

PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN SEPAKBOLA BERBASIS *BLENDED LEARNING*

Muhammad Ishak Fatoni

Wasis D. Dwiyo

Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Malang

Email: mishakfatoni@gmail.com

Abstrak: Sepakbola merupakan sebuah olahraga permainan yang sudah dimainkan sejak lama di berbagai negara. Meskipun memiliki istilah yang berbeda, sepakbola memiliki tujuan yang sama yaitu permainan yang dimainkan oleh dua tim dan setiap tim berusaha memainkan bola kemudian menjaga bola agar tidak direbut oleh tim lawan dan setiap tim berusaha memasukkan bola ke dalam jaring atau gawang lawannya masing-masing. Pembelajaran yang selama ini diterapkan kurang memanfaatkan media pembelajaran, sehingga pembelajaran yang terjadi masih berpusat pada pendidik. Tujuan dari penelitian yang dilakukan adalah mengembangkan pembelajaran sepakbola berbasis *blended learning* yang dapat menambah wawasan siswa dalam meningkatkan ketrampilan sepakbola.

Kata kunci: Sepakbola, Pembelajaran, dan *blended learning*.

PENDAHULUAN

Olahraga sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang setelah berolahraga. Dalam kehidupan modern saat ini manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga baik sebagai salah satu pekerjaan khusus, sebagai tontonan, rekreasi, mata pencaharian, kesehatan maupun budaya. Olahraga juga menjadi salah satu materi dalam dunia pendidikan, masuknya olahraga atau pendidikan jasmani dalam dunia pendidikan salah satunya adalah untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dengan berbagai macam bidang olahraga yang dimiliki. Melalui pendidikan jasmani yang dilakukan, tidak hanya kebugaran secara jasmani saja yang dimiliki melainkan pengembangan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, mental, serta emosional seseorang akan menjadi lebih baik.

Dari beberapa cabang olahraga yang ada, yang menjadi salah satu cabang yang banyak diminati saat ini adalah cabang olahraga sepakbola. Sepakbola adalah permainan yang digemari banyak orang” (Danurwinda dkk, 2017:2). Tujuan dari permainan sepakbola adalah berusaha memasukkan bola ke dalam jaring atau gawang lawannya masing-masing untuk memperoleh skor. Menurut Sosrosoegondo (2014:15), sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat digemari dan merakyat.

Di dalam olahraga sepakbola terdapat beberapa teknik dasar sepakbola. Amiq (2016:6), mengemukakan bahwa dalam olahraga sepakbola terdapat beberapa teknik dasar sepakbola yang harus dipelajari antara lain “menendang (*shooting*), menghentikan atau mengontrol bola (*stoping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), mengumpan (*passing*), lemparan ke dalam (*throw in*), dan menjaga gawang (*goalkeeping*). Pembelajaran mengenai teknik dasar ini dapat diintegrasikan dengan teknologi agar dapat menciptakan pengalaman yang menarik bagi para siswa. Balmeo *et all* (2014:9) mengatakan “sumber belajar yang terintegrasikan dengan teknologi akan membantu tenaga pengajar terutama dalam pemilihan jenis media yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan pembelajaran dan tujuan intruksional.

Pada era modern seperti saat ini, pendidikan juga tidak lepas dengan teknologi modern yang dapat memudahkan sistem pembelajaran. Media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat serta perhatian siswa sedemikian rupa sehingga proses belajar terjadi (Sadiman,2014:7). Jadi, media yang diterapkan dalam pembelajaran sangatlah penting, karena dalam

Seminar Nasional Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,

Universitas Negeri Malang 2020

“INOVASI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI ERA BARU”

pemberian materi semakin kompleks untuk menjadi sumber belajar. Media sendiri dapat membantu atau memudahkan seorang guru dalam penyampaian materi secara teori maupun secara praktik. Pembelajaran yang menggabungkan pembelajaran konvensional dengan pembelajaran yang menggunakan media teknologi adalah metode belajar yang disebut dengan *blended learning*.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur, yaitu salah satu metode penelitian yang mengutamakan penelusuran pustaka, seperti buku. Selain itu juga dilakukan studi *literature* terhadap jurnal-jurnal penelitian yang ada untuk menjawab pertanyaan penelitian yang direview sesuai dengan permasalahan yang ada

