

**PENGEMBANGAN *QUICK FEET SOCCER TRAINING* UNTUK ANAK  
USIA 11-12 TAHUN**

**JURNAL**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta untuk  
Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:  
Afif Nurfathin  
NIM. 14602241060

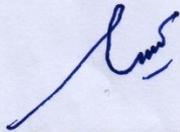
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2018**

## PERSETUJUAN

Jurnal yang berjudul “Pengembangan *Quick Feet Soccer Training* Untuk Anak Usia 11-12 Tahun” yang disusun oleh Afif Nurfathin, NIM 14602241060 ini telah di setujui oleh pembimbing dan reviewer.

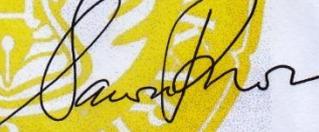
Yogyakarta, 26 Desember 2018

Pembimbing

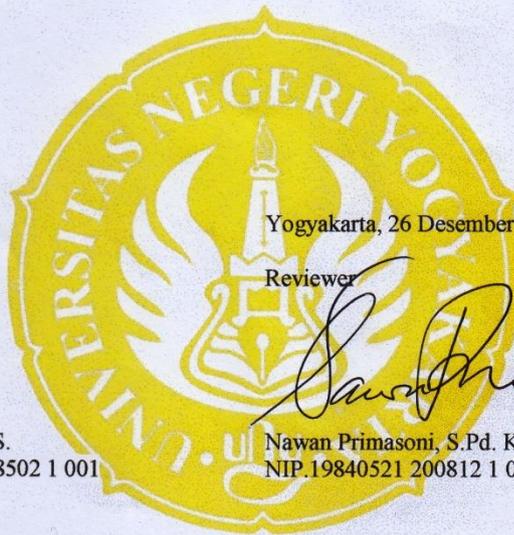


Dr.Or Mansur, M.S.  
NIP. 19570519 198502 1 001

Reviewer



Nawan Primasoni, S.Pd. K.or, M.Or.  
NIP.19840521 200812 1 001



# **PENGEMBANGAN *QUICK FEET SOCCER TRAINING* UNTUK ANAK USIA 11-12 TAHUN**

## **THE DEVELOPMENT OF QUICK FEET SOCCER TRAINING FOR 11 TO 12 YEAR-OLD CHILDREN**

Oleh : Afif Nurfathin, Universitas Negeri Yogyakarta  
Afifnurfathin1@gmail.com

### **Abstrak**

Pengembangan dalam penelitian ini bertujuan mengembangkan alat *Quick Feet Soccer Training* (QFST) untuk anak usia 11-12 tahun. Pengembangan ini diharapkan dapat digunakan dalam Sekolah Sepakbola (SSB) kelompok umur 11-12 tahun untuk meningkatkan keterampilan sepakbola melalui latihan yang sistematis dan terukur. Penelitian ini merupakan penelitian *Research and Development*. Pengembangan QFST untuk anak usia 11-12 tahun ini dilakukan dengan beberapa tahapan, yaitu: Pengumpulan informasi, menganalisis hasil informasi dan produk yang akan dikembangkan, pengembangan produk awal, validasi ahli dan revisi I, uji coba produk dan Revisi II, pembuatan produk akhir. Subjek uji coba adalah pemain SSB GAMA dan SSO (Sekolah Sosial Olahraga) Real Madrid UNY usia 11-12 tahun yang terdiri dari uji coba kelompok kecil sejumlah 10 anak dan uji coba kelompok besar sejumlah 19 anak. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian dan pengembangan ini berupa angket atau kuisisioner. Teknik analisis data dengan menggunakan analisis statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pengembangan QFST untuk anak usia 11-12 tahun dinyatakan baik melalui uji skala kecil dengan skor 3,99 dari 5 maksimal skor dan dinyatakan baik pada uji skala besar dengan skor 4,12 dari 5 maksimal skor. Berdasarkan hasil dari serangkaian tersebut, pengembangan QFST untuk anak usia 11-12 tahun yang dikembangkan layak untuk digunakan.

