

**PENGARUH PENGGUNAAN METODE VISUAL AUDITORY KINESTETIC
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN *SHOOTING* DI SSB
INDONESIA MUDA SRAGEN KELOMPOK UMUR
15 DAN 16 TAHUN**

JURNAL PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

**Roberto Benny Saputra
NIM. 13602241063**

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGAYAKARTA
2018**

LEMBAR PERSETUJUAN

Jurnal dengan Judul

**PENGARUH PENGGUNAAN METODE VISUAL AUDITORY KINESTETIC
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN SHOOTING DI SSB
INDONESIA MUDA SRAGEN KELOMPOK UMUR
15 DAN 16 TAHUN**

Disusun Oleh:
Roberto Benny Saputra
13602241063

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing dan Dosen Penguji



Yogyakarta, 10 Desember 2018

Penguji

Disetujui,
Dosen Pembimbing,

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

Drs. Subagyo Irianto, M.Pd
NIP. 1196210101988121001

PENGARUH PENGGUNAAN METODE VISUAL AUDITORY KINESTETIC TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN *SHOOTING* DI SSB INDONESIA MUDA SRAGEN KELOMPOK UMUR 15 DAN 16 TAHUN

Oleh:

Roberto Benny Saputra

13602241063

ABSTRAK

Latihan *shooting* dalam sebuah latihan bertujuan untuk lebih mengasah kemampuan pemain dalam hal mencetak gol. Masih banyak pemain yang mempunyai keterampilan *shooting* yang perlu dipertajam dan ditingkatkan kemampuannya dalam melakukan *shooting*, ini menyebabkan hasil tendangan pemain kurang sempurna. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pembelajaran dengan menggunakan metode visual, auditory dan kinestetik terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *eksperimen one group pretest posttest design* dengan perlakuan sebanyak 18 kali. Subjek penelitian adalah siswa di SSB Indonesia Muda Sragen yang aktif mengikuti latihan, pada kelompok umur 15 tahun yang berjumlah 18 siswa dan pada kelompok umur 16 tahun yang berjumlah 18 siswa. Kemampuan *shooting* diukur menggunakan instrumen Bobby Charlton yang dikemukakan oleh Danny Mielke. Teknik analisis data menggunakan analisis uji t dan sebelumnya telah diuji normalitas dan homogenitas terlebih dahulu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa besarnya nilai t_{hitung} adalah 3,091 dengan inlai signifikansi 0,004 atau $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak, sehingga terdapat pengaruh pembelajaran dengan menggunakan metode visual, auditory dan kinestetik terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun.

Kata kunci: *visual audio kinestetik, peningkatan, kemampuan shooting.*

ABSTRACT

Shooting exercises in an exercise aim to further hone the player's ability in scoring goals. There are still many players who have shooting skills that need to be sharpened and improved their ability to shoot, this results in the player's kicking is less than perfect. This study aims to determine the learning using visual, auditory and kinesthetic methods to improve shooting skills at SSB Indonesia Muda Sragen in the 15 and 16 years age group.

This research is a type of experimental research one group pretest posttest design with treatment as much as 18 times. The research subjects were students at SSB Indonesia Muda Sragen who actively participated in the training, at the age group of 15 years, amounting to 18 students and in the age group of 16 years, amounting to 18 students. Shooting ability was measured using Bobby Charlton's instrument proposed by Danny Mielke. Data analysis techniques using t test analysis and previously tested for normality and homogeneity first.

The results showed that the value of tcount was 3.091 with significance in 0.004 or $p < 0.05$, so H_0 was rejected, so that there was an effect of learning by using visual, auditory and kinesthetic methods to improve shooting skills at SSB Indonesia Muda Sragen in the 15 and 16 years age group

Keywords: *kinesthetic visual audio, enh*

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang giat melaksanakan pembangunan di segala bidang. Salah satu bidang yang tidak kalah penting adalah pembangunan dibidang olahraga. Olahraga kini telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Saat ini olahraga telah memasuki semua aspek kehidupan seperti industri, perekonomian, pendidikan dan lain sebagainya. Olahraga yang cukup menarik antusiasme seluruh lapisan masyarakat di Indonesia adalah sepakbola (Hamzah, 2015: 50).