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian dalam pengembangan pembelajaran berbasis *blended learning* dapat menjadi sumber belajar dan dapat menjadi pedoman pembelajaran untuk bisa meningkatkan ketrampilan sepakbola. Disisi lain, agar dapat memudahkan pengajar dalam menyampaikan materi yang disampaikan. *Blended Learning* merupakan metode belajar yang menggabungkan pembelajaran secara online dan offline. Menurut Dwiyo (2014:51) *blended learning* merupakan pembelajaran yang berlandaskan pada perkembangan teknologi saat ini dengan menggunakan tatap muka (*face to face*), *offline*, *online*, dan *mobile*.

Dari hasil penelitian ini diharapkan nantinya dalam pengembangan pembelajaran berbasis *blended learning* dapat menjadi sumber belajar dan dapat menjadi pedoman pembelajaran untuk bisa memahami materi dan meningkatkan keterampilan belajar sepakbola. Hal ini dibuktikan dengan penelitian oleh Papadakis (42:2016) yang menyebutkan “*that the nature of physical education as a school subject now entails the use of blended learning. We consider that the aspect of the subject that has to do with education, with cognition, may greatly benefit from suitably devised blended learning courses, in such a way as also to reinforce its other aspect, that of physical activity.*” Yang diartikan bahwa sifat pendidikan jasmani sebagai subjek sekolah sekarang memerlukan penggunaan pembelajaran terpadu. Kami menganggap bahwa aspek subjek yang berkaitan dengan pendidikan, dengan kognisi, dapat sangat bermanfaat dari program pembelajaran terpadu yang dirancang dengan tepat, sedemikian rupa untuk juga memperkuat aspek lainnya, yaitu aktivitas fisik.

Sedangkan Bersin (2004) mendefinisikan Blended learning sebagai: “*the combination of different training "media" (technologies, activities, and types of events) to create an optimum training program for a specific audience. The term "Blended" means that traditional instructor-led training is being supplemented with other electronic formats. In the context of this book, Blended learning programs use many different forms of learning, perhaps complemented with instructor-led training and other live formats*”. Yaitu mencampur atau mengkombinasi pelatihan tradisional yang dipimpin oleh satu instruktur dengan dilengkapi format pendukung lainnya yaitu buku, dan media *online* dan *offline*.

Slomanson (2014:93) *blended learning* merupakan suatu format kelas yang relevan adalah tatap muka, virtual, dan campuran, lingkungan kelas tradisional hanya tatap muka. Penelitian yang mendukung pembelajaran berbasis *blended learning* ini adalah penelitian dari penelitian *Blended learning* oleh Farrington (15:2014) “*the mixed methods small scale case study demonstrates that blended e-learning courses have the potential to generate positive change in participants understandings of and confidence towards end of life care. course participants evidenced more detailed and more holistic understandings of end of life care and greater confidence across a range of end of life core competencies*”. Yang diartikan bahwa metode campuran studi kasus skala kecil menunjukkan bahwa program e-learning gabungan memiliki potensi untuk menghasilkan perubahan positif dalam pemahaman dan kepercayaan peserta terhadap perawatan akhir kehidupan. peserta kursus terbukti pemahaman yang lebih rinci dan lebih holistik dari perawatan akhir kehidupan dan kepercayaan yang lebih besar di berbagai kompetensi inti akhir kehidupan. Peneliti yang lain menyebutkan *students overwhelmingly preferred the blended approach to more traditional course structure. well implemented blended learning approaches may have strong potential for improving*

student learning outcomes in health sciences course. Yang diartikan bahwa siswa sangat menyukai pendekatan campuran ke struktur kursus yang lebih tradisional. Pembelajaran terpadu yang diterapkan dengan baik mungkin memiliki potensi yang kuat untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam kursus ilmu kesehatan (Kiviniemi, 6:2014).