Kata kunci : Pengembangan, QFST, Anak Usia 11-12 Tahun

### **Abstract**

The development in this study aims to develop a Quick Feet Soccer Training (QFST) tool for 11 to 12 year-old children. This development is expected to be used in the world of Soccer Schools (SSB) for 11 to 12 year-old groups, to improve football skills through systematic and measurable training. This study was a Research and Development research. The development of QFST for children aged 11-12 years was carried out in several steps: collecting information, analyzing the result of information and products that will be developed, developing the initial product, conducting expert validation and revision I, conducting product trials and revision II, producing the final result. The trial subjects were SSB GAMA players and Real Madrid UNY SSO (School of Sports Social) aged 11-12 years which consisted of 10 small group trials and 19 large group trials. Furthermore, the instrument used to collect the data in this research and development was questionnaire. To analyse the data, technique of descriptive statistical analysis was applied. The result demonstrates that the development of QFST for 11 to 12 year-old children is in a good rank through a small scale test with a score of 3.99 out of 5 maximum scores. Moreover, it is also good according to the large scale test with a score of 4.12 out of 5 maximum scores. In reference with the result analysis, the development of QFST for children aged 11-12 years is recommended to use.

Keywords : *Development, Quick Feet Soccer Training (QFST), 11 to 12 year-old children*

## PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan olahraga paling populer di dunia. Kepopuleran sepakbola juga meningkat setiap tahun. Siaran laga Piala Dunia Brasil memecahkan rekor di berbagai negara sebagai acara yang paling banyak ditonton sepanjang tahun 2014. Berdasarkan data FIFA, laga pembuka antara Brasil dan Kroasia, termasuk upacara pembukaan Piala Dunia 2014, ditonton 42,9 juta orang di Brasil melalui TV Globo.. Fenomena serupa terjadi di negara-negara lain, seperti Inggris, Italia, Belgia, Aljazair, Cile, Perancis, Honduras, dan Australia. Laga Spanyol melawan Belanda bahkan memecahkan rekor tayangan paling banyak jumlah penontonnya sejak 2012, yaitu 7,2 juta orang. Di Korea Selatan, jumlah penonton televisi meningkat 60 persen ketika Korea bertanding lawan Rusia (kompas.com, 2014).

Sepakbola merupakan olahraga kompetisi. Menurut (Sucipto, 2000:7) sepakbola adalah pemain memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri, agar tidak kemasukan. Untuk menjadi pemain sepak bola profesional, seseorang harus menguasai keterampilan dan teknik bermain bola yang baik, fisik yang prima, serta mental yang bagus. Kondisi fisik yang dibutuhkan oleh pemain sepakbola

relatif kompleks hampir semua komponen dibutuhkan ketika bermain (Nawan dan Sulistiyono, 2018:14).

Penanaman basis kondisi fisik sejak usia muda dengan porsi latihan yang cermat dan tepat akan menentukan kemampuan fisik pemain dikemudian hari. Penyusunan dosis latihan harus disesuaikan dengan karakteristik dari pertumbuhan pemain. Menurut (Timo Scheunemann, 2014) ada empat kelompok umur latihan dalam sepakbola yaitu tingkat pemula (*Fun Phase*) yaitu 5-8 tahun, tingkat dasar (*Fundation*) yaitu 9-12 tahun, tingkat menengah (*formative phase*) yaitu 13-14 tahun dan tingkat mahir (*Final Youth*) yaitu 15-20 tahun. Anak usia dini belum dilatih untuk menerima beban fisik yang berat, mereka masih sangat butuh pengembangan keterampilan dengan suasana yang gembira (Primasoni, 2012:130)

Latihan tingkat dasar (*Fundation*) dan menengah merupakan usai emas pembinaan sepakbola dan perlu perhatian khusus, karena pada usia ini anak mengalami perkembangan motorik yang signifikan serta memiliki kemampuan kusus untuk belajar. Latihan pada usia menekan pada kecepatan dengan bola, kelincahan dan koordinasi. Di era modern berbagai negara terus melakukan pengembangan dalam sepakbola atau sering di sebut *Sport Scinces*. Teknologi

ini harus menjadi salah satu komponen utama dalam sistem keolahragaan nasional, yang harus dikelola sungguh-sungguh (*kemenpora.go.id*).

*Quick feet Soccer Training* (QFST) adalah sebuah terobosan baru dalam olahraga sepakbola. Alat yang diciptakan oleh pakar sepakbola di Amerika Serikat ini mengembangkan keterampilan bola lebih cepat dibanding metode lain, metode latihan tercepat di dunia untuk mengembangkan kemampuan kaki kiri maupun kanan, mampu memberikan 1000 sentuhan dalam sesi 15 menit, meningkatkan koordinasi, kelincahan, keseimbangan dan flexible (Amazon.com, 2014).