Sepakbola telah mengalami perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai sepakbola yang modern, yang sangat digemari dan disenangi masyarakat luas, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, sampai orang tua bahkan wanita juga menyukai sepakbola. Permainan ini relatif mudah dilakukan dan termasuk olahraga yang murah karena tidak memerlukan banyak biaya, sehingga permainan ini berkembang dengan cepat ke masyarakat. Banyak unsur-unsur yang mendukung berkembangnya sepakbola ke masyarakat luas, seperti lapangan sepak bola yang terdapat dimana-mana, dan diadakannya berbagai turnamen sepakbola mulai dari antar kampung, turnamen antar pelajar, mahasiswa sampai kompetisi nasional yang dinaungi oleh induk olahraga sepakbola Indonesia yaitu Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) serta banyak didirikannya sekolah-sekolah sepak

bola yang biasanya disebut SSB (Sekolah Sepak Bola) di berbagai daerah. Akan tetapi hal itu tidak juga mampu membawa persepakbolaan Indonesia dapat berprestasi dalam suatu turnamen atau kejuaraan-kejuaraan resmi Internasional. Salah satu penyebabnya adalah rendahnya kemampuan teknik dasar permainan yang dikuasai oleh pemain sepakbola.

Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola wajib dipahami oleh atlit sepakbola untuk mendapatkan permainan sepakbola yang baik. Permainan sepakbola untuk memenangkan pertandingan harus dapat memasukkan bola ke dalam gawang, hal itu tentunya perlu didukung dengan kemampuan menembak bola atau *shooting* yang tepat. Menembak bola atau *shooting* bola adalah salah satu teknik yang terdapat pada permainan sepakbola. Gerak dasar menembak bola atau *shooting* bukan merupakan gerakan yang mudah. Hal ini disebabkan karena pada waktu melakukan gerakan tersebut pemain harus mempunyai penguasaan teknik dasar menembak bola atau *shooting* dengan baik dalam arti pemain dapat melakukan gerak dasar menembak bola atau *shooting* dengan baik dan benar (Sofyan, 2014: 1). Oleh karena itu maka perlu upaya untuk meningkatkan penguasaan gerak dasar menembak bola atau *shooting* dan pembelajaran secara baik dan benar salah satunya dengan melalui latihan.

Siswa pada umumnya belajar melalui *visual* (apa yang dapat dilihat atau diamati), *auditory* (apa yang dapat didengar) dan

kinesthetic (apa yang dapat digerakkan atau dilakukan) sehingga mereka memerlukan suatu model atau metode tertentu yang dapat memenuhi gaya belajarnya. Salah satu model pembelajaran yang dapat digunakan adalah model pembelajaran *visual auditory kinesthetic* (VAK). Menurut DePorter (2014: 123) model pembelajaran VAK memfokuskan pembelajaran pada pemberian pengalaman belajar secara langsung (*direct experience*) dan menyenangkan. Pengalaman belajar secara langsung seperti: belajar dengan melihat (*visual*), belajar dengan mendengar (*auditory*), dan belajar dengan gerak dan praktik (*kinesthetic*). Pembelajaran berlangsung efektif dan efisien jika memperhatikan ketiga gaya belajar siswa. Hal ini sesuai dengan pendapat Russel (2011: 40) menjelaskan model pembelajaran VAK yaitu suatu model pembelajaran dengan memanfaatkan potensi/gaya belajar yang dimiliki siswa dengan cara melatih dan mengembangkannya secara optimal gaya belajar siswa agar hasil belajar meningkat. Hasil penelitian dari Lestari (2011) dan Apriyanti (2014) menyatakan bahwa model pembelajaran *visual auditory kinesthetic* berpengaruh terhadap hasil belajar dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Latihan *shooting* dalam sebuah latihan bertujuan untuk lebih mengasah kemampuan pemain dalam hal mencetak gol. Hal ini juga akan melatih suatu kebiasaan untuk memanfaatkan peluang dalam mencetak gol dan menghasilkan kemenangan. Pada awal

