
SMALL-SIDED GAMES SEBAGAI SARANA UNTUK MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Komarudin

Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Kolombo No.1, Karangmalang Yogyakarta 55281

email: koma_rudin@yahoo.com

Abstract

Small-sided soccer games are a form of exercise or activity by using football game field size smaller than the actual size of a football field. With the hope of playing football hone skills both individually and team. In small-sided games can be inserted to the students in the form of the values of cooperation, problem-solving skills in the face of pressure, and the ability to make decisions quickly and appropriate so that team goals or groups can be achieved according to expectations this together. This writing tries to *explain* how noble values in the sport of soccer to teach children at an early age through the method of small-sided games. With hope we teach the importance of making the right decisions through fun games.

Keywords: Small-Sided Games, Decision-Making, Soccer.

Abstrak

Small-sided games sepakbola merupakan sebuah bentuk latihan atau aktivitas permainan sepakbola dengan menggunakan ukuran lapangan yang lebih kecil dari ukuran lapangan sepakbola yang sesungguhnya. Dengan harapan akan mengasah keterampilan bermain sepakbola baik secara individu maupun tim. didalam small-sided games dapat disisipkan ke anak didik yang berupa nilai-nilai kerjasama, kemampuan menyelesaikan masalah saat menghadapi tekanan, dan kemampuan mengambil keputusan dengan cepat dan tepat guna sehingga tujuan tim atau kelompok dapat tercapai sesuai harapan bersama. Tulisan ini mencoba mengupas bagaimana nilai-nilai luhur di dalam olahraga sepak bola di ajarkan ke anak sejak usia dini melalui metode small-sided games. Dengan harapan kita mengajarkan pentingnya pengambilan keputusan yang tepat melalui permainan-permainan yang menyenangkan.

Kata kunci: Small-sided games, pengambilan keputusan, sepakbola

PENDAHULUAN

Beberapa saat yang lalu seringkali kita mendengar tentang tekanan yang akan semakin berat dalam mengarungi kehidupan di masa-masa mendatang. Dunia akan semakin kompetitif dalam segala hal, terutama pada generasi anak cucu kita nantinya. Dan disadari atau tidak, saat ini kita sedang mengantarkan anak-anak kita ke masa depan yang penuh dengan stress dan konflik. Orang tua dan guru memiliki tanggung jawab untuk menjadi teladan dan mengajarkan keterampilan yang akan memungkinkan anak-anak kita menjadi produktif, lapang dada, sehat, dan di atas segalanya:

tangguh. Dalam hal ini kemampuan anak dalam membuat suatu keputusan penting di tengah tekanan yang bertubi-tubi akan menentukan sukses anak tersebut di masa mendatang. Kemampuan dalam pengambilan keputusan pada anak harus dilatih sejak usia dini. Kemampuan ini juga ikut menjadi penentu anak dapat memiliki jiwa kepemimpinan dan meraih sukses di masa depan

Sementara itu, manusia memiliki harga diri, dan harga diri adalah perkiraan yang realistis kemampuan anda sendiri dan layak. Orang dengan harga diri yang tinggi yang produktif, responsif, imajinatif, dan penuh perhatian terhadap kebutuhan orang lain.

Dorong anak Anda untuk mengembangkan bakat dan minat alami mereka. Mengatur mereka untuk sukses. Memberdayakan mereka untuk menjadi lebih bertanggung jawab. Saat ini terjadi, maka anak akan memiliki karakter yang kuat di masa mendatang. Karena karakter yang kuat akan membuat anak menjadi generasi yang hebat di masa mendatang.

Seringkali orang tua menjadi pengambil keputusan buat anak karena dianggapnya anak belum tahu apa-apa. Padahal, sejak kecil anak justru harus dilatih memilih sendiri karena merupakan bekal dalam mengambil keputusan penting saat dewasa kelak. Apabila si kecil tak pernah dilatih memilih sendiri, kelak ia akan sulit dalam mengambil keputusan-keputusan yang lebih besar. Karena ia tak pernah merasa yakin dengan kemampuannya, ragu pada dirinya, dan tak pernah bisa mengambil inisiatif. Penghargaan pada dirinya jadi kurang karena ia tak yakin dirinya sebenarnya mampu.