## METODE PENELITIAN

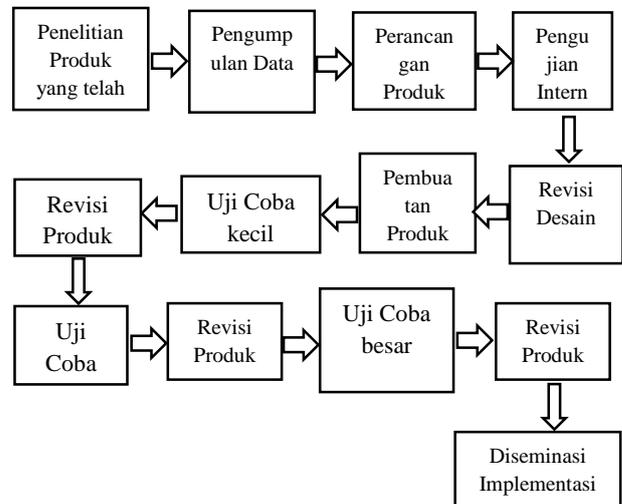
Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (*research and development*). Menurut Sugiyono (2012: 297) Penelitian pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Penelitian dan pengembangan berfungsi untuk memvalidasi dan mengembangkan produk. Penelitian dan pengembangan merupakan penelitian berbasis model pengembangan. Hasil temuan yang diperoleh dilapangan digunakan untuk merancang produk dan prosedur baru yang selanjutnya secara

sistematis diuji lapangan, di evaluasi, dan disempurnakan. Produk tersebut diharapkan dapat membantu mengembangkan teknologi olahraga yang ada di Indonesia.

Dalam penelitian ini penulis bermaksud untuk mengembangkan produk yang telah ada sehingga lebih praktis, efektif dan efisien. Produk yang dikembangkan adalah *Quick Feet Soccer Training* untuk SSB umur 11-12 tahun.

## Prosedur Pengembangan

Prosedur pengembangan ini mengadaptasi langkah yang ditulis (Sugiyono, 2015: 204). Berikut ini gambar alur desain penelitian:



Gambar 1. Langkah-langkah penggunaan Metode *Research and Development* (R&D) Level 3

## Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini menggunakan metode

angket dengan instrument pengumpulan data berupa angket atau kuesioner. Menurut Creswell dalam (Sugiono, 2015:216) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dimana partisipan/responden mengisi pertanyaan atau pernyataan kemudian setelah diisi dengan lengkap mengembalikan kepada peneliti.

Instrument yang berupa validitas produk tersebut diperoleh dengan menggunakan angket dan lembar evaluasi yang telah dibuat berdasarkan kebutuhan penilaian. Instrumen penelitian ini subyek uji coba dan dosen pembimbing.

Lembar angket validasi bertujuan untuk mengukur kualitas media pengembangan. Angket ini menggunakan skala yaitu, Sangat Baik (SB), Baik (B), Cukup Baik (CB), Kurang (K), Sangat Kurang (SK).

### Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah pemain sekolah sepakbola Sekolah Sepakbola Gajah Mada (SSB GAMA) dan Sekolah Sosial Olahraga (SSO) Real Madrid UNY usia 11-12 tahun. Teknik penentuan subyek uji coba dalam penelitian pengembangan ini dengan metode purposive sampling. Menurut Sugiyono (2015:144) purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel dengan

pertimbangan tertentu. Uji coba kecil dilaksanakan dengan 10 siswa SSO Real Madrid UNY usia 11-12 tahun dan uji coba besar dengan 19 siswa SSO Real Madrid dan SSB GAMA.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif berupa kritik dan saran yang dikemukakan ahli materi, ahli materi dan mahasiswa dihimpun dan disarikan untuk memperbaiki produk alat *Quick Feet Soccer Training* untuk anak usia 11-12 tahun. Teknik analisis data kuantitatif dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif yang berupa pernyataan sangat kurang baik, kurang baik, cukup baik, baik, dan sangat baik yang diubah menjadi data kuantitatif dengan skala 5 yaitu dengan penskoran dari 1 sampai 5. Langkah-langkah dalam analisis data antara lain : (a) mengumpulkan data kasar, (b) pemberian skor, (c) skor yang diperoleh kemudian dikonversikan menjadi nilai dengan skala 5 dengan menggunakan acuan konversi dari Sukardjo. Berikut ini merupakan kriteria penilaian yang dipakai dalam penelitian yang dilakukan.

