
EFEKTIVITAS TENDANGAN PINALTI DI SSB SEKUNDANG BENGKULU SELATAN

I. A. M. Liansyah^{1,a)} - Mesterjon¹⁾, F. E. Perdima¹⁾

Affiliation:Pendidikan Jasmani
FKIP UNIVED Bengkulu**Corresponding Author:**agamarthaliansyah@gmail.com
l.com**Abstract**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan *pinalti* pada atlet pemain sepak bola U-15 di SSB Sekundang Bengkulu Selatan agar mereka dapat mengetahui tingkat keterampilan dalam bermain sepak bola khususnya dalam teknik *pinalti*, agar dapat semaksimal mungkin bermain sepak bola dengan baik. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah metode survey dengan teknik tes dan pengukuran. Sampel penelitian ini adalah semua pemain sepak bola U-15 SSB Sekundang yang berjumlah 20 orang. Hasil tes Keterampilan *pinalti* U-15 di SSB Sekundang Bengkulu Selatan 10 anak mendapat kategori baik dengan persentase 50%, 10 anak lainnya mendapat kategori sedang dengan persentase sebesar 50%. Pada tes keterampilan *pinalti* SSB Sekundang Bengkulu Selatan tidak terdapat murid dengan kategori yang sangat baik dan juga kurang, namun 10 murid mendapatkan kategori baik dan 10 lainnya mendapatkan kategori sedang.

Kata kunci : *Sepak Bola, Keterampilan, Pinalti*

Pendahuluan

Pengertian Sepak bola terdiri dari dua kata yaitu “Sepak” dan “Bola”. “Sepak” bisa disebut menyepak yaitu menendang (menggunakan kaki), sedangkan “Bola” adalah alat untuk permainan yang memiliki bentuk bulat yang terbuat dari bahan kulit, karet atau bahan lainnya, jadi secara singkat sepak bola adalah permainan yang dilakukan dengan cara menendang bola kesana kemari yang dilakukan oleh pemain dengan sasaran gawang dan berujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin. Permainan sepak bola adalah permainan dalam bentuk regu, setiap regu berisi 11 orang inti dengan satu orang sebagai penjaga gawang dan beberapa pemain cadangan.

Sekolah Sepak bola (SSB) merupakan sebuah organisasi khususnya sepak bola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet. Tujuan SSB untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan SSB lainnya. dapat memuaskan

mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi (Soedjono, 1999: 2). Selain itu juga untuk melatih atlet dengan teknik yang benar, mengatarkan atlet untuk meraih prestasi yang baik.

Sekolah Sepak Bola (SSB) Sekundang Bengkulu Selatan terletak di JL, Bahmada Rustam, Kota Manna, Kabupaten Bengkulu Selatan, merupakan salah satu sekolah Sepak Bola (SSB) yang melakukan pembinaan dalam melahirkan atlet dan berprestasi khususnya cabang olahraga sepak bola.

Sekolah sepak bola (SSB) sekundang adalah salah satu sekolah yang terletak, Kelurahan Pasar Baru, Kecamatan Kota Manna, Kabupaten Bengkulu Selatan. Untuk atlet yang tergabung disini yaitu terdiri dari anak-anak yang ada di kecamatan kota Manna, bahkan ada dari kecamatan yang berbeda. Penalti adalah tendangan yang dilakukan didalam kotak penalti tanpa ada penjagaan lain dari pemain lawan. Penendang penalti berhadapan langsung dengan penjaga gawang lawan dengan jarak 11

meter.

Sejarah penalti ini pertama kali ditemukan oleh William McCrum dia adalah seorang penjaga gawang untuk Milford Everton FC dari liga sepak bola Irlandia dari tahun 1890 hingga 1891, awal ditemukannya ide untuk melakukan pinalti itu ialah William McCrum geram terhadap permainan yang menurut terlalu banyak pelanggaran yang dilakukan kepada pemain bertahan kepada pemain lawan dengan cara-cara yang di anggap kotor tanpa hukuman dari wasit meskipun telah ada hukuman tendangan bebas namun menurut McCrum perlu ada hukuman yang lebih berat, McCrum melalui asosiasi sepak bola Irlandia akhirnya mempresentasikan gagasan itu kepada Asosiasi Sepak Bola Internasional di Londondan akhirnya setelah melalui banyak perdebatan dan beberapa insiden ide tersebut disetujui dan menjadi bagian dari aturan nomor 13 Laws of The Game pada 2 juni 1891.