Tentunya keadaan demikian akan mempengaruhi kariernya kelak. Bila di tempat kerjanya nanti ia mempunyai atasan yang bisa memahaminya, mungkin tidak masalah, tetapi kalau ia ketemu atasan yang menuntutnya harus bisa mengambil keputusan dengan cepat, maka keadaan ini akan mempengaruhi prestasi kerjanya. Bisa-bisa ia tak pernah dipromosikan untuk menduduki jenjang karier lebih tinggi, sehingga kariernya pun tak berkembang. Dalam pergaulan dengan teman-teman, ia akan selalu mengekor pendapat temannya terus, tak pernah berinisiatif secara spontan; apa-apa terserah pendapatnya. Kalau terus-menerus begitu, teman-temannya pun, akhirnya juga akan jengkel, dan dianggab plinplan. Jadi, perkembangan konsep dirinya pun akan semakin negatif karena ia selalu menganggap dirinya rendah atau kurang.

Sepakbola digemari berbagai kalangan masyarakat dari kalangan bawah, menengah, sampai kalangan atas, itu yang menyebabkan populernya olahraga sepakbola di dunia. Olahraga ini membutuhkan kerjasama antar pemain yang kompak dalam permainan dan semua pemain harus mengeluarkan seluruh kemampuan terbaiknya untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam setiap pertandingan yang tentunya didukung dengan kemampuan teknik pemain/atlet, tentu dengan didukung latihan yang serius dan sungguh-sungguh. Peran pelatih sangat

dominan dalam membentuk atlet menjadi pemain yang profesional dan mempunyai teknik, fisik, dan mental bertanding yang tangguh.

Permainan sepakbola 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 (Clive Gifford, 2002: 11). Kerjasama antar pemain dalam permainan sepakbola sangat membutuhkan kekompakan dan saling mengimbangi satu sama lain. Setiap pemain harus mengeluarkan semua kemampuan yang dimiliki agar dapat menampilkan suatu performa yang baik dalam pertandingan. Inti dari permainan ini adalah berusaha menguasai bola dan memasukkan ke dalam gawang lawan sebanyak mungkin dan berusaha agar tidak kemasukkan bola.

Hal tersebut yang menunjukkan bahwa sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia sampai saat ini. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan sepakbola modern yang sangat digemari banyak orang, tua-muda, anak-anak bahkan wanita. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat pada akhir-akhir ini banyak mempengaruhi perkembangan sepakbola. Permainan sepakbola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisi waktu luang akan tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal.

Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus disertai pengawasan dan bimbingan pelatih yang profesional. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan kedua tangannya di daerah tendangan pinalty.

Banyak hal-hal positif yang terdapat di dalam permainan sepakbola dan bisa di aplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Diantaranya adalah, kerjasama, sikap saling menghargai, selalu waspada, dan mampu memiliki kemampuan dalam pengambilan keputusan yang cepat dan tepat. Nilai-nilai yang positif tersebut diatas dapat diturunkan kepada anak melalui pembelajaran sepakbola di sekolah-sekolah.

SMALL SIDED GAMES DAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN

Small-sided games merupakan salah satu latihan dalam cabang olahraga sepakbola yang menurut makalah yang dikeluarkan oleh *West Contra Costa Youth Soccer League (WCCYSL)* (2003: 1) adalah “bentuk permainan dengan jumlah pemain kurang dari 11 pemain dalam satu lapangan tanpa penjaga gawang. Ukuran lapangan maksimal 30 X 40 yards”. 30 X 40 yards sama dengan 27,522 X 36,697 meter. Untuk membatasi area (daerah) dapat digunakan pembatas (*cones*) sebagai media yang menentukan besar-kecilnya ukuran lapangan sesuai kebutuhan daerah latihan untuk pembelajaran, misalnya dengan ukuran 10x10 meter (Griffin, Linda L, dkk, 1997: 20).