Tabel 1. Kriteria Penilaian

Kategori	Keterangan	Rumus	Skor
A	Sangat	$X > X_i + 1,8S_{bi}$	$X > 4,21$

	Baik		
B	Baik	$X_i + 0,6S_{bi} < X \leq X_i + 1,8S_{bi}$	$3,40 < X \leq 4,21$
C	Cukup Baik	$X_i - 0,6S_{bi} < X \leq X_i - 1,8S_{bi}$	$2,60 < X \leq 3,40$
D	Kurang	$X_i - 1,8S_{bi} < X \leq X_i - 0,6S_{bi}$	$1,79 < X \leq 2,60$
E	Kurang Sekali	$X \leq X_i + 1,8S_{bi}$	$X \leq 1,79$

Sumber: Sukardjo dalam Nur Rohmah Muktiani (2008:80)

Tabel 2. Rumus Mencari Rerata Skor Skala 5

Kategori	Rumus
Sangat Baik	$X > X_i + 1,8S_{bi}$ $X > 3 + 1,8(0,67)$ $X > 3 + 1,21$ $X > 4,21$
Baik	$X_i + 0,6S_{bi} < X \leq X_i + 1,8S_{bi}$ $3 + 0,6(0,67) < X \leq 3 + 1,8(0,67)$ $3,40 < X \leq 4,21$
Cukup Baik	$X_i - 0,6S_{bi} < X \leq X_i - 1,8S_{bi}$ $3 - 0,6(0,67) < X \leq 3 - 1,8(0,67)$ $2,60 < X \leq 3,40$
Kurang	$X_i - 1,8S_{bi} < X \leq X_i - 0,6S_{bi}$ $3 - 1,8(0,67) < X \leq 3 - 0,6(0,67)$ $1,79 < X \leq 2,60$
Kurang Sekali	$X \leq X_i + 1,8S_{bi}$ $X \leq 3 + 1,8(0,67)$ $X \leq 1,79$

Sumber : Rionaldi (2018)

Hasil penskoran dijadikan sebagai tolak ukur layak tidaknya pengembangan alat ini digunakan.

## PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis uji coba kecil dilakukan setelah memperoleh hasil uji coba kecil. Responden saat uji coba kecil yaitu 10 orang. uji coba skala kecil diperoleh data kualitatif berupa saran dan masukan dari mahasiswa untuk memperbaiki alat yang dikembangkan oleh peneliti. Manfaat lain dari uji coba skala kecil adalah untuk mengetahui data kualitas dari alat yang dikembangkan oleh peneliti. Pada aspek materi ada 13 butir pernyataan yang diberikan oleh peneliti dengan rerata skor.

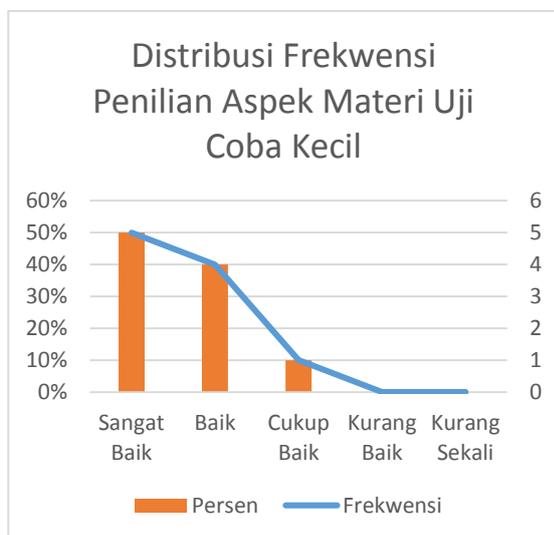
Penilaian aspek materi pada uji coba skala kecil di atas mendapatkan rerata skor 4,192. Setelah di konversikan kedalam skala lima termasuk dalam kriteria “Baik”. Selain data di atas penilaian untuk aspek materi pada uji coba skala kecil dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 3. Penilaian Aspek Materi Pada Uji Coba Kelompok Kecil

No. Responden	Skor	Rerata Skor	Kriteria
Pemain 1	51	4,25	Sangat Baik
Pemain 2	58	4,83	Sangat Baik
Pemain 3	44	3,67	Baik
Pemain 4	55	4,58	Sangat
No. Responden	Skor	Rerata Skor	Kriteria
Pemain 5	47	3,92	Baik
Pemain 6	56	4,67	Sangat Baik

