

**PENGARUH LATIHAN SMALL SIDE GAME TERHADAP PENINGKATAN VO2MAX  
 PEMAIN SEPAKBOLA PERSISS**

**Arif Saputra<sup>1</sup>, Bafirman<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Negeri Padang, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Negeri Padang, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

[saputraarif216@gmail.com](mailto:saputraarif216@gmail.com), [bafirman@fik.unp.ac.id](mailto:bafirman@fik.unp.ac.id)

**Abstract**

The research problem is the lack of Max Persiss VII Koto Soccer Player, Sungai Sariaik, Padang Pariaman. The purpose of this study was to determine the Effect of Small Side Games Training on the Increase in Max Soccer Players of Persiss VII Koto Sungai Sariaik Padang Pariaman. This research belongs to the type of quasi experimental research. The population in this study were 24 football players Persiss VII Koto Sungai Sariaik Padang Pariaman. The sample in this study was drawn by purposive sampling technique, amounting to 20 people. The instrument in this study used the Yo-yo Intermittent Recovery Test to measure Max Soccer Players. In data analysis and hypothesis testing, comparative analysis techniques are used by using the mean difference test formula (t test) with a significant level  $\alpha = 0.05$ . From the data analysis, the results obtained: there is an effect of small side game training on the increase in Max Persiss VII Koto football player, Sungai Sariaik, Padang Pariaman, with the test coefficient "t", namely  $t_{count} = 6.49 > t_{table} = 1.729$ . Furthermore, based on the description of the pre-test and post-test data, Max Persiss VII Football Player Koto Sungai Sariaik Padang Pariaman was not the same before and after being given the small side game exercise. There was an increase in Max's average after being given the small side game exercise, from 47.62 ml / min / Kg in the moderate category (fair) to 49.03 ml / min / Kg in the good category (good)

**Keywords:** Small Side Games Exercise, Max Increase, Soccer.

**Abstrak**

Masalah penelitian adalah kurangnya Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariaik Padang Pariaman. Penelitian bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan Small Side Games terhadap Peningkatan Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariaik Padang Pariaman. Penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen. Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariaik Padang Pariaman berjumlah 24 orang. penelitian ini ditarik dengan teknik purposive sampling dengan jumlah 20 orang. dalam penelitian ini menggunakan Yo-yo Intermittent Recovery Test untuk mengukur Max Pemain Sepakbola. Pada analisis data dan pengujian hipotesis digunakan teknik analisis komparasi dengan memakai rumus uji beda mean (uji t) dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Dari penganalisisan data yang dilakukan didapatkan hasil : terdapat pengaruh latihan small side game terhadap peningkatan Max pemain sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariaik Padang Pariaman, dengan koefisien uji "t" yaitu  $t_{hitung} = 6,49 > t_{tabel} = 1,729$ . Selanjutnya, berdasarkan deskripsi data pre-test dan post-test Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariaik Padang Pariaman tidak sama sebelum dan setelah diberikan latihan small side game. Terdapat peningkatan rata-rata Max setelah diberikan Latihan small side game yaitu dari 47,62 ml/min/Kg dengan kategori sedang (fair) naik menjadi 49,03 ml/min/Kg dengan kategori baik (good).

**Kata kunci:** Latihan Small Side Games, Peningkatan Max, Sepakbola.



## **PENDAHULUAN**

Salah satu olahraga terpopuler di kalangan masyarakat dunia adalah sepakbola, karena olahraga ini tidak sulit dipelajari dan tidak membutuhkan tempat dan biaya mahal. Salah satu cabang olahraga yang dikenal sejak dulu adalah sepakbola. Bukti ilmiah yang bisa didapat dalam proses kelahiran sepakbola adalah adanya permainan semacam sepakbola di negeri Cina.

Sepakbola merupakan permainan yang dilakukan dalam tim, tim berjumlah 11 pemain yang salah satunya kiper atau penjaga gawang. Tujuan permainan sepakbola adalah setiap regu atau pemain menguasai bola, kemudian memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin, serta berusaha melindungi gawang regu dari serangan lawan yang ingin memasukkan bola. Semua pemain sepakbola wajib untuk dapat bertahan dan menyerang dengan baik, sehingga pemain sepakbola dituntut untuk memiliki stamina yang baik dan teknik yang bagus. Jika seorang pemain memiliki stamina yang baik, maka ia bisa menampilkan teknik yang ia miliki selama jalannya permainan. Pemain sepakbola dituntut untuk mempunyai kondisi fisik yang.

Kebugaran jasmani pemain sepakbola bisa diukur dengan menghitung besar kapasitas volume oksigen maksimal saat melakukan latihan. Seorang atlet yang memiliki stamina yang baik mempunyai nilai Max yang tinggi, sebaliknya jika ia memiliki nilai Max yang rendah maka stamina yang tubuhnya buruk. Pemain dengan stamina yang baik dapat melakukan latihan fisik yang lebih berat, serta memiliki konsentrasi yang tinggi. Max merupakan kapasitas aerobik maksimal, biasanya dinyatakan sebagai maksimal oxygen uptake.

