting Sepak Bola pada Club Pdl Samarinda”. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1): 2020. 2020.
- Rusman. 2016. *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Sadewa, D. D dan Setijono H H. “Analisis Manajemen Pelatihan Prestasi Sepak bola pada SSB Sinar Harapan dan SSB Bligo Putra di Sidoarjo Jawa Timur”. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(4): 1—6. 2018.
- Sadewa, D. D dan Setijono H. H. “Analisis Manajemen Pelatihan Prestasi Sepak bola pada SSB Sinar Harapan dan SSB Bligo Putra di Sidoarjo Jawa Timur”. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(4): 1—6. 2018.
- Sagala, S. 2017. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Saharullah, Adinda Rahman. “Identifikasi Cedera Olahraga pada Atlet Sepak Bola Freedom FC Makassar”. *Jurnal Universitas Negeri Makassar* (1): 2—6. 2009.

- Sajoto, M. 2016. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Saldaña, J. 2015. *The Coding Manual for Qualitative Researchers* (3rd ed.). Sage Publications.
- Sampaio, J, Ibáñez S, dan Lorenzo L. 2013. *Basketball. Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. London and New York: Routledge.
- Sanjaya, W. 2018. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Scheunemann, T. 2014. *Kurikulum & Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*. Jakarta: PSSI.
- Schons, P, dkk. “Comparisons and Correlations Between the Anthropometric Profile and Physical Performance of Professional Female and Male Soccer Players: Individualities That Should Be Considered in Training”. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 18(6): 2004—2014. 2022.
- Seifert, L, Button C, dan Davids K. “Key Properties of Expert Movement Systems in Sport: An Ecological Dynamics Perspective”. *Sports Medicine*, 43(3): 167—178.
- Sekaran, U dan Bougie R. 2016. *Research Methods for Business: A Skill-Building Approach* (7th ed.). Wiley.
- Serrano-Durá, José, Pere Molina, and Alejandro Martínez-Baena. “Systematic Review of Research on Fair Play and Sporting Competition.” *Sport, Education, and Society* 0(0): 1—15. 2020.
- Setiabudi, M. A, dkk. “Tinjauan Pengabdian kepada Masyarakat Bidang Olahraga”. *INSAN CENDEKIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2): 55—65. 2023.
- Setiawan, R. C. “Pengaruh Kurikulum Filosofi Sepak Bola Indonesia (Filanesia) terhadap Kemampuan Dribbling dan Passing di Sekolah Sepak Bola Putra Mulyoharjo (Ps Puma) U-17

- Kabupaten Jepara”. *Journal of Physical Activity and Sports*, 2(3): 297—302. 2021.
- Shone, Anton, and Bryn Parry. 2010. *Cengage learning Successful Event Management: A Practical Handbook*. 2nd ed. Cheriton House: Learning EMEA.
- Siaga, G A T. “Analisis Tingkat Keberhasilan dan Kegagalan Terjadinya Gol pada Pertandingan Sepak bola Final Liga Champions 2013 dan Final Liga Champions 2014”. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 3(2). 2015.
- Singh, A B. 2017. *Sport Training*. Delhi: Chawla Offset Printers.
- Siswanto, A. D. 2010. Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Penyerapan Belanja Kementerian/ Lembaga TA 2010.
- Siswanto, A. D. 2010. *Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Penyerapan Belanja Kementrian/ Lembaga TA 2010*.
- Smith, A, Johnson B, dan Brown C. “Evaluating Football Development Strategies”. *Journal of Sports Science*. 2022.
- Smith, B., Johnson, P., & Williams, T. “Structured Competition and Youth Development: A Case Study of Basketball Leagues”. *Sport and Society*, 12(2): 89—101. 2020.
- Smith, L dan Jones R. “Competitive Formats in Sports”. *International Journal of Sports Science*, 22(1): 67—85. 2019.
- Snayers, Jef. 1988. *Latihan dan Strategi Bermain*. Jakarta: Rova Jaya Putra Offset.
- Sucipto. 2018. *Sepak Bola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sudirman, A, Mahyuddin R, dan Asyhari H. “Memahami Faktor Penyebab Terjadinya Cedera dalam Permainan Sepak bola”. *Jendela Olahraga*, 6(2): 1—9. 2021.
- Sudjana. 1992. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.