Pemain 7	58	4,83	Sangat Baik
Pemain 8	47	3,92	Baik
Pemain 9	48	4	Baik
Pemain 10	39	3,25	Cukup Baik
<b>Jumlah Rerata Skor</b>		41,92	Baik
<b>Rerata Skor</b>		4,192	

Data distribusi frekwensi penilaian aspek media saat uji coba kecil pada tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang memilih sangat baik yaitu sejumlah 50%, baik sejumlah 40% dan cukup baik sejumlah 10%. Atau data tersebut dapat dilihat dalam diagram dibawah ini.



Gambar 2. Diagram Penilaian Aspek Materi pada Uji Coba Kecil

Penilaian aspek media pada uji coba skala kecil diata mendapatkan rerata skor 3,789 Setelah di konversikan kedalam skala lima termasuk dalam kriteria “Baik”. Selain data di atas penilaian utuk aspek media

pada uji coba skala kecil dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 4. Penilaian Aspek Media Pada Uji Coba Kelompok Kecil

No. Responden	Skor	Rerata Skor	Kriteria
Pemain 1	48	3,69	Baik
Pemain 2	63	4,84	Sangat Baik
Pemain 3	40	3,07	Cukup Baik
Pemain 4	52	4	Baik
Pemain 5	48	3,7	Baik
Pemain 6	51	3,92	Baik
Pemain 7	62	4,83	Sangat Baik
Pemain 8	45	3,46	Baik
Pemain 9	43	3,31	Cukup Baik
Pemain 10	40	3,07	Cukup Baik
<b>Jumlah Rerata Skor</b>		37,89	Baik
<b>Rerata Skor</b>		3,789	

Penilaian aspek materi pada uji coba kelompok kecil diatas mendapatkan rerata skor 3,789. Setelah dikonversikan kedalam skala lima termasuk dalam kriteria “baik” Selain data diatas. Data distribusi frekwensi penilaian aspek media saat uji coba kecil pada tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang memilih sangat baik yaitu sejumlah 30%, baik sejumlah 40% dan cukup baik sejumlah 30%. Atau

data tersebut dapat dilihat dalam diagram dibawah ini.



Gambar 3. Diagram Penilaian Aspek Media pada Uji Coba Kecil

Hasil analisa data skala kecil secara keseluruhan dari aspek materi dan media adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Kualitas Produk *Quick Feet Soccer Training* untuk usia 11-12 tahun

No	Aspek Penilaian	Rerata Score	Kriteria
1	Aspek Media	3,789	Baik
2	Aspek Materi	4,192	Baik
<b>Rerata</b>		<b>3,99</b>	<b>Baik</b>

Dari tabel 5 dapat dilihat rerata skor menunjukkan baik sehingga produk ini dikatakan layak sehingga dapat diuji coba pada uji skala besar. Hal tersebut dilihat dari Aspek materi mendapatkan skor 4,192 dikategorikan “Baik” dan Aspek media 3,789 dikategorikan “Baik.” Dengan rerata kualitas keseluruhan 3,99 atau kriteria “Baik”.

### Analisis Data Hasil Uji Coba Besar

Uji coba skala besar dilakukan setelah uji coba skala kecil. Uji coba ini dilakukan oleh 19 responden yaitu pemain SSO Real Madrid UNY dan SSB GAMA usia 11-12 tahu. Data yang diperoleh dari uji coba skala besar merupakan data kualitas alat *Quick Feet Soccer Training* untuk anak usia 11-12 tahun yang dikembangkan meliputi beberapa aspek diantaranya aspek materi dan media. Dari uji coba skala besar didapatkan data kualitas dari alat yang dikembangkan.

Hasil penilaian uji coba besar pada aspek materi mendapat jumlah rerata skor keseluruhan 4,17 atau mendapat nilai kriteria “Baik” sedangkan aspek materi mendapat rerata skor keseluruhan 4,07 atau mendapat nilai kriteria “Baik”. Data distribusi frekuensi penilaian aspek materi pada uji coba besar aspek materi yaitu 6 responden dengan rerata keseluruhan kriteria sangat baik, dan 13 responden dengan rerata keseluruhan kriteria baik. Analisis penilaian untuk aspek materi pada uji coba skala besar dapat dilihat pada tabel berikut.