Sejarah mencatat tendangan penalti pertama kali diberikan kepada club Wolverhampton Wanderers dalam pertandingan mereka melawan Accrington di Molineux Stadium pada 14 september 1891 hukuman itu diambil dan dicetak oleh Billy.

Peraturan tendangan penalti saat melakukan tendangan penalti terdapat juga peraturan didalamnya. Pertama, Posisi bola harus berada dititik tendangan penalti dan penembak penalti harus teridentifikasi secara tepat. Posisi kiper harus berada digaris gawang dan pandangan menghadap penendang bola. Kedua, pemain yang tidak menendang bola setidaknya harus berada 9.15 meter di belakang titik penalti atau bahkan dibelakangnya lagi. Ketiga, Jika pemain penendang bola penalti melanggar peraturan yang ada maka ada kemungkinan wasit mengizinkan tendangan dilanjutkan kembali, apabila bola yang ditendang masuk maka tendangan harus diulang dan jika tidak masuk wasit berhak menghentikan permainan dan memulai kembali dengan tendangan bebas tidak langsung untuk tim lawan. Keempat, Apabila kiper yang melanggar peraturan, maka bola yang masuk ke gawang akan disahkan oleh wasit dan apabila tidak masuk ke gawang tendangan akan diulang kembali.

Penyebab terjadinya penalti Penalti terjadi diakibatkan adanya pelanggaran didalam kotak penalti yang dilakukan oleh tim yang sedang defence (bertahan) terhadap tim yang offense (menyerang). Penalti juga bisa dilakukan apabila selama pertandingan di dua babak dan dua babak ekstra hasil tetap seri, maka penalti akan diberlakukan untuk menentukan pemenang.

Menendang bola dengan kaki bagian dalam cenderung terkesai santai dan terarah para pemain menggunakan kaki bagian dalam cukup mudah diarahkan kemana ingin diarahkn berbeda dengan menendang bola dengan kaki bagian punggung yang terkesan kencang yang mengandalkan power dari pada akurasi seperti kaki bagian dalam, maka dari itu peneliti ingin meneliti pengaruh dan juga kesuksesannya para pemain untuk melakukan tendangan pinalti tersebut.

Setelah mengetahui pengertian penalti dan apa saja yang menyebabkan tendangan penalti terdapat juga jenis-jenis penalti. Jenis penalti ini juga terbagi menjadi dua yakni bola mutlak dan bola tidak mutlak. Apabila pertandingan berakhir seri dan peraturan menggunakan bola mutlak maka tim yang kalah diberikan kepada mereka yang telah gagal satu kali dalam melakukan tendangan sedangkan lawannya sudah memasukkan bola. Berbeda dengan peraturan bola tidak mutlak, pemenang dalam penalti bola tidak mutlak ialah mereka yang memiliki selisih dua sampai tiga skor.

Meneliti pemain untuk mengamati sepihak dan teknik-teknik dalam melakukan tendangan penalti bukan hal yang mudah didapat atau dibuat, Peneliti melihat apa yang dilakukan untuk tingkat akurasi di SSB Sekundang Bengkulu Selatan ini cukup susah mengingat umur mereka yang masih muda. Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti efektivitas tendangan pinalti di SSB Sekundang ini tentang tendangan penalti dalam permainan sepak bola.

Hasil Penelitian

Pada tahap ini menggunakan metode kuantitatif dalam analisis semua data yang sudah terkumpul, diolah dan dianalisa sesuai dengan cara dan ketentuan yang telah dikemukakan pada bab terdahulu, berikut ini akan dianalisis permasalahan

yang dijumpai dalam penelitian ini. Sampel dalam penelitian ini diambil sebanyak 20 dari 30 peserta yang usianya masih 15. Penelitian ini sendiri adalah ingin menganalisis keterampilan *pinalti* sepak bola U-15 di SSB Sekundang Bengkulu Selatan.