Max adalah ukuran yang biasa untuk mengukur kebugaran aerobik dan menunjukkan energi maksimal yang timbul karena sistem energi aerobik. Ukuran nilai Max bisa menentukan hasil dari efek dari sebuah program latihan fisik yang dilakukan. Program latihan yang sering digunakan pelatih dalam latihan sepakbola hanya fokus pada passing, control, dribbling. Saat pertandingan atau permainan sepakbola pemain diharuskan untuk mengisi ruang kosong, merebut bola, mencegah lawan mencetak gol, dan mencetak gol ke gawang lawan. Sehingga pemain sepakbola dituntut untuk mempunyai kondisi fisik maupun kondisi aerobik yang baik agar permainan berjalan dengan baik.

Beberapa metode latihan yang digunakan untuk meningkatkan kebugaran jasmani belum membuat kondisi fisik para pemain meningkat. Sebaiknya latihan lebih bervariasi, maka pemain lebih bersemangat. Bentuk variasi latihan yang bisa digunakan dalam sepakbola adalah small side game.

Small sided games permainan yang dirancang khusus dengan jumlah pemain yang



kurang dari sebelas pemain dan di mainkan dalam lapangan berukuran kecil (Bondarev, 2011:115). Menurut Hill-hass dkk (2011:199) Metode small side games nantinya membantu pemain dalam mengembangkan kemampuan aerobik, kelincahan, dan teknik pemain. Metode latihan small side games mengharuskan pemain untuk bergerak aktif, sehingga kemampuan aerobik pemain meningkat dari sebelumnya. Agar semua itu tercapai, pemain di tuntut untuk melakakun dengan serius dan tekun.

Tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman hanya meraih prestasi diantaranya: pada tahun 2014 tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman mengikuti piala Idah Cargo cup dan meraih juara 3, pada tahun 2016 tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman mengikuti Irman Gusman Cup meraih prestasi juara 3 zona Padang Pariaman, pada tahun 2017 tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman mengikuti Liga 1 Askab Padang Pariaman dan meraih juara 3, pada tahun 2017 mengikuti ajang Minangkabau Cup tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman tidak berhasil lolos zona Padang Pariaman, pada tahun 2018 mengikuti ajang Minangkabau Cup tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman tidak berhasil lolos zona Padang Pariaman, pada tahun 2019 tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman mengikuti ajang Minangkabau Cup tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman tidak berhasil lolos zona Padang Pariaman, dan pada tahun 2019 tim sepakbola Persiss mengikuti ajang Wali Cup U19 Muaro Sakai.

Bukti-bukti penurunan prestasi dapat dilihat dari tidak stabilnya dalam mempertahankan tempo permainan sepanjang pertandingan yang diikutinya, pemain juga mudah lelah pada saat bertanding, sehingga pemain tidak mampu menciptakan peluang untuk mencetak gol dalam memenangkan pertandingan. Pada babak pertama pemain masih dapat mengimbangi jalanya pertandingan, pemain dapat bekerja sama dengan baik, disiplin menjalankan tugas berdasarkan posisinya, dapat mengatur tempo permainan sehingga lahir peluang dalam mencetak gol. Sedangkan setelah berjalannya babak kedua, tim tidak mampu mempertahankan permainan dan tidak mampu menyerang, hal ini disebabkan karena pemain kehilangan stamina, sehingga hal tersebut dimanfaatkan oleh tim lawan untuk menyerang balik.

Menurunnya prestasi tim sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman tentunya disebabkan banyak faktor seperti: kemampuan atlet yang berkenaan dengan penguasaan teknik, kemampuan kondisi fisik, pemahaman taktik, kematangan mental, program latihan, kemampuan pelatih, sarana/prasarana dan lain-lain. Apabila masalah itu tidak diselesaikan atau dicari solusinya maka tujuan dan target klub tidak akan tercapai.



Sebagai seseorang yang merasa peduli dengan prestasi sepakbola, khususnya tim Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman serta sebagai peneliti merasa prihatin dengan kondisi yang terjadi.

## **METODELOGI PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen. Tempat Penelitian ini di lapangan sepakbola Persiss Sungai Sariak VII Koto Padang Pariaman. Penelitian dilakukan pada Agustus 2020 sampai dengan September 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola Persiss Sungai Sariak VII Koto Padang Pariaman yang jumlahnya 24 orang. Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik Purposive Sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola Persiss Sungai Sariak Padang Pariaman yang berjumlah 20 pemain. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Yo-Yo intermittent test untuk mengukur kemampuan Max (Fikri, 2013:2). Teknik analisis data penelitian ini menggunakan statistik deskriptif dan inferensial dengan formula uji 't' sampel terikat.”.