Ada beberapa keuntungan yang dapat diperoleh dengan menggunakan latihan *small-sided games*, yaitu: (1) Sentuhan terhadap bola lebih banyak; (2) Waktu untuk bermain lebih banyak; (3) Dapat meningkatkan keterampilan (*skill*); (4) Lebih banyak mengambil keputusan dalam suatu permainan; (5) Banyak memainkan bertahan dan menyerang; (6) Keterlibatan pemain dalam permainan lebih banyak; (7) Dapat meningkatkan kondisi fisik (WCCYSL, 2003:1).

Untuk dapat menerapkan latihan *small-sided games* diperlukan pemahaman yang benar mengenai dosis latihan yang akan diberikan. Untuk tiap kelompok usia, tentu saja dosis yang diberikan akan berbeda, hal itu mengacu pada kemampuan tubuh yang berbeda-beda sesuai dengan usianya. Menurut *US Youth Soccer* (2003: 11) dosis latihan untuk tiap kelompok usia dan kesesuaian durasi latihan dan jumlah set yang dilakukan, digambarkan sebagai berikut:

Tabel 1. Dosis Latihan *Small-Sided Games* Menurut Kelompok Usia.

Periode Usia Latihan	Durasi	Jumlah Set	Recovery
8 sampai 14 tahun	2 menit	3-5 set	3 menit
15 sampai 19 tahun	4 menit	5-8 set	5 menit
20 tahun ke atas	5 menit	9-10 set	6 menit

Menurut Ganesha Putera (2004: 12) latihan *small-sided games* merupakan suatu latihan yang

berkembang, dengan menyajikan situasi permainan yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik sekaligus. Latihan *small-sided games* lebih banyak menerapkan secara langsung latihan fisik, teknik, dan taktik dalam sebuah permainan (*games*), yang berarti pemain dituntut untuk menghadapi situasi tekanan seolah-olah dalam situasi permainan yang sesungguhnya.

Penerapan latihan *small-sided games* dalam proses latihan keterampilan dipandang mampu memberikan peningkatan penguasaan pelatihan yang lebih efektif, karena dengan menggunakan kotak-kotak latihan yang berukuran kecil, dan dilakukan oleh beberapa orang pemain akan mudah diawasi oleh pelatih Luxbacher Joseph A. (1997:14). *Small-sided games* juga merupakan suatu latihan yang menyenangkan untuk olahraga permainan dengan pemanfaatan latihan fisik dan teknik dalam bentuk permainan dengan ukuran yang diperkecil ukurannya dengan jumlah pemain yang dibatasi pada ukuran tersebut. Bentuk dan ukuran lapangan didesain pada ukuran tertentu, dan pemain yang terlibat latihan dalam jumlah tertentu, sehingga pelatih akan mampu melihat, mengobservasi dan memberikan koreksi atau evaluasi secara detail terhadap kesalahan yang terjadi.

Small-sided games adalah adalah permainan sepak bola dengan pemain lebih sedikit bersaing di lapangan berukuran kecil. Ini adalah permainan menyenangkan yang melibatkan pemain lebih karena pemain sedikit berbagi satu bola. Segala usia bisa bermain “*small sided games*”, tetapi memiliki dampak pembangunan pasti pada pemain muda kami sepak bola. (<http://www.usyouthsoccer.org/coaches/SmallSidedGames/>) mengapa bermain game sisi kecil? (dari USYouthSoccer): (1) Karena pemain dapat menyentuh bola lebih sering dan menjadi lebih terampil (pengembangan teknis individu); (2) Karena dapat membuat sepak bola lebih banyak, kurang-rumit keputusan selama pertandingan (pengembangan taktis); (3) Karena pemain sepak bola dapat menjadi lebih efisien dalam fisik ruang bidang yang mereka bermain (ukuran lapangan dikurangi); (4) Karena untuk para pemain sepak bola dapat memiliki waktu mengajar lebih individual dengan pelatih Kurang pemain di lapangan dan pemain kurang pada tim akan menjamin ini (perlu

merasa layak dan perlu untuk merasa penting); (5) Karena para pemain sepak bola untuk memiliki lebih, melibatkan waktu bermain dalam permainan (lebih banyak kesempatan untuk memecahkan masalah yang hanya menyajikan permainan); (6) Karena untuk memiliki lebih banyak kesempatan untuk bermain di kedua sisi bola (lebih banyak eksposur untuk menyerang dan membela situasi); (7) Karena untuk memiliki lebih banyak kesempatan untuk mencetak gol (kegembiraan murni).