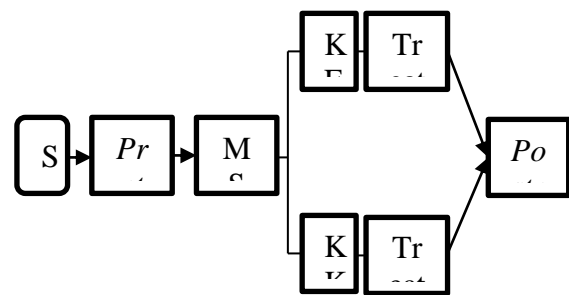
setiap latihan, alangkah baiknya bila diberikan kesempatan untuk berlatih menendang pada setiap pemain selama beberapa menit pada saat para pemain mengadakan pemanasan. Oleh karena itu peranan pelatih sangat penting dalam mewujudkan tujuan tersebut. Pelatih diharapkan lebih berwawasan dan berpengalaman dalam memberikan metode latihan agar nantinya suatu tim dalam permainan atau pertandingan akan mencapai tujuan yang diinginkan. Hasil observasi pada proses latihan yang dilakukan peneliti pada SSB Indonesia Muda Sragen, terhadap pemain sepakbola, menunjukkan bahwa perlu dikembangkan model latihan *shooting* untuk mengembangkan lagi *skill* dan memperbaiki teknik untuk lebih baik. Hal ini muncul setelah peneliti melakukan observasi lapangan saat melakukan latihan rutin, dari beberapa teknik dasar sepakbola, keterampilan *shooting* pemain kurang memperhatikan teknik dan prinsip *shooting* yang harus dimiliki oleh pemain sepakbola, masih banyak pemain yang mempunyai keterampilan *shooting* yang perlu dipertajam dan ditingkatkan kemampuannya dalam melakukan *shooting*, ini menyebabkan hasil tendangan pemain kurang sempurna. Bentuk latihan yang dilakukan terutama saat melatih kemampuan *shooting* jarang sekali diberikan oleh pelatih walaupun diberikan itu hanya model latihan *shooting* yang sederhana dengan sedikit variasi, kemudian pelaksanaan metode latihan *shooting* tidak dilakukan secara efektif dan

kompleks, jarang sekali pemain baik secara individu atau tim diberi latihan khusus dari bentuk-bentuk latihan shooting dan variasinya, hal tersebut menunjukkan bahwa tujuan dari permainan sepakbola belum dicapai secara maksimal.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penggunaan Metode *Visual Auditory Kinesthetic* terhadap Peningkatan Kemampuan *Shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen Kelompok Umur 15 dan 16 Tahun”.

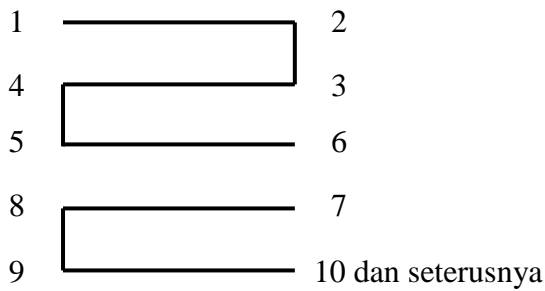
METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis penelitian eksperimen. Pada penelitian ini, pengaruh yang dilihat adalah pengaruh penggunaan metode *visual auditory kinesthetic* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun. Penelitian eksperimen ini menggunakan desain *pretest-posttest control group design*. Penelitian melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengaruh perlakuan dapat diketahui dengan membandingkan antara hasil tes sebelum perlakuan diberikan dengan hasil tes yang dilakukan setelah perlakuan diberikan, struktur desain penelitian, sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian

Pembagian kelompok eksperimen didasarkan pada hasil tes *shooting* ke gawang pada tes awal. Setelah hasil tes awal dirangsang, kemudian subjek yang memiliki kemampuan setara dipasang-pasangkan ke dalam kelompok eksperimen (KE) mendapat perlakuan model pembelajaran *shooting* dengan metode *visual auditory kinesthetic* dan kelompok kontrol (KK) yang mendapat perlakuan model pembelajaran *shooting* dengan metode konvensional. Dengan demikian kedua kelompok tersebut sebelum diberi perlakuan merupakan kelompok yang sama. Apabila pada akhirnya terdapat perbedaan, maka hal ini disebabkan oleh pengaruh perlakuan yang diberikan. Pembagian kelompok dalam penelitian ini dengan cara *ordinal pairing*. Adapun pembagian kelompok secara *ordinal pairing* menurut Sutrisno Hadi (2010: 485) sebagai berikut:



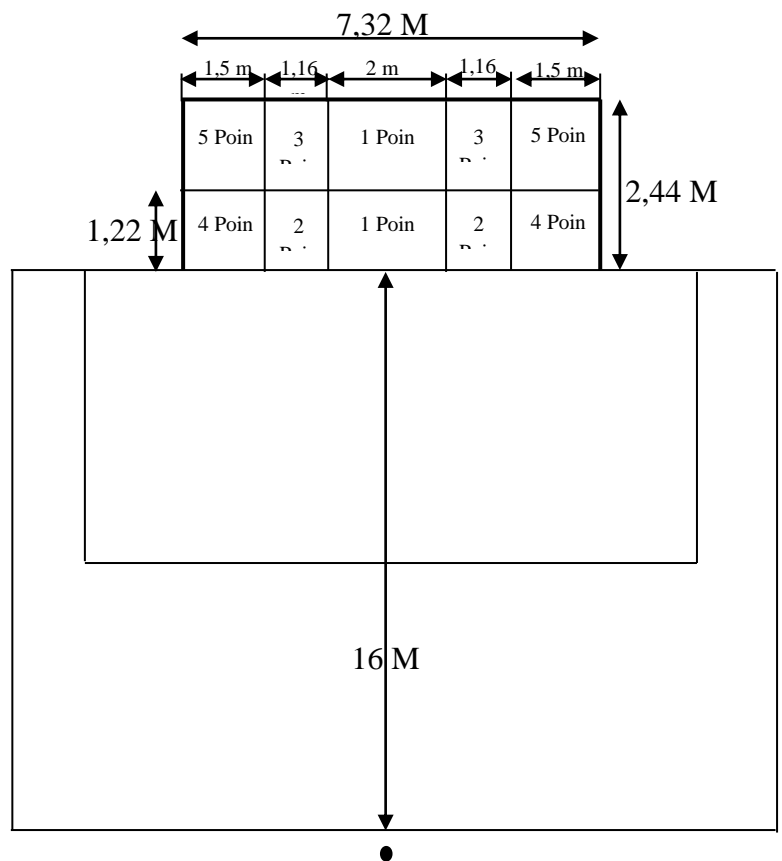
Gambar 2. Pembagian Kelompok dalam Eksperimen

Pembagian kelompok dalam eksperimen ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan metode *visual auditory kinesthetic* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun.