- Sugiarto, A. J dan Rahmawati I M H. “Pengaruh Metode Applied Behaviour Analysis (ABA) terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Anak Autis”. *Jurnal Keperawatan*, 18(2): 55—62. 2020.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (19th ed.). Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2013. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian dan Pengembangan*. Bandung. Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kualitatif: untuk Penelitian yang Bersifat: Eksploratif, Enterpretif, Interaktif dan Konstruktif*. Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta: Bandung.
- Suharjana. 2015. *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Suhendro, Andi. 2002. *Dasar-dasar Kepelatihan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sukadiyanto. 2015. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV Lubuk Agung.
- Sukardi. 2015. *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Sukatamsi. 1992. *Permainan Bola Besar I (Sepak bola)*. Padang: Dirjen Dikti, Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Sukintaka. 2015. *Teori Bermain untuk D2 PGSD Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Sumarno dan Irianto D P. “Studi eksplorasi klub Sepak bola pada Liga 2 Indonesia 2018: Bagaimana cara bertahan dalam keterbatasan?” *Jurnal Keolahragaan*, 7(2): 104—115. 2019.
- Sumartiningsih S, dkk. “Edukasi Pencegahan Cedera Olahraga Melalui Warming Up FIFA 11+”. *Journal of Community Empowerment* 3(1): 50—53. 2023.
- Sumartiningsih S, dkk. 2023. “Edukasi Pencegahan Cedera Olahraga Melalui Warming Up FIFA 11+”. *Journal of Community Empowerment* 3(1): 50—53 e-ISSN 2807—1115.
- Suprijono, A. 2017. *Metode dan Model-Model Mengajar*. Bandung: Alfabeta.
- Suud, A, dkk. “Effects of Small-Sided Games Training Program on VO2 max and Football Playing Skills”. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences*, 5(1). 2022.
- Suwandi, S A, Sripujiningsih, dan Sulastri. “Industri Sepak bola: Pengelolaan dan Akuntabilitas Keuangan (Studi Kasus pada Klub Sepak bola Arema Cronus)”. *Jurnal Akuntansi Aktual*, 4(1): 1—9. 2017.
- Suyanti, & Faizah, K. “Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Orang Tua Anak Autis dengan Interaksi Sosial Anak Autis”. *Edupedia*, 3(2): 109—116. 2019.
- Syafi'i, I dan Setiawan A. “Koordinasi Mata dan Kaki pada Long Passing Sepak Bola”. *Physical Activity Journal*, 1(1): 1. 2019.
- Syafuruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: FIK UNP padang.
- Syafurudin. 1999. *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Padang: FIK UNP.

- Szymanski, Stefan, and Stephen F. Ros. "Open Competition in League Sports." *SSRN Electronic Journal* (00): 1—36. 2000.
- Szyski, D, dkk. "High Injury Rates and Weak Injury Prevention Strategies in Football Referees at All Levels of Play". *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 32(2): 391—401. 2021.
- Tamammudin M dan Widodo A. "Pengaruh Latihan Metode Circuit Training terhadap Keterampilan Shooting dalam Permainan Sepak bola pada Sekolah Sepak bola Akrab Kresna". *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(1): 111—116. 2020.
- Taylor, C, Johnson L, dan Brown R. "The Impact of League Competition on Moral Values in Youth Sports". *Ethics in Sports Journal*, 11(3): 223—237. 2018.
- Taylor, M. "Sports Tournament Design". *Sports Management Review*, 11(3): 204—219. 2018.
- Team Pengajar Sepak bola. 2003. *Buku ajar Sepak bola*. Padang: FIK UNP.
- Teixeira, J E, dkk. "Monitoring Accumulated Training and Match Load in Football: A Systematic Review". *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18(8): 3906. 2021.
- Tenriwulan, A F dan Anjasmara B. "Pemeriksaan Kelincahan Dan Kekuatan Atlit Sepak bola Putri Sidoarjo". *Jurai: Jurnal Abdimas Indonesia*, 2(2): 16—21. 2024.
- The OECD Competition Committee. "Policy Roundtables Competition and Sports 2010. Torres, Cesar R., and Peter F. Hager. 2007. "De-Emphasizing Competition in Organized Youth Sport: Misdirected Reforms and Mised Children." *Journal of the Philosophy of Sport* 34(2): 194—210. 2010.
- Tian, C, Zhou Q, dan Yang B. "Reform and Intelligent Innovation Path of College Football Teaching and Training Based on