Pemain sepakbola memerlukan kecakapan bermain sepakbola yang baik untuk dapat menampilkan permainan sepakbola yang baik dan indah dilihat. Baik dari segi taktik maupun teknik saat menghadapi suatu pertandingan. Untuk memberikan latihan teknik pada siswa-siswa sangat diperlukannya suatu kreativitas yang tinggi. Untuk itu diperlukan sebuah latihan yang tidak menjemukan untuk meningkatkan kecakapan bermain siswa. Menurut Ganesha Putera (2004: 12) latihan *small-sided games* dapat digunakan dalam proses latihan peningkatan daya tahan aerobik dalam permainan sepakbola karena dalam latihan *small-sided games* mencakup aspek teknik, taktik, dan fisik sekaligus. Latihan *small-sided games* merupakan suatu latihan yang hampir sama dengan permainan yang sesungguhnya. Latihan ini memasukkan unsur permainan dalam proses pelaksanaannya, oleh karena itu latihan ini sangat cocok untuk anak-anak atau pemula. Dengan latihan ini anak-anak tidak akan mudah bosan ataupun jenuh. Dengan mengetahui jenis atau latihan *small-sided games*, maka pendidik dapat membuat suatu perencanaan pengajaran menggunakan latihan *small-sided games* yang tepat untuk anak.

Bermain adalah aktivitas utama anak-anak. Bermain adalah kebutuhan esensial, yang secara alamiah berada dalam tubuh semua anak. Sehingga tujuan utama dari pendidikan sepakbola di sekolah adalah mengenalkan anak-anak kepada sepakbola dan mengajak mereka untuk memulai berlatih sepakbola melalui bermain, Harsono. (1988: 36). Sepakbola lewat *small-sided games*, di lapangan kecil, menyasar semua kebutuhan tersebut. Di lapangan kecil, disesuaikan dengan baik terhadap kapasitas fisik, para pemain muda bisa bersentuhan

dengan bola lebih sering dan belajar mengontrol serta menggunakan bola.

Small sided games sangat bermanfaat bagi anak, banyak penelitian dan observasi telah dilakukan untuk menunjukkan bahwa anak-anak mendapatkan kesenangan dan belajar lebih banyak dan bermain dalam *small-sided games* dengan aturan yang disesuaikan. Mereka bisa lebih sering menyentuh bola, belajar lebih cepat dan harus membuat keputusan-keputusan selama pertandingan atau permainan berlangsung. Hal ini disebabkan mereka akan terus berkonsentrasi dan berfikir terus menerus, karena bola selalu berada di dekat mereka. Di dalam *small-sided games*, ruangan yang dipersempit akan memunculkan situasi-situasi dimana anak akan menemui banyak masalah yang harus di pecahkan, baik secara individu maupun secara kelompok. Situasi inilah yang bisa dimanfaatkan oleh pendidik untuk bisa memasukkan nilai-nilai pentingnya anak untuk mampu mengambil keputusan agar mampu menyelesaikan masalah yang muncul di lapangan saat permainan berlangsung. Pendidik dapat menghentikan permainan sementara dan memberikan penjelasan kepada anak, agar anak semakin memahami tujuan latihan atau permainan tersebut.

Pengambilan keputusan dapat dianggap suatu hasil atau keluaran dari proses mental atau kognitif yang membawa pada pemilihan suatu jalur tindakan diantara beberapa alternatif yang tersedia. Setiap proses pengambilan keputusan adalah final (wikipedia.com: 2012). Finalisasi hasil keputusan yang telah diambil, akan memunculkan sebuah perubahan setelah keputusan yang diambil tersebut dilaksanakan. Namun, dalam pengambilan keputusan hendaknya berhati-hati, karena pengambilan keputusan yang salah di dalam kehidupan ini akan bisa menjerumuskan dan menghancurkan kehidupan. Hal ini harus di edukasikan kepada anak sejak usia dini, karena kemampuan seseorang dalam memutuskan sesuatu akan membawa orang tersebut mampu memperoleh kesuksesan di masa mendatang.