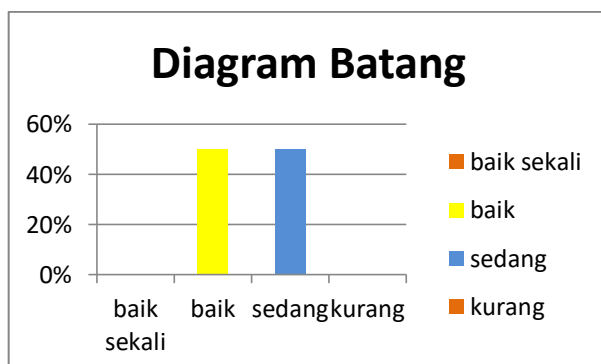
Data yang diperoleh dari tes tersebut digunakan untuk mengatagorikan menjadi 4 kategori, yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang. Untuk menentukan kategori tersebut, terlebih dahulu data dikumpulkan dan diitung dengan Skor-T kemudian dikatagorikan dengan penilaian keterampilan *pinalti* yang didapat.

Hasil tes Keterampilan *shooting* dan *passing* sepak bola U-12 di SSB Abhiseva Kandang Limun Bengkulu. Untuk *shooting* menghasilkan skor tertinggi = 60 dan sekor terendah = 40. Setelah data terkumpul maka dilakukan pengkatagorian yang dapat dilihat dari tabel berikut:

No	Klafikasi	Frek	Present	Skor-T
1.	Baik Sekali	0	0 %	≥ 55
2.	Baik	10	50 %	45 – 55
3.	Sedang	10	50 %	30 – 35
4.	Kurang	0	0 %	≤ 25
Jumlah		20	100 %	

Keterampilan teknik *pinalti* dalam permainan sepak bola di U-15 di SSB Sekundang Bengkulu Selatan ,yang mana sebanyak 10 anak mendapat kategori baik dengan persentase 50%, sedangkan 10 anak lainnya mendapat kategori sedang dengan persentase sebesar 50%, untuk kategori baik sekali dan kurang tidak terdapat di SBB Sekundang Bengkulu Selatan.

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, makan data tingkat keterampilan teknik *pinalti* sepak bola U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan diperoleh secara rinci sebagai berikut:



Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dimana pengambilan data menggunakan Tes (*pinalti*) Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keterampilan *pinalti* sepak U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan. Berdasarkan data hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik *pinalti* sepak bola U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan untuk *pinalti* menggunakan teknik 3 kali pengulangan yang mana 10 orang mendapatkan kategori baik dan 10 orang lainnya mendapatkan kategori yang sedang.

Data menunjukan bahwa tes keterampilan teknik *pinalti* dalam permainan sepak bola di U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan ,10 anak mendapat kategori baik dengan persentase 50%, 10 anak lainnya mendapat kategori sedang dengan persentase sebesar 50%. Pada tes keterampilan *pinalti* SBB Sekundang Bengkulu Selatan tidak terdapat murid dengan kategori yang sangat baik dan juga kurang, namun 10 murid mendapatkan kategori baik dan 10 lainnya mendapatkan kategori sedang.

Menurut Miekle (2007: 69) tujuan dari bermain sepak bola adalah untuk mencetak gol sebanyak banyaknya dan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan oleh tim lawan. Teknik Shooting ini arus dikuasai oleh semua pemain sepak bola dari penjaga gawang, bek, gelandang, dan penyerang, apabila teknik ini sudah bisa dilakukan oleh setiap pemainnya itu akan mempermudah suatu tim untuk menentukan kemenangan timnya. Beberapa metode yang ada dalam proses pelatihan teknik harus digunakan sesuai dengan kemampuan dan kondisi atlet. Setiap dari atlet mempunyai penyerapan materi yang berbeda.

Sepakbola merupakan suatu cabang olahraga yang dimainkan secara beregu dimana masing-masing regu terdiri dari 11 orang pemain dengan tujuan memasukan bola kedalam gawang lawan hingga waktu yang telah ditentukan hingga mendapatkan pemenangnya, Hidayat (2017:5) mengatakan bahwa sepak bola merupakan salah satu olahraga yang digemari sebagian besar masyarakat dunia. Terlihat dari animo masyarakat yang bermain mapun menyaksikan setiap pertandingan yang ada, terlebih lagi ada tim yang memiliki nama besar yang akan bertanding.