Vernadakis, Giannousi, Derri, Michalopoulos, dan Kioumourtzoglou (2011) menyatakan bahwa *“Blended learning is a mix of the traditional face-to-face and the on-line learning so that instruction occurs both in the classroom and on-line. It is essential to point out that the on-line component becomes a natural extension of the traditional classroom learning. It has been acknowledged that blended instruction, is an emerging trend and it is trying to give students the advantages of each method”*. Menurut Vernadakis dkk, *blended learning* adalah perpaduan tatap muka tradisional dan pembelajaran *online* sehingga intruksi terjadi keduanya, yaitu tatap muka di ruang kelas dan *online*.

Hasil dari beberapa penelitian Michalopoulos (441-442:2012) *“This research represents an initial attempt to measure student performance between blended and traditional course formats. Findings emanating from the study indicated that students who attended blended instruction had higher performance scores than those who attended traditional instruction. The survey results are in agreement with Gomez & Igado, who also argued that Web-based education and especially the blended learning environments have the potential to strengthen the core of teaching and learning, to provide the student higher learning but also have an impact in areas of daily living. This finding provides a persuasive argument to blended learning supporters that effective learning can also take place in a nontraditional or a blended learning environment. This finding is also consistent with other studies in the literature which indicated that student performance in blended courses was equivalent or slightly superior to traditional courses The approach of blended learning is an approach currently gaining more and more territory and recognition and thus appears as an alternative teaching practice that can be applied directly to assist students to improve their performance. Overall, the findings reinforce the view that a blended learning environment promotes student-centered learning by empowering students to take more responsibility for their learning and to increase the involvement and participation necessary for that learning”*.

Diartikan bahwa Penelitian ini merupakan upaya awal untuk mengukur kinerja siswa antara format kursus campuran dan tradisional. Temuan yang berasal dari penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menghadiri instruksi dicampur memiliki skor kinerja yang lebih tinggi daripada mereka yang menghadiri pengajaran tradisional. Hasil survei sesuai dengan Gomez & Igado, yang juga berpendapat bahwa pendidikan berbasis Web dan terutama lingkungan belajar terpadu memiliki potensi untuk memperkuat inti pengajaran dan pembelajaran, untuk memberikan siswa yang lebih tinggi belajar tetapi juga memiliki dampak di bidang kehidupan sehari-hari. Temuan ini memberikan argumen yang persuasif kepada pendukung pembelajaran campuran bahwa pembelajaran yang efektif juga dapat terjadi dalam lingkungan pembelajaran non-tradisional atau terpadu. Temuan ini juga konsisten dengan penelitian lain dalam literatur yang menunjukkan bahwa kinerja siswa dalam program campuran setara atau sedikit lebih tinggi daripada kursus tradisional.

Pendekatan pembelajaran campuran adalah pendekatan yang saat ini mendapatkan lebih banyak wilayah dan pengakuan dan dengan demikian muncul sebagai praktik pengajaran alternatif yang dapat diterapkan secara langsung untuk membantu siswa meningkatkan kinerjanya. Secara keseluruhan, temuan ini memperkuat pandangan bahwa lingkungan pembelajaran terpadu mempromosikan pembelajaran yang berpusat pada siswa dengan memberdayakan siswa untuk mengambil lebih banyak tanggung jawab untuk pembelajaran mereka dan untuk meningkatkan keterlibatan dan partisipasi yang diperlukan untuk pembelajaran itu. Penelitian tentang *blended learning* juga diterapkan oleh Wiesmann (7:2016) *“The internet-based blended-learning module as a combination of e-learning tutorials and live online lectures as applied in phase 3 of this study can be beneficial for academic learning as confirmed by successful completion of examinations and related university certification”*. Yang diartikan Modul pembelajaran terpadu berbasis internet sebagai kombinasi dari tutorial e-learning dan kuliah online langsung seperti yang diterapkan dalam

fase 3 dari studi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran akademis sebagaimana ditegaskan oleh keberhasilan penyelesaian ujian dan sertifikasi universitas terkait.