Penelitian ini dilakukan oleh penulis pada siswa SSB Indonesia Muda Sragen Kelompok Umur 15 dan 16 Tahun. Hal ini dilakukan karena SSB Indonesia Muda Sragen mempunyai budaya disiplin dalam permainan sepakbola serta mempunyai prestasi yang cukup baik di Solo Raya. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juni-September 2018. Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah siswa di SSB Indonesia Muda Sragen Kelompok Umur 15 dan 16 Tahun yang berjumlah 57 orang. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *random sampling*, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan secara acak. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah siswa di SSB Indonesia Muda Sragen

yang aktif mengikuti latihan, pada kelompok umur 15 tahun yang berjumlah 18 siswa dan pada kelompok umur 16 tahun yang berjumlah 18 siswa.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode tes. Tes yang dipakai dalam penelitian ini adalah dengan tes kemampuan memasukkan bola ke dalam gawang dengan menggunakan kaki terkuat. Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan menembak atau memasukkan bola ke dalam gawang. Skema tes adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Pembagian Wilayah Skoring (Danny Mielke, 2011: 76)

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh

penggunaan metode *visual auditory kinesthetic* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun. Dalam menganalisis data yang diperoleh, penulis menggunakan metode analisa dan statistik dengan tehnik t test, sebab t test adalah satu-satunya alat paling efisien untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan antara dua vareabel.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan kurang lebih dalam waktu 1 bulan di SSB Indonesia Muda Sragen, dengan melibatkan 36 siswa yang aktif mengikuti latihan. Pengambilan pre-test atau tes awal pada tanggal 26 Agustus 2018 dan posttest atau tes akhir pada tanggal 29 September 2018, sedangkan proses latihan dilakukan pada hari Selasa, Kamis, Sabtu dan Minggu Pagi yang dimulai tanggal 28 Agustus 2018 hingga tanggal 27 September 2018 sebanyak 18 kali latihan.

Berdasarkan data hasil penelitian, sebagian besar siswa mengalami peningkatan dalam tes ketepatan tendangan *shooting*. Hal ini dapat dilihat bahwa sebagian besar siswa memiliki skor selisih yang besar. Skor selisih tersebut diperoleh dengan mengurangkan skor *post-test* dengan skor *pre-test*. Berdasarkan data dari 36 anak, terdapat 5 anak yang tidak mengalami peningkatan ketepatan *shooting* yang cukup berarti setelah melakukan 18 kali *treatment*.

Hasil *pretest* ketepatan *shooting* pada siswa SSB Indonesia Muda Sragen sebelum diberikan *treatment* diketahui bahwa pada kelompok eksperimen diketahui bahwa nilai rata-rata adalah 59,56; adapun pada kelompok kontrol diperoleh nilai rata-rata sebesar 59,33. Hasil perhitungan ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan *treatment* kemampuan siswa SSB Indonesia Muda Sragen dalam melakukan *shooting* tidak jauh berbeda, hal ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa SSB Indonesia Muda Sragen dalam melakukan *shooting* cukup berimbang.

Hasil *posttest* ketepatan *shooting* pada siswa SSB Indonesia Muda Sragen sesudah diberikan melakukan 18 kali *treatment* diketahui bahwa pada kelompok eksperimen diketahui bahwa nilai rata-rata adalah 80,67; adapun pada kelompok kontrol diperoleh nilai rata-rata sebesar 75,56. Hasil perhitungan ini menunjukkan bahwa sesudah diberikan melakukan 18 kali *treatment* kemampuan siswa SSB Indonesia Muda Sragen dalam melakukan *shooting* mengalami peningkatan yang cukup pesat.

Hasil Pengujian Hipotesis

Setelah data hasil penelitian memenuhi syarat analisis, maka data dapat dilanjutkan ke tahap analisis untuk menguji hipotesis. Penelitian ini menggunakan 2 hipotesis yaitu H_a dan H_o . H_a menyatakan bahwa “Terdapat pengaruh penggunaan metode *visual auditory kinesthetic* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen

kelompok umur 15 dan 16 Tahun”, sedangkan H_0 menyatakan “Tidak terdapat pengaruh penggunaan metode *visual auditory kinesthetic* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun”. Untuk melakukan pembuktian terhadap H_a , maka terlebih dahulu harus diajukan H_0 . Hal ini dimaksudkan agar pembuktian hipotesis tidak terpengaruh dari pernyataan H_a . Suatu variabel dikatakan memiliki pengaruh, jika H_0 ditolak ($p < 0,05$). Sedangkan, H_0 diterima jika p lebih besar dari 0,05.