Menurut Clive Gifford (2002: 58), tendangan

penalti adalah tendangan bebas yang mengarah pada gawang dan dilakukan dari titik penalti. Pelanggaran yang biasanya diganjar dengan tendangan bebas menjadi tendangan penalti jika pelanggaran itu dilakukan di dalam kotak penalti. Sebuah tim dihadiahi tendangan penalti bila pemain pertahanan lawan melakukan pelanggaran di kotak penalti. Ini adalah pertarungan satu lawan satu antara eksekutor dengan penjaga gawang lawan. Bola ditendang dari titik penalti yang terletak 12 yard lurus dengan garis tengah gawang.

Menurut Subagyo Irianto (2010:3) Pengertian sepak bola menurut Subagyo Irianto adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan maksud memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukkan bola. Dari keadaan ini, maka para pemain harus dapat memanfaatkan kesempatan dan situasi yang terjadi di lapangan baik pada saat terjadi tendangan sudut, tendangan bebas, tendangan penalti dan lemparan ke dalam. Tendangan penalti dalam permainan sepakbola dapat terjadi selama pertandingan belum usai. Tendangan penalti dapat terjadi karena pelanggaran yang dilakukan oleh pemain di daerah tendangan hukuman sendiri. Pelanggaran dapat berupa mengkasari lawan dengan sengaja, hand ball, atau tindakan yang merugikan atau membahayakan lawan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Tes keterampilan teknik *pinalti* dalam permainan sepak bola di U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan ,10 anak mendapat kategori baik dengan persentase 50%, 10 anak lainnya mendapat kategori sedang dengan persentase sebesar 50%. Pada tes keterampilan pinalti SBB Sekundang Bengkulu Selatan tidak terdapat murid dengan kategori yang sangat baik dan juga kurang, namun 10 murid

mendapatkan kategori baik dan 10 lainnya mendapatkan kategori sedang.

Daftar Pustaka

- Arikunto Suharsimi. 2006. *“Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik”*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arikunto Suharsimi. (2008). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asep Sumpena .2011. *“Efektifitas Tendangan Pinalti 6 Meter Antara Punggung Kaki, Kaki Bagian Dalam Dan Ujung Kaki Pada Permainan Futsal Putra”*.
- Skripsi*. Diunduh dari www.repository.upi.edu <http://www.repository.upi.edu/skipisview.php?no>
- Bompa. (2004). *Theory and Methodology of Training*. Kendali: Han Publishing Company.
- Cipta, Nugraha, Andi. 2012. *Mahir Sepakbola*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Clive Gifford. 2002 . *Panduan Lengkap Untuk Permainan Yang Indah*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama
- Dany Mielke .2007. *“ Dasar-Dasar Sepakbola”*. Bandung: Pakar Raya.
- Djoko Pekik Irianto, dkk. (2009). *Dasar Kepelatihan Olahraga*. Diklat. FIK UNY. <http://klikbbm.blogspot.co.id/2013/08/pengertian-hakikat-shooting>
- Gifford Clive. 2007. *Keterampilan Sepak Bola*. Klaten : PT Citra Aji Pratama
- Harsono, 2008 . *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud
- Hidayat, Witono 2017. *Buku Pintar Sepak Bola*. Jakarta: Anugrah
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: PT. Saka Mitra Kompetensi.
- Luxbacher, Joseph, A. 2012. *Sepakbola Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Muchtar, Remy. 2012 . *Olah Raga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Dara Press.
- Muhajir .2007 . *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan*

Kesehatan. Bandung:Yudistira.