Penelitian dari McInerney (11:2016) *“Reflecting, using the Brookfield lenses, on the process of integrating e-Learning into an undergraduate curriculum considered the perspectives of the PM as a learner, the students’ experiences, the lecturer’s experiences and the contribution of BL theory. This process highlighted the key drivers of change and the outcomes evident of the contribution of BL to the stakeholders, leaving a strong sense of “there is no going back” among the lecturers and students of the DOT”*. Yang diartikan bahwa Mencerminkan, menggunakan lensa Brookfield, pada proses mengintegrasikan *e-Learning* ke dalam kurikulum sarjana mempertimbangkan perspektif PM sebagai pembelajar, pengalaman siswa, pengalaman dosen dan kontribusi teori BL. Proses ini menyoroti pendorong utama perubahan dan hasil nyata dari kontribusi BL kepada para pemangku kepentingan, meninggalkan rasa kuat "tidak ada jalan kembali" di antara para dosen dan mahasiswa DOT. Lain halnya, dankbaar (59:2017) *“that blended learning is as effective as class room based learning are consistents with systematic reviews in the general domain. blended learning anables adaption to the learner's knowledge level*. Yang diartikan bahwa pembelajaran terpadu sama efektifnya dengan pembelajaran berbasis pembelajaran terpadu adalah konsisten dengan tinjauan sistematis dalam domain umum. pembelajaran campuran anabel adaptasi ke tingkat pembelajar.

Berbeda halnya dengan Villanueva (9-10:2014) bahwa *“the findings from this suggest that a blended learning approach to teaching EBM promotoes greater student appreciation and increase in self confidence in using the EBM principles within the clinical seting. this direct application to the clinical environment provides an opportunity to bridge the gap between theory and practice*. Yang diartikan bahwa Temuan dari ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran campuran untuk mengajar EBM mempromosikan aplikasi siswa yang lebih besar dan meningkatkan kepercayaan diri dalam menggunakan prinsip-prinsip EBM dalam pengaturan klinis.

Penerapan langsung ini ke lingkungan klinis memberikan kesempatan untuk menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik. Lain halnya, dankbaar (59:2017) *“that blended learning is as effective as class room based learning are consistents with systematic reviews in the general domain. blended learning anables adaption to the learner's knowledge level*. Yang diartikan bahwa pembelajaran terpadu sama efektifnya dengan pembelajaran berbasis pembelajaran terpadu adalah konsisten dengan tinjauan sistematis dalam domain umum. pembelajaran campuran anabel adaptasi ke tingkat pembelajar.

Menurut (Graham dkk, 2013:4) penerapan *Blended Learning* (BL), kombinasi dari instruksi tatap muka dan teknologi yang dimediasi secara tradisional, meningkat dalam pendidikan tinggi di seluruh dunia. Penelitian lain dilakukan oleh Massoud et all (2011:11) *“Blended learning will assist in a smooth expansion of traditional synchronous learning augmentation with modern asynchronous learning, making instructions effective and helping students to get profound learning experiences”*. Yang artinya *Blended learning* akan membantu dalam perluasan pembelajaran tradisional yang sinkron dan beraugmentasi dengan pembelajaran modern, membuat instruksi efektif dan membantu siswa untuk mendapatkan pengalaman belajar yang mendalam. Menurut penelitian Alruwaih (2015:442-448) bahwa pendekatan *blended learning* menjadi pilihan yang lebih unggul dibandingkan dengan pembelajaran tradisional.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *blended learning* dapat diterapkan dalam bidang pendidikan jasmani. Dengan adanya pembelajaran berbasis *blended learning* pembelajaran tersebut sangat efektif dalam penyampaian materi guru kepada peserta didik. Selain itu, peserta yang serba dituntut untuk lebih mandiri, maka dengan pembelajaran *blended learning* semua akan teratasi untuk bisa mengakses pengetahuan apapun. Selain itu, penggunaan teknologi juga mendukung proses pembelajaran sehingga lebih efektif dan menarik minat siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Pada permainan sepakbola, ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai sebagai dasar untuk bisa bermain sepakbola. Beberapa teknik dasar sepakbola yang dapat dikuasai diantaranya, 1) Menghentikan bola (*Controlling*) Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola.