Pengambilan keputusan yang tepat adalah ciri dari seorang pemimpin yang tepat di masa mendatang. Dibutuhkan ketenangan saat menilai

sebuah masalah, jeli dalam mengambil resiko, dan tegas serta komitmen saat melaksanakan hasil keputusan. Menurut Herbert A, ada tiga tahapan pokok dalam pengambilan keputusan: (1) Penyelidikan: mempelajari lingkungan atas kondisi yang memerlukan keputusan; (2) Perancangan : mendaftar, mengembangkan, dan menganalisis arah tindakan yang mungkin; (3) Pemilihan: memilih arah tindakan terbentuk dari semua yang ada. Dari ketiga hal diatas, masih dibutuhkan kebijaksanaan dalam mengambil sebuah keputusan. Keputusan yang nantinya dilaksanakan bersama hendaknya selalu mengutamakan kemaslahatan orang banyak. Ketiga hal diatas juga harus dikenalkan ke anak sejak dini, karena membiasakan anak untuk mempelajari masalah, menganalisis masalah, serta memilih arah atau sikap akan membuat anak terbiasa dalam menyelesaikan masalah. Sehingga tantangan yang berat di masa depan akan dapat dihadapi.

POLA LATIHAN SMALL SIDED GAMES

Di dalam sepakbola ada dua masalah yang harus diselesaikan, yang pertama yaitu menyerang untuk membobol gawang lawan dan yang kedua adalah bertahan sebaik mungkin agar lawan tidak mampu mencetak gol ke gawang kita. Dan kedua hal ini yang sangat disukai oleh anak-anak, kita akan melihat bagaimana anak akan sangat bergembira saat mereka mampu mencetak gol. Dan kita juga bisa melihat kebanggaan anak saat mampu menghalangi lawannya untuk mencetak gol. Saat anak melakukan permainan sepakbola 11vs11 akan sangat jarang sekali kita melihat kegembiraan dan kebanggaan anak tersebut, hal ini disebabkan ruangan yang terlalu besar saat bermain, sehingga anak akan terlihat mudah sekali kelelahan saat bermain sehingga akan kehilangan gairah.

Didalam *small-sided games* akan terlihat jauh berbeda, dengan konsep 5 vs 5 atau 7 vs 7 akan menunjukkan bahwa anak akan selalu bersentuhan dengan bola dan akan memiliki banyak peluang untuk mencetak banyak gol, dan mempertahankan gawang dari serangan bertubi-tubi dari lawannya. Di dalam *small-sided games* akan memunculkan anak yang memiliki visi lebih luas dalam hal kerjasama, memecahkan masalah,

serta membuat keputusan-keputusan penting yang akan menentukan keberhasilan timnya. Anak juga “dipaksa” untuk menghadapi tekanan dan masalah yang muncul akibat permainan yang dimunculkan tim lawan. Anak tidak bias sembunyi dari masalah, dan harus berusaha menyelesaikan masalah diawali dari kemampuan individunya, kemudian secara bersama dengan satu tim untuk bekerjasama menyelesaikan masalah yang sering muncul di permainan.

Aturan-aturan yang khusus juga boleh dimunculkan sebagai tantangan bagi anak saat bermain sepakbola di dalam *small-sided games*. Karena tantangan ini yang akan membuat anak akan lebih semangat dalam berlatih Sucipto, dkk. (2000:17). Dan sejatinya, tantangan adalah masalah yang harus diselesaikan dengan tuntas. Hal ini akan dengan sendirinya akan melatih anak dalam menyelesaikan sebuah masalah tanpa mereka sadari. Saat tantangan yang diberikan terlalu berat, pendidik atau pelatih dapat memberukan sedikit petunjuk dan memotivasi mereka untuk pantang menyerah dalam menghadapi masalah yang ada. Dan pendidik diharapkan untuk terus memberikan motivasi-motivasi agar anak teru semangat dalam menyelesaikan masalah.