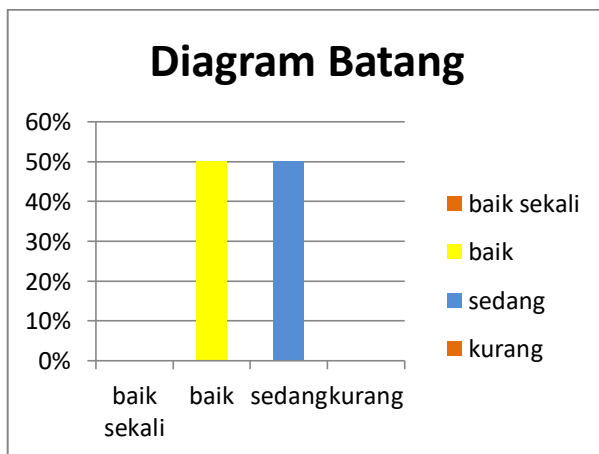
- Ramos Triyudho. 2017. Meningkatkan Pembelajaran Teknik *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Menggunakan Mode Pembelajaran *Tim Games Tounamen* Siswa Kelas X IPS Sma Negeri 1 Kabawetan. *Skripsi*. Universitas Bengkulu
- Sajoto, Mochamad. 2003. Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Semarang:
- Sucipto. 2000. Sepakbola. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan: Direktorat Jendral Pendidikan dan Kebudayaan
- Sugiyono. 2006. "*Statistika Untuk Penelitian*". Bandung: Alfab
- Suharsimi A. 2006 *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*, Edisi Revisi VI, Jakarta : PT Rineka Cipta, 2006.
- Yuliansyah R. 2021. Analisis Keterampilan Shooting dan Passing Sepak Bola U 21 di SBB abhiseva Kota Bengkulu. *Skripsi*. Universitas Dehasen. B engkulu

No	Klafikasi	Frekuensi	Presentase	Skor-T
1.	Baik Sekali	0	0 %	≥ 55
2.	Baik	10	50 %	45 – 55
3.	Sedang	10	50 %	30 – 35
4.	Kurang	0	0 %	≤ 25
Jumlah		20	100 %	

Tabel 4. Hasil tes Keterampilan *pinalti* sepak bola U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan

keterampilan teknik *pinalti* dalam permainan sepak bola di U-15 di SSB Sekundang Bengkulu Selatan ,yang mana sebanyak 10 anak mendapat kategori baik dengan persentase 50%, sedangkan 10 anak lainnya mendapat kategori sedang dengan persentase sebesar 50%, untuk kategori baik sekali dan kurang tidak terdapat di SBB Sekundang Bengkulu Selatan.

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data tingkat keterampilan teknik *pinalti* sepak bola U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan diperoleh secara rinci sebagai berikut:



Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dimana pengambilan data menggunakan Tes (*pinalti*) Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keterampilan *pinalti* sepak U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan. Berdasarkan data hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik *pinalti* sepak bola U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan untuk *pinalti* menggunakan teknik 3 kali pengulangan yang mana 10 orang mendapatkan kategori baik dan 10 orang lainnya mendapatkan kategori yang sedang.

Data menunjukan bahwa tes keterampilan teknik *pinalti* dalam permainan sepak bola di U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan ,10 anak

mendapat kategori baik dengan persentase 50%, 10 anak lainnya mendapat kategori sedang dengan persentase sebesar 50%. Pada tes keterampilan *pinalti* SBB Sekundang Bengkulu Selatan tidak terdapat murid dengan kategori yang sangat baik dan juga kurang, namun 10 murid mendapatkan kategori baik dan 10 lainnya mendapatkan kategori sedang.

Menurut Mickle (2007: 69) tujuan dari bermain sepak bola adalah untuk mencetak gol sebanyak banyaknya dan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan oleh tim lawan. Teknik Shooting ini arus dikuasai oleh semua pemain sepak bola dari penjaga gawang, bek, gelandang, dan penyerang, apabila teknik ini sudah bisa dilakukan oleh setiap pemainnya itu akan mempermudah suatu tim untuk menentukan kemenangan timnya. Beberapa metode yang ada dalam proses pelatihan teknik harus digunakan sesuai dengan kemampuan dan kondisi atlet. Setiap dari atlet mempunyai penyerapan materi yang berbeda.

Sepakbola merupakan suatu cabang olahraga yang dimainkan secara beregu dimana masing-masing regu terdiri dari 11 orang pemain dengan tujuan memasukan bola kedalam gawang lawan hingga waktu yang telah ditentukan hingga mendapatkan pemenangnya, Hidayat (2017:5) mengatakan bahwa sepak bola merupakan salah satu olahraga yang digemari sebagian besar masyarakat dunia. Terlihat dari animo masyarakat yang bermain mapun menyaksikan setiap pertandingan yang ada, terlebih lagi ada tim yang memiliki nama besar yang akan bertanding.