		t-test for Equality of Means		
		t	df	Sig. (2-tailed)
Hasil Uji Postest	Equal variances assumed	3.091	34	.004
	Equal variances not assumed	3.091	32.488	.004

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji beda (uji t) menunjukkan bahwa *besarnya* nilai t_{hitung} adalah 3,091 dengan nilai signifikansi 0,004 atau $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Penggunaan uji t dengan menggunakan *equal variance assumed* menunjukkan bahwa kedua varian adalah berbeda (varian pre-test dan post-test adalah berbeda). Dengan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran dengan menggunakan metode *visual auditory kinesthetic* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun.

PEMBAHASAN

Menembak bola atau *shooting* bola adalah salah satu teknik yang terdapat pada permainan sepakbola. Gerak dasar menembak bola atau *shooting* bukan merupakan gerakan yang mudah. Hal ini disebabkan karena pada waktu melakukan gerakan tersebut pemain harus mempunyai penguasaan teknik dasar menembak bola atau *shooting* dengan baik dalam arti pemain dapat melakukan gerak dasar menembak bola atau *shooting* dengan baik dan benar (Sofyan, 2014: 1). Oleh karena itu maka perlu upaya untuk meningkatkan penguasaan gerak dasar menembak bola atau *shooting* dan pembelajaran secara baik dan benar salah satunya dengan melalui latihan.

Siswa pada umumnya belajar melalui *visual* (apa yang dapat dilihat atau diamati), *auditory* (apa yang dapat didengar) dan *kinesthetic* (apa yang dapat digerakkan atau dilakukan) sehingga mereka memerlukan suatu model atau metode tertentu yang dapat memenuhi gaya belajarnya. Salah satu model pembelajaran yang dapat digunakan adalah model pembelajaran *visual auditory kinesthetic* (VAK). Menurut DePorter (2014: 123) model pembelajaran VAK memfokuskan pembelajaran pada pemberian pengalaman belajar secara langsung (*direct experience*) dan menyenangkan. Pengalaman belajar secara langsung seperti: belajar dengan melihat (*visual*), belajar dengan mendengar (*auditory*), dan belajar dengan gerak dan praktik (*kinesthetic*). Pembelajaran berlangsung efektif dan efisien jika

memperhatikan ketiga gaya belajar siswa. Hal ini sesuai dengan pendapat Russel (2011: 40) menjelaskan model pembelajaran VAK yaitu suatu model pembelajaran dengan memanfaatkan potensi/gaya belajar yang dimiliki siswa dengan cara melatih dan mengembangkannya secara optimal gaya belajar siswa agar hasil belajar meningkat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa besarnya nilai t_{hitung} adalah 3,091 dengan inlai signifikansi 0,004 atau $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Penggunaan uji t dengan menggunakan *equal variance assumed* menunjukkan bahwa kedua varian adalah berbeda (varian pre-test dan post-test adalah berbeda). Dengan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran dengan menggunakan metode *visual auditory kinesthetic* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun.

Hasil penelitian dari Lestari (2011) dan Apriyanti (2014) menyatakan bahwa model pembelajaran *visual auditory kinesthetic* berpengaruh terhadap hasil belajar dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Model pembelajaran *visual auditory kinesthetic* mempunyai kelebihan diantaranya adalah pembelajaran akan lebih efektif, karena mengkombinasikan ketiga modalitas, mampu melatih dan mengembangkan potensi peserta didik yang telah dimiliki oleh pribadi masing-masing, memunculkan suasana belajar yang lebih baik, menarik dan efektif, memberikan pengalaman langsung kepada peserta didik,