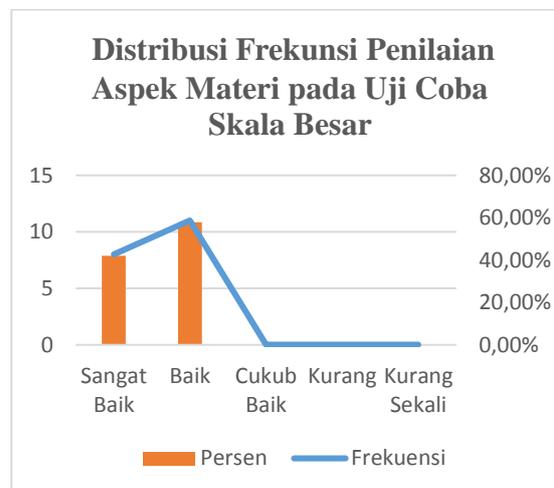
Tabel 6. Penilaian Aspek Materi Pada Uji Coba Kelompok Besar

No. Responden	Skor	Rerata Skor	Kriteria
No. Responden	Skor	Rerata Skor	Kriteria
Pemain 1	54	4,5	Sangat Baik

Pemain 2	44	3,67	Baik
Pemain 3	54	4,5	Sangat Baik
Pemain 4	50	4,16	Baik
Pemain 5	52	4,33	Sangat Baik
Pemain 6	52	4,33	Sangat Baik
Pemain 7	49	4,08	Baik
Pemain 8	56	4,67	Sangat Baik
Pemain 9	47	3,92	Baik
Pemain 10	45	3,75	Baik
Pemain 11	48	4	Baik
Pemain 12	54	4,5	Sangat Baik
Pemain 13	43	3,58	Baik
Pemain 14	46	3,83	Baik
Pemain 15	48	4	Baik
Pemain 16	48	4	Baik
Pemain 17	50	4,16	Baik
Pemain 18	56	4,67	Sangat Baik
Pemain 19	55	4,58	Sangat Baik
<b>Jumlah Rerata Skor</b>		79,23	Baik
<b>Rerata Skor</b>		4,17	

Penilaian aspek materi pada uji coba Besar diatas mendapatkan rerata skor 4,17. Setelah dikonversikan kedalam skala lima termasuk dalam kriteria “baik”. Selain data

diatas, penilaian untuk aspek manfaat pada uji coba lapangan dapat dilihat pada diagram alir berikut:



Gambar 4. Frekuensi Penilaian Aspek Materi pada Uji Coba Skala Besar

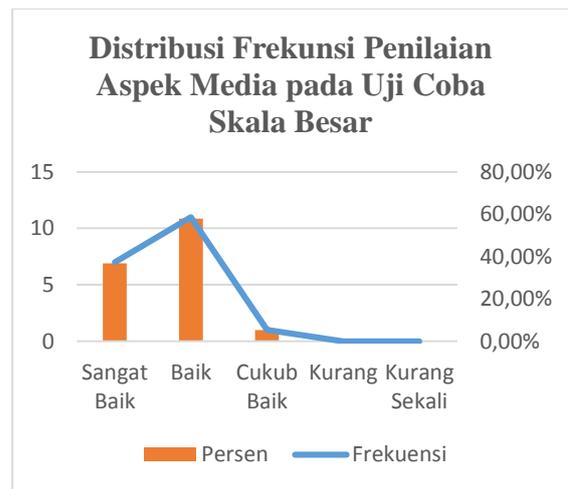
Data frekuensi penilaian aspek media pada uji coba besar yaitu 8 responden dengan rerata nilai kriteria sangat baik, 9 responden dengan nilai rerata kriteria baik dan 2 responden dengan rerata nilai kriteria cukup baik. Berikut ini adalah tabel frekuensi penilaian aspek materi pada uji coba besar.