- Mixed Teaching Mode”. *Mobile Information Systems*, 2022: 1—10. 2022.
- Tim Pengajar Sepak bola. 2010. *Buku Ajar Sepak bola*, Padang: FIK UNP Padang.
- Tom dan Scot. 2014. *Soccer for Dummies*. Indianapolis: Jhon and Shon.
- Travassos, B, dkk. “Practice Task Design in Team Sports: Representativeness Enhanced by Increasing Opportunities for Action”. *Journal of Sports Sciences*, 30(13): 1447—1454. 2012.
- Trianto. 2016. *Desain Pembelajaran Tematik bagi Anak Usia Dini TK/RA dan Anak Usia Kelas Awal SD/MI*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Twistiandayani, R dan Umah K. “Faktor-Faktor yang Memengaruhi Interaksi Sosial pada Anak Autis”. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan PKM Kesehatan*, 3(1): 23—30. 2017.
- Varriale, L, dkk. “The Role and Function of Digital Technologies in the Sustainability Perspective: Evidence from the Football Organizations in the Italian Context”. *ITM Web of Conferences*, 51: 6003. 2023.
- Wahjoedi. 2001. *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Wardana, R C, dkk. 2018. “Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Keterampilan Passing, Controlling dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola SMK Negeri 1 Tegalsari Kabupaten Banyuwangi”. *Jurnal Kejaora*, 3(2): 194—201.
- Webb T. “The Future of Officiating: Analysing the Impact of COVID-19 on Referees in World Football”. *Soccer & Society*, 1(1-2): 12—8. Februari 2021.
- Weda. “Peran Kondisi Fisik dalam Sepak Bola”. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1): 186—192. 2021.

- Weiss, Windee M. “Competitive-Level Differences on Sport Commitment among High School- and Collegiate-Level Athletes.” *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 13(3): 286—303. 2015.
- Weldon, A, dkk. “Contemporary Practices of Strength and Conditioning Coaches in Professional Soccer”. *Biology of Sport*, 38(3): 377—390. 2021.
- Wibowo, H B. “Survei Pola Pembinaan Sekolah Sepak bola di Kabupaten Batang”. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 1(1): 20—24. 2012.
- Wibowo, T. S, dkk. “Effect of Hard Skills, Soft Skills, Organizational Learning and Innovation Capability on Islamic University Lecturers’ Performance”. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(7): 556—569. 2020.
- Wibowo, T. S. “Effect of Hard Skills, Soft Skills, Organizational Learning and Innovation Capability on Islamic University Lecturers’ Performance”. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(7): 556—569. 2020.
- Wiley, Kaiser C. “The Dynamics of Sports Competitions”. *Sports Analysis Journal*, 15(2): 123—145. 2020.
- Williams, A M dan Reilly T. “Talent Identification and Development in Soccer”. *Journal of Sports Sciences*, 18(9): 657—667. 2000.
- Williams, R, Green L, dan Miller J. “The Negative Effects of Competitive Pressure on Youth Athletes”. *Journal of Adolescent Sports Psychology*, 19(1): 45—59. 2021.
- World Health Organization. 2000. *The Asia-Pacific Perspective: Redefining Obesity and its Treatment*. Sydney: Health Communications Australia.
- Wright, C, dkk. “Factors Associated with Goals and Goal Scoring Opportunities in Professional Soccer”. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 11(3): 438—449. 2011.