mampu melibatkan peserta didik secara maksimal dalam menemukan dan memahami suatu konsep melalui kegiatan fisik, seperti: demonstrasi, percobaan, observasi, dan diskusi aktif, mampu menjangkau setiap gaya pembelajaran peserta didik dan peserta didik yang memiliki kemampuan bagus tidak akan terhambat oleh peserta didik yang lemah dalam belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh maka dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh pembelajaran dengan menggunakan metode *visual auditory kinesthetic* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* di SSB Indonesia Muda Sragen kelompok umur 15 dan 16 Tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa besarnya nilai t_{hitung} adalah 3,091 dengan inlai signifikansi 0,004 atau $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Penggunaan uji t dengan menggunakan *equal variance assumed* menunjukkan bahwa kedua varian adalah berbeda (varian pre-test dan post-test adalah berbeda).

Hasil *posttest* ketepatan *shooting* pada siswa SSB Indonesia Muda Sragen sesudah diberikan melakukan 18 kali *treatment* diketahui bahwa pada kelompok eksperimen diketahui bahwa nilai rata-rata adalah 80,67; adapun pada kelompok kontrol diperoleh nilai rata-rata sebesar 75,56. Hasil perhitungan ini menunjukkan bahwa sesudah diberikan melakukan 18 kali *treatment* kemampuan siswa SSB Indonesia Muda Sragen dalam

melakukan *shooting* mengalami peningkatan yang cukup pesat.

Berdasarkan keterbatasan penelitian di atas, peneliti menyarankan bagi pelatih pada penelitian ini dapat digunakan sebagai refleksi dan sumber referensi saat memberikan rencana pelaksanaan pembelajaran sehingga dalam pembelajaran permainan sepakbola di SSB Indonesia Muda Sragen dapat terlaksana dengan baik. Pelatih sebaiknya mampu memilih materi pembelajaran atau program latihan dengan tahapan yang tepat. Bagi pengelola SSB penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk pengembangan penelitian selanjutnya. Peneliti berharap penelitian berikutnya yang sejenis dapat menghasilkan penelitian yang lebih menggambarkan keadaan yang sebenarnya. Kemudian dari hasil penelitian ini dapat diadakan evaluasi serta pelatihan, agar penelitian yang telah dibuat memberikan sumbangan terhadap SSB dalam mengembangkan berbagai penelitian yang dapat dipahami secara luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyani. 2014. *Penggunaan Model Pembelajaran Visual Auditori Kinestetik (VAK) terhadap Peningkatan Hasil Belajar Siswa Matematika Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Pringsewu Timur Tahun Pelajaran 2013/ 2014*. Yogyakarta: UNY.
- Danny Mielke. 2012. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Surabaya : Pakar Raya.
- DePorter, Bobbi. 2014. *Quantum Learning Membiasakan Belajar Nyaman Dan Menyenangkan*. Bandung: Kaifa.
- Hadi, Sutrisno. 2010. *Metodologi Research Jilid 3*. Yogyakarta : Andi.
- Hamzah. 2015. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan dengan Kemampuan *Shooting* dalam Permainan Sepakbola Atlet Klub Persih FC Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir. *Jurnal Olahraga Indragiri*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
- Lestari, Reni Dwi. 2011. *Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran VAK (Visual, Auditori, Kinestetik) Terhadap Hasil Belajar IPA Kelas III SDN Tanjungrejo 2 Malang* (Online). <http://library.um.ac.id/free-contents/new-karyailmiah/detail.php/52457.php>. Diakses tanggal 15 Mei 2018
- Russel, Lou. 2011. *The Accelerated Learning Fieldbook*. Bandung: Nusa Media Bandung.
- Sofyan, Andri. 2014. Upaya Meningkatkan Gerakan Dasar *Shooting* dalam Permainan Sepakbola dengan Alat Bantu. *Jurnal*. Fakultas Kepeleatihan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung, Bandar Lampung.