Menghentikan bola adalah menghadang bola yang melaju ke arah anda, baik dengan kepala, dada, paha, atau kaki anda (Koger, 2007:29). Dilihat dari perkenaan bagian badan, pada umumnya yang sering digunakan adalah menghentikan bola dengan kaki bagian dalam maupun kaki bagian luar. Tujuan menghentikan bola adalah untuk mengendalikan bola dan mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan untuk melakukan *passing*, 2) Mengumpan bola (*Passing*) mengumpan bola (*passing*) merupakan satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Karena dengan melakukan *passing* yang baik akan membuat pemain sepakbola lebih efisien dan baik. Koger (2007:19) menyatakan “ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu ke arah gawang tim lawan”.

Karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Karena dengan melakukan *passing* yang baik akan membuat pemain sepakbola lebih efisien dan baik. Koger (2007:19) menyatakan “ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu ke arah gawang tim lawan”. Pada saat melakukan *passing* dalam permainan sepakbola dibedakan menjadi beberapa macam, yaitu *passing* dengan kaki bagian dalam, *passing* dengan kaki bagian luar, dan *passing* dengan punggung kaki, 3) Menggiring bola (*dribbling*) Koger (2007:51) menyatakan “menggiring bola (*dribbling*) adalah metode menggerakkan bola dari satu titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki”. Kaki yang digunakan untuk menggiring bola yaitu kaki bagian dalam, kaki bagian luar, dan punggung kaki. Namun biasanya yang sering digunakan untuk menggiring bola pada saat bermain ialah menggunakan kaki bagian luar. Menggiring bola ini bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran atau gawang lawan, melewati lawan, dan menghambat permainan, 4) Menendang bola (*shooting*) Koger (2007:39) menyatakan bahwa “keahlian menyangkan bola ke gawang sangat penting untuk mencetak angka”. Menendang bola (*shooting*) penting dikuasai oleh pemain sepakbola, karena pemain dengan akurasi *shooting* yang baik akan mudah dalam mencetak angka melalui bola pelanggaran atau dari jarak jauh dari gawang lawan. *Shooting* kebanyakan dilakukan dengan perkenaan pada kaki bagian punggung kaki, 5) Lemparan ke dalam (*throw in*) lemparan ke dalam (*throw in*) merupakan satu-satunya teknik dasar pada permainan sepakbola yang menggunakan tangan pada saat bermain. Lemparan ke dalam digunakan untuk memulai lagi pertandingan apabila bola keluar melintasi garis pinggir (Koger, 2007:63). Lemparan ke dalam ini juga bisa menjadi serangan yang ampuh jika dilakukan dengan perhitungan yang baik, terutama jika terjadi di dekat pertahanan lawan, yaitu daerah kotak pinalti lawan. Cara melakukannya ialah dengan kaki berdiri tegak di luar garis lapangan ketika bola dilemparkan, bola diayunkan dari belakang kepala dan dilepas pada saat bola di atas kepala, 6) Menyundul bola (*heading*) teknik dasar ini satu-satunya teknik dasar yang menggunakan kepala. *Heading* juga bisa dimanfaatkan untuk mengoper bola kepada teman pada saat menerima bola melambung dan juga bisa digunakan untuk mencetak bola ke gawang lawan. Mu’arifin (2001:46) mengatakan “beberapa bukti empiris dari *event-event* pertandingan resmi tingkat dunia menunjukkan, bahwa banyak kemenangan yang diperoleh melalui sundulan kepala, atau beberapa pemain dijuluki “raja Udara” atau “kepala Emas” dikarenakan kepiawaiannya mencetak gol dengan sundulan kepala”. *Heading* bisa dilakukan dengan berdiri tegak, melompat, dan meloncat. Cara melakukan *heading* ialah pada saat bola datang, bergeraklah menghampiri bola. Jangan memejamkan mata anda, perkenaan bola yaitu tepat di bagian dahi agar kepala anda tidak sakit.