- Wulandari, A. “Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya”. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1): 39—43. 2014.
- Yiannakos, A dan Armatas V. “Evaluation of the Goal Scoring Patterns in Europea Championship in Portugal 2004”. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 6(1): 178—188. 2006.
- Zalpendi, dkk. 2005. *Buku Ajar Sepak Bola*. FIK. Padang: UNP.
- Zimmermann, T dan Klein M L. “The Contribution of League Systems in Individual Sports to the Development of High-Performance Sport in Germany”. *European Sport Management Quarterly*, 18(1): 47—72. 2018.
- Zumamah, S dan Achmad W. “Hubungan Tingkat Konsentrasi terhadap Ketepatan Long Passing Pemain Fajar Fc”. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(03): 181—188. 2020.
- Bennecke, E, dkk. “Disorders or Differences of Sex Development? Views of Affected Individuals on DSD Terminology”. *Journal of Pediatric Psychology*, 45(5): 522—531. 2020.
- Berliana, B, Hamzah A, dan Simbolon, M. “Gender Issue in Masculine Sports in Indonesia: A Case Study”. *Annals of Applied Sport Science*, 9(1): 941. 2021.
- García-Acero, M, dkk. “Disorders of Sexual Development: Current Status and Progress in the Diagnostic Approach”. *Current Urology*, 13: 169—178. 2019.
- Gravholt, C. H, dkk. “Clinical Practice Guidelines for the Care of Girls and Women with Turner Syndrome: Proceedings from the 2016 Cincinnati International Turner Syndrome Meeting”. *European Journal of Endocrinology*, 183(3): G1—G70. 2020.
- Heggie, V. Testing Sex and Gender in Sports: Reinventing, Reimagining and Reconstructing Histories”. *Endeavour*, 34(4): 157—163. 2010.

- Hirschberg, A L. “Female Hyperandrogenism and Elite Sport”. *Endocrine Connections*, 9(4): R81—R92. 2020.
- Hing, L E dan Liu E R. “Gender Verification in Sports: A Historical Overview and Current Status”. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 24(4): 237—243. 2011.
- Karkazis, K, dkk. “The Science of Fair Play in Sport: Gender and the Politics of Testing”. Retrieved August 25, 2024. 2012.
- Miller, M T dan Schofield P. “Disorders of Sex Development (DSDs), Their Presentation and Management in Different Cultures”. *Reviews in Endocrine and Metabolic Disorders*, 9(3): 227—236. 2008.
- Schmidt, K, dkk. “An Investigation of the Anthropometric Measurements in Males with 47, XXY (Klinefelter Syndrome) from Birth to Five Years of Age and the Impact of Early Hormonal Treatment (EHT)”. *Journal of Translational Genetics and Genomics*, 8: 77—84. 2024.
- Tucker, R dan Collins M. “The Science and Management of Sex Verification in Sport”. *South African Journal of Sports Medicine*, 21(2): 60—65. 2009.
- Anshel, M H dan Wells B. “Sources of Acute Stress, Cognitive Appraisal, and Coping Strategies Among Male and Female Child Athletes”. *Journal of Sport Behaviour*, 23(1): 63—80. 2000.
- Baumeister, R. F. “Choking Under Pressure: Self-Consciousness and Paradoxical Effects of Incentives on Skillful Performance”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(3): 610—620. 1984.
- Connaughton, D, dkk. “The Development and Maintenance of Mental Toughness in the World’s Best Performers”. *Sport Psychologist*, 24(2): 168—193. 2010.

- Craft, L. L, dkk. “The Relationship Between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and Sport Performance: A Meta-Analysis”. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(1): 44—65. 2003.
- Cox, R.H. 2020. *Sport Psychology: Concepts and Applications (8th ed.)*. McGraw-Hill.
- Deci, E L dan Ryan R M. “The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior”. *Psychological Inquiry*, 11(4): 227—268. 2000.
- Eysenck, M W, dkk. “Anxiety and Cognitive Performance: Attentional Control Theory”. *Emotion*, 7(2): 336—353. 2007.
- Feltz, D L, Short S E, dan Sullivan P. 2008. *Self-Efficacy in Sport*. Human Kinetics.
- Gucciardi, D. F, dkk. “The Concept of Mental Toughness: Tests of Dimensionality, Nomological Network, and Traitness”. *Journal of Personality*, 83(1): 26—44. 2015.
- Hays, K, dkk. “The Role of Confidence in World-Class Sport Performance”. *Journal of Sports Sciences*, 27(11): 1185—1199. 2009.
- Jones, G. “More than Just a Game: Research Developments and Issues in Competitive Anxiety in Sport”. *British Journal of Psychology*, 86(4): 449—478. 1995.
- Jones, M. V. “Controlling Emotions in Sport”. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(1): 134—139. 2003.
- Lane, A M dan Terry P C. “The Nature of mood: Development of a Conceptual Model with a Focus on Depression”. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12(1): 16—33. 2000.
- Lazarus, R. S. “How emotions influence performance in competitive sports”. *Sport Psychologist*, 14(3), 229–252. 2000.
- Nicholls, A. R, dkk. “Mental Toughness, Optimism, Pessimism, and Coping Among Athletes”. *Personality and Individual Differences*, 44(5): 1182—1192. 2008.