Tabel 19. Penilaian Aspek Materi Pada Uji Coba Besar

No. Responden	Skor	Rerata Skor	Kriteria
Pemain 1	52	4	Baik
Pemain 2	60	4,61	Sangat Baik
Pemain 3	54	4,15	Baik
No. Responden	Skor	Rerata Skor	Kriteria
Pemain 4	45	3,46	Baik
Pemain 5	44	3,38	Cukup

			Baik
Pemain 6	62	4,77	Sangat Baik
Pemain 7	54	4,15	Baik
Pemain 8	56	4,31	Sangat Baik
Pemain 9	58	4,46	Sangat Baik
Pemain 10	49	3,78	Baik
Pemain 11	56	4,31	Sangat Baik
Pemain 12	56	4,31	Sangat Baik
Pemain 13	46	3,54	Baik
Pemain 14	53	4,08	Baik
Pemain 15	52	4	Baik
Pemain 16	54	4,15	Baik
Pemain 17	54	4,15	Baik
Pemain 18	46	3,54	Baik
Pemain 19	55	4,23	Sangat Baik
<b>Jumlah Rerata Skor</b>		77,38	Baik
<b>Rerata Skor</b>		4,07	

Penilaian aspek media pada uji coba Besar diatas mendapatkan rerata skor 4,07. Setelah dikonversikan kedalam skala lima termasuk dalam kriteria “baik”.



Gambar 5. Frekuensi Penilaian Aspek Media pada Uji Coba Skala Besar

Hasil keseluruhan uji coba besar yaitu aspek materi memperoleh skor rerata keseluruhan sebesar 4,272 atau dengan kriteria “Sangat Baik” dan aspek media memperoleh skor rerata keseluruhan 4,107 atau dengan kriteria “Baik”. Rerata keseluruhan dari aspek materi dan media pada uji coba besar adalah 4,189 atau dengan kriteria ‘Baik’. Hasil Kualitas produk *Quick Feet Soccer Training* secara keseluruhan dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut ini.

Tabel 7. kualitas produk *Quick Feet Soccer Training* untuk usia 11-12 tahun pada Uji Coba Besar

No	Aspek Penilaian	Rerata Score	Kriteria
1	Aspek Media	4,07	Baik
2	Aspek Materi	4,17	Baik
	<b>Rerata</b>	<b>4,12</b>	<b>Baik</b>

## SIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Hasil dari penelitian pengembangan *Quick Feet Soccer Training* untuk anak usia 11-12 tahun. Hasil uji coba mendapat nilai rerata pada 4,12 dikategorikan “Baik” sehingga dapat disimpulkan bahwa pengembangan *Quick feet Soccer Training* untuk anak usia 11-12 tahun layak digunakan sebagai alat untuk latihan sepakbola.

### Saran

Berdasarkan keseluruhan pembahasan tugas akhir skripsi yang berjudul pengembangan alat *Quick Feet Soccer Training* untuk anak usia 11-12 tahun dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Produk ini dapat dijadikan untuk latihan sepakbola anak usia 11-12 tahun, terutama untuk meningkatkan kemampuan kaki.
2. Bagi pengembang /peneliti pengembangan alat Quick Feet Soccer Training untuk anak usia 11-12 tahun ini bisa menjadi pedoman untuk melakukan penelitian tahap selanjutnya.

### DAFTAR PUSTAKA

Gonsage, A.2014.*Siaran Piala Dunia Pecahkan Rekor. Diakses dari <https://bola.kompas.com/read/2014/06/23/1641158/SiaranPiala.Dunia.Pecahkan.Rekor.Jumlah.Penonton>*

Nawan Primasoni dan Sulistiyono.2018.*Kondisi Fisik Sepakbola. Yogyakarta:UNY Press*

Primasoni, Nawan.2012. Sepakbola, Kompetisi dan Anak Usia Dini. *Jurnal Olahraga Prestasi*,8(2),130. Diakses tanggal 26 Desember 2018 dari <https://journal.uny.ac.id/index.php/jorpres/article/view/10299/7970>

Rionaldi, Ferdian.2018. *Pengembangan Yo-Yo Intermittent Test Recovery Level 1 Berbasis Mikrokontroler. Skripsi.Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.*

Rohmah, Nur Muktiani. 2008. *Pengembangan Multimedia Interaktif Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA. Tesis pada Program Pasca Sarjana UNY. Yogyakarta: Tidak diterbitkan*

Schunemenin, Timo. (2002). *Kurikulum Sepak Bola Indonesia*.Jakarta: PSSI

Sucipto, dkk.2000. *Karakteristik dan Struktur Gerak Sepakbola* Yogyakarta:FIK UNY

Sugiyono. 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Penerbit CV. Alfabeta: Bandung.

\_\_\_\_\_.2018.*Quick Feet Soccer Training*. Diakses pada 14 Mei 2018 melalui <https://www.amazon.com/Quick-Feet-Train-er-SoccerTraining/dp/B005HIN8X>