Kesimpulan

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis *blended learning* sangat fungsional pada semua aspek kegiatanbidang perkantoran maupun di dunia pendidikan. Khususnya apabila pembelajaran berbasis *blended learning* ini di terapkan pada pembelajaran sepakbola, karena sangat efektif apabila pembelajaran terpadu dari pembelajaran *online*, *face to face*, dan *offline*. Hal ini bisa meningkatkan kualitas belajar mahasiswa yang mengikuti pembelajaran sepakbola. Saran pemanfaatan *blended learning* diterapkan apabila sarana dan prasarana juga memadai, saran desiminasi pembelajaran diberikan sesuai kebutuhan yang dibutuhkan

pada pembelajaran yang ada, dan saran pengembangan lebih lanjut untuk bisa dilanjutkan pada subjek yang lebih luas.

DAFTAR RUJUKAN

- Alruwaih, M. E. 2015. Effect Of Blended Learning On Student's Satisfaction For Students Of The Public Authority For Applied Education And Training In Kuwait. *International Journal Science, Movement and Health*, 15 (2). (Online), (<http://www.analefefs.ro/analefefs/2015/i2s/pe-autori/v2/33.pdf>), diakses tanggal 9 September 2018.
- Amiq, F. 2016. *Sepak Bola*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Balmeo, M. L. et all. 2014. Integrating Technology in Teaching Students with Special Learning Needs in the SPED Schools in Baguio City. *The IAFOR Journal of Education*, 2 (2). (Online), (<http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1080370.pdf>), diakses tanggal 3 September 2018.
- Bersin, J. 2004. *The Blended Beaming Book: Best Bractices, Proven Methodologies, and Lessons Learned*. San Francisco: Pfeiffer.
- Dankbaar, M. 2017. *Serious games and blended learning effect on performance and motivation in medical education*. (online), diakses pada tanggal 8 september 2018 pukul 07.50 WIB. *Education* 64 (1). (Online). (<http://lealedweb.com>), diakses tanggal 9 September 2018.
- Farrington, C. J. T. 2014. *Blended learning and end of life care in nursing homes: small scale mixed method's case sudy*. (online), <http://www.biomedcentral.com/1472-684x/13/31>. Diakses pada tanggal 8 September 2018.
- Graham, Charles. 2012. A Framework For Institutional Adoption And Implementation Of Blended Learning In Higher Education. *Internet and Higher Education* 18 (4-14). (Online). (<http://dx.doi.org/10.1016/j.iheduc.2012.09.003>), diakses tanggal 9 September 2018.
- Kiviniem, M. T. 2014. *Effect of a blended learning approach on student outcome in a graduate level public health course*. (online), <http://www.biomedcentral.com/1472-6920/14/47>. Diakses pada tanggal 8 september 2018 pukul 07.35 WIB.
- Koger, R. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten: Macaan Jaya Cemerlang.
- Massoud, Ali et all. 2011. *Using Blended Learning to Foster Education in a Contemporary Classroom*. *Transformative Dialogues: Teaching & Learning Journal*, 5(2). (Online).
- McInerney, P. 2017. *The intregation of blended learning into an occupational therapy curriculum: a qualitative reflection*. (online), <http://www.DOI10.186/5/12919-017-0977-1>. Diakses pada tanggal 3 September 2018.
- Mu'arifin. 2001. *Materi Perkuliahan Sepakbola I*. Malang: Departemen Pendidikan Nasional Universitas Negeri Malang.
- Papadakis, S. 2016. *Blended learning in K-12 education: case study for teaching athletics in physical education*. (online), <https://www.researchgate.net/publication/303445/98>. Diakses pada tanggal 3 September 2018.
- Sadiman, A. S. 2014. *Media Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Slomansonv, William R. 2014. Blended Learning: A Flipped Classroom Experiment. *Journal of Legal*
- Sosroegondo, Soeratin. 2014. *Menentang Penjajahan Belanda Dengan Sepak Bola Kebangsaan*. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
- Vernadakis, Giannousi, Derri, Michalopoulos, dan Kioumourtzoglou. 2011. *The impact of blended and traditional instruction in students performance*. Greece. *Procedia Technology* 1 (2012) 439 – 443
- Villanueva, A. dkk. 2014. *Adopting a blended learning approach to teaching evidence based medicine: a mixed method study*. (online), <http://www.biomedcentral.com/1472-6920/13/169>. Dikases pada tanggal 8 september 2018 pukul 07.45 WIB.