- Weinberg, R. S dan Gould, D. 2019. *Foundations of Sport and Exercise Psychology (7th ed.)*. Human Kinetics.
- Yerkes, R M dan Dodson J D. “The Relation of Strength of Stimulus to Rapidity of Habit-Formation”. *Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18(5): 459—482. 1908.
- Agustina, Reki Siaga. 2020. *Buku Jago Sepak Bola*. Banten: Cemerlang Media.
- Boer Mauna. 2011. *Hukum Internasional: Pengertian Peranan dan Fungsi dalam Era Dinamika Global*. Bandung: Alumni.
- Augusto, Yesayas Joel. “Pengaturan Penggunaan Gas Air Mata Pada Pertandingan Olahraga”. *Jurnal Fakultas Hukum Universitas Udayana*. 2023.
- C.S.T. Kansil. 2009. *Kamus Istilah Hukum*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Hinca IP Pandjaitan XII. 2011. *Kedaulatan Negara vs Kedaulatan FIFA*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Suryokusumo, Sumarno. 2015. *Hukum Organisasi Internasional (Hukum Perserikatan Bangsa Bangsa) United Nations Law*. Jakarta: PT Tatanusa.
- Taufiqurrohman, Moch. Marsa. “Problematik Kedudukan, Kepastian, dan Penegakan Hukum Statuta FIFA di Indonesia”. *Jurnal Legislasi Indonesia*. 2023.
- Pius, dkk. “Lex Administratum Vol”. XIII: *Jurnal Fakultas Hukum Universitas Sam Ratulangi*. 2023.

*Mengenal Dunia*

# SEPAK BOLA



**K**ompilasi Riset Sepak Bola Indonesia merupakan buku ilmiah yang menghimpun berbagai kajian, penelitian, dan pemikiran strategis terkait pengembangan sepak bola di Indonesia dari berbagai perspektif. Buku ini tidak hanya membahas aspek teknis permainan, tetapi juga menyoroti dimensi pembinaan usia muda, manajemen kompetisi, hukum olahraga, kesehatan, psikologi, hingga pemanfaatan teknologi dalam olahraga sepak bola.

Melalui puluhan bab yang disusun secara sistematis, pembaca diajak memahami proses perekrutan pemain muda, identifikasi gaya bermain khas daerah seperti Papua, serta pentingnya kesadaran ruang, posisi, dan kemampuan biomotorik dalam meningkatkan performa atlet. Buku ini juga mengulas analisis teknik permainan seperti shooting, dribbling, heading, free kick, dan corner kick berdasarkan pendekatan ilmiah dan biomekanika olahraga.

Selain aspek teknis dan fisik, buku ini memberikan perhatian besar pada pengelolaan sepak bola secara berjenjang dan berkelanjutan, termasuk peran regulasi dalam Undang-Undang Keolahragaan No. 11 Tahun 2022. Isu-isu kontemporer seperti pemanfaatan teknologi digital untuk evaluasi kondisi fisik pemain, pengelolaan cedera, aspek psikologis atlet, serta integrasi life skill dan pendidikan karakter dalam sepak bola usia muda turut menjadi bagian penting dalam pembahasan.

**Penerbit**  
**litnus.**



litrasinusantaraofficial@gmail.com  
www.penerbitlitnus.co.id  
@litnuspenerbit  
literasinusantara\_  
085755971589

Pendidikan

+17

ISBN 978-623-127-764-0



9 786231 277640