Dalam *small-sided games*, ruangan yang sempit akan menuntut anak untuk berfikir dengan cepat. Karena, saat mereka terlalu lama berfikir, bola yang mereka kuasai akan dengan mudah direbut oleh lawannya. Pemberian pengertian untuk berfikir cepat dan segera mengambil keputusan yang tepat harus di tekankan oleh pendidik kepada siswa didiknya, dan diskusi antara pendidik dan siswa hendaknya sering dimunculkan, sehingga anak akan semakin termotivasi dan selalu menyenangkan permainan ini yang nantinya dengan sendirinya akan mengajarkan anak tentang bagaimana mengambil keputusan yang tepat untuk timnya. Dan apabila hal ini dilakukan secara terus menerus, maka anak akan membawa sikap seperti ini di kehidupan sehari-harinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Tantangan yang berat dimasa depan adalah tantangan kita semua sebagai orang tua, pendidik, atau pelatih untuk menyiapkan anak agar bias bersaing di masa depan. Memberikan bekal yang

banyak sejak usia muda akan mempermudah langkah anak kita nantinya. Penanaman hal-hal tersebut dapat ditanamkan lewat aktivitas olahraga usia dini. Dengan permainan-permainan, salah satunya adalah small-sided games sepakbola kita mengajak anak bermain namun dengan menanamkan nilai – nilai luhur sejak dini.

Dengan memberikan aturan-aturan khusus dalam bermain, anak akan terbiasa menyelesaikan masalah dan tantangan, terutama dengan hal pengambilan keputusan. Apabila anak terbiasa menyelesaikan masalah dengan kemampuan yang mereka miliki dan sudah terlatih menyelesaikannya sejak dini. Kita secara tidak langsung telah menyiapkan anak-anak dengan kualitas tahan banting untuk menghadapi masa depan yang keras ini.

REFERENSI

- Bompa, Tudor O. (1994). *Theory and Methodology of Training*. (terjemahan). Bandung: Program Pascasarjana Universitas Padjajaran Bandung.
- Compton, W.C. (2005). *An Introduction to Positive Psychology*. Belmont: Thomson Wadsworth.
- Crum, Bart. (2003). *Physical Education and School Sport and the Multifirmity of Movement Culture*. Proceeding International Conference on Sport and Sustainable Development September 2003 Yogyakarta. Hlm. 12-13.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Depdikbud. Jakarta: Ditjen P2LPTK.
- Kasiyo. (1993). *Dasar-Dasar Ilmiah Kepeleatihan*. (Pate dkk. Terjemahan). Semarang: IKIP Semarang Press.
- Luxbacher Joseph A. (1997). *Sepakbola Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Alih Bahasa Augusta Wibawa. Jakarta: PT. Rosda Jaya Putra.
- Prof. Ir. Sukandarrumidi, MSc., Ph.D. (2002). *Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Rusli Luthan & Amung Ma' mun. (2000). *Sosiologi Olahraga*. Jakarta: DEPDIKNAS Dirjen Dikdasmen.
- S. Margono. (1996). *Metodologi penelitian Pendidikan*. Semarang: PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Soedjono. (1995). *Sepakbola Usia dini*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Soeharno, HP. (1985). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Sumadi Suryabrata. (1988). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali.
- Sumadi Suryabrata. (2002). *Psikologi Pendidikan. Devisi Perguruan Tinggi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- United Nations.(2005). *International Year of Sport and Physical Education*. www.un.org/sport2005. Didownload pada tanggal 15 Januari 2013
- US Youth Soccer. (2012). *US Youth Soccer has thought long and hard about the answer to the question, "Why Small-Sided Games?"*. www.usyouthsoccer.org/coaches/SmallSidedGames/. Didownload pada tanggal 24 Januari 2013.
- Wikipedia. (2012). *Pengambilan Keputusan*. http://id.wikipedia.org/wiki/Pengambilan_keputusan. Didownload pada tanggal 5 April 2012.
- Wuest & Bucher. (1995). *Foundations of Physical Education and Sport*. Missouri: Mosby Dedicated to Publishing Excellence.