Menurut Clive Gifford (2002: 58), tendangan penalti adalah tendangan bebas yang mengarah pada gawang dan dilakukan dari titik penalti. Pelanggaran yang biasanya diganjar dengan tendangan bebas menjadi tendangan penalti jika pelanggaran itu dilakukan di dalam kotak penalti. Sebuah tim dihadiahi tendangan penalti bila pemain pertahanan lawan melakukan pelanggaran di kotak penalti. Ini adalah pertarungan satu lawan satu antara eksekutor dengan penjaga gawang lawan. Bola ditendang dari titik penalti yang terletak 12 yard lurus dengan garis tengah gawang.

Menurut Subagyo Irianto (2010:3) Pengertian sepak bolah menurut Subagyo Irianto adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan maksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukkan bola. Dari keadaan ini,

maka para pemain harus dapat memanfaatkan kesempatan dan situasi yang terjadi di lapangan baik pada saat terjadi tendangan sudut, tendangan bebas, tendangan penalti dan lemparan ke dalam. Tendangan penalti dalam permainan sepakbola dapat terjadi selama pertandingan belum usai. Tendangan penalti dapat terjadi karena pelanggaran yang dilakukan oleh pemain di daerah tendangan hukuman sendiri. Pelanggaran dapat berupa mengkasari lawan dengan sengaja, hand ball, atau tindakan yang merugikan atau membahayakan lawan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Tes keterampilan teknik *pinalti* dalam permainan sepak bola di U-15 SSB Sekundang Bengkulu Selatan ,10 anak mendapat kategori baik dengan persentase 50%, 10 anak lainnya mendapat kategori sedang dengan persentase sebesar 50%. Pada tes keterampilan pinalti SBB Sekundang Bengkulu Selatan tidak terdapat murid dengan kategori yang sangat baik dan juga kurang, namun 10 murid mendapatkan kategori baik dan 10 lainnya mendapatkan kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto Suharsimi. 2006. *“Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik”*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arikunto Suharsimi. (2008). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asep Sumpena .2011. “Efektifitas Tendangan Pinalti 6 Meter Antara Punggung Kaki, Kaki Bagian Dalam Dan Ujung Kaki Pada Permainan Futsal Putra”.
- Skripsi*. Diunduh dari www.repository.upi.edu/http://www.repository.upi.edu/skripsiview.php?no
- Bompa. (2004). *Theory and Methodology of Training*. Kendali: Han Publishing Company.
- Cipta, Nugraha, Andi. 2012. *Mahir Sepakbola*. Bandung: Nuansa Cendekia.

- Clive Gifford. 2002 . *Panduan Lengkap Untuk Permainan Yang Indah*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama
- Dany Mielke .2007. *“ Dasar-Dasar Sepakbola”*. Bandung: Pakar Raya.
- Djoko Pekik Irianto, dkk. (2009). *Dasar Kepelatihan Olahraga*. Diklat. FIK UNY. <http://klikbbm.blogspot.co.id/2013/08/pengertian-hakikat-shooting>
- Gifford Clive. 2007. *Keterampilan Sepak Bola*. Klaten : PT Citra Aji Pratama
- Harsono, 2008 . *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud
- Hidayat, Witono 2017. *Buku Pintar Sepak Bola*. Jakarta: Anugrah
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: PT. SakaMitra Kompetensi.
- Luxbacher, Joseph, A. 2012. *Sepakbola Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Muchtar, Remy. 2012 . *Olah Raga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Dara Press.
- Muhajir .2007 . *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Yulistira.
- Ramos Triyudho. 2017. *Meningkatkan Pembelajaran Teknik Shooting Dalam Permainan Sepakbola Menggunakan Mode Pembelajaran Tim Games Tounamen Siswa Kelas X IPS Sma Negeri 1 Kabawetan*. *Skripsi*. Universitas Bengkulu
- Sajoto, Mochamad. 2003. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang:
- Sucipto. 2000. *Sepakbola*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan: Direktorat Jendral Pendidikan dan Kebudayaan
- Sugiyono. 2006. *“Statistika Untuk Penelitian”*. Bandung: Alfab
- Suharsimi A. 2006 *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*, Edisi Revisi VI, Jakarta : PT Rineka Cipta, 2006.
- Yuliansyah R. 2021. *Analisis Keterampilan Shooting dan Passing Sepak Bola U 21 di SBB abhiseva Kota Bengkulu*. *Skripsi*. Universitas Dehasen. Bengkulu