## **HASIL PENELITIAN**

### **A. Deskripsi Data**

Setelah data didapatkan dan dikumpulkan, kemudian dianalisis. Data akan dideskripsikan sesuai dengan tujuan dan hipotesis penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya. Berdasarkan hasil pengukuran yang telah dilakukan yaitu mengenai peningkatan Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman, maka didapatkan data (pre-test) dan data (post-test). Berikut dapat dilihat deskripsi data secara keseluruhan

Tabel 1. Distribusi Data Pre-Test dan Post-Test

<b>Data</b>	<b>Jumlah Sampel</b>	<b>Data Peningkatan <math>VO_2</math> Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman</b>			
		<b>Rata-Rata</b>	<b>SD</b>	<b>Max</b>	<b>Min</b>
<i>Pre-Test</i>	20	47,62	2,87	52,53	40,77
<i>Post-Test</i>	20	49,03	2,44	52,86	43,46

1. Data Awal (*Pre-Test*)  $VO_2$  Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman

Sebelum memberikan perlakuan terhadap sampel dengan latihan *small side games*, peneliti terlebih dahulu melakukan tes awal Max. Pada tes awal dari 20 orang sampel nilai tertinggi adalah 52,53 ml/min/Kg, nilai terendah 40,77 ml/min/Kg, dengan nilai rata-rata adalah 47,62 ml/min/Kg, serta standar deviasi 2,87. Untuk melihat distribusi data *pre-test* Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman bisa dilihat ditabel dibawah ini :

Tabel 2. Distribusi Data Max Dari Sampel Sebelum Diberi Perlakuan Latihan *Small Side Games*

Kategori	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
<i>Superior</i>	> 61,8	0	0
<i>Excellent</i>	55,2 - 61,7	0	0
<i>Good</i>	48,0 - 55,1	10	50
<i>Fair</i>	40,1 - 47,9	10	50
<b>JUMLAH</b>		<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel distribusi data *pre-test* Max di atas, diperoleh hasil dari 20 orang sampel, pada nilai 48,0 - 55,1 terdapat 10 orang (50%) dengan kategori fair, pada nilai 40,0 - 55,1 terdapat 10 orang (50%) atau dengan kategori good dan tidak ada pada kategori excellent dan superior.

Untuk lebih jelas tentang sebaran data *pre-test* Max dari 20 orang sampel pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman dapat dilihat pada grafik histogram berikut ini



Gambar 1. Histogram Data Pre Test Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman

## 2. Data Akhir (Post-Test) Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman

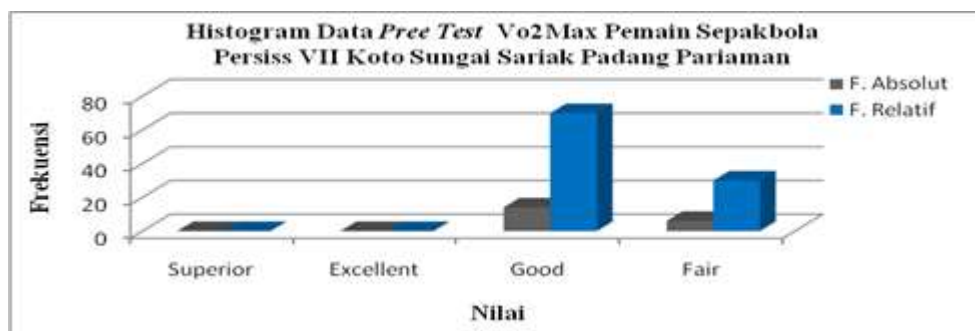
Setelah diberikan perlakuan terhadap sampel dengan latihan small side games selama 18 kali pertemuan dilakukan tes akhir atau Post-Test Max. Pada tes akhir yang dilakukan terhadap 20 orang sampel diperoleh nilai tertinggi yaitu 52,86 ml/min/Kg, nilai terendah 43,46 ml/min/Kg, dengan nilai rata-rata adalah 49,03 ml/min/Kg, serta standar deviasi 2,44. Untuk melihat distribusi data pada tes akhir Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman bisa dilihat pada tabel berikut ini

Tabel 3. Distribusi Data Max Dari Sampel Setelah Diberi Perlakuan Latihan Small Side Games

Kategori	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
<i>Superior</i>	> 61,8	0	0
<i>Excellent</i>	55,2 - 61,7	0	0
<i>Good</i>	48,0 - 55,1	14	70
<i>Fair</i>	40,1 - 47,9	6	30
<b>JUMLAH</b>		<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel distribusi data Max di atas untuk data poste-test, diperoleh hasil dari 20 orang sampel, pada nilai 40,1 - 47,9 terdapat 6 orang (30%) dengan kategori fair, pada nilai 48,0 - 55,1 terdapat 14 orang (70%) atau dengan kategori good dan tidak ada pada kategori excellent dan superior.

Untuk lebih jelas tentang gambaran data post-test Max dari 20 orang sampel pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman dapat dipahami melalui grafik histogram berikut.



Gambar 1. Histogram Data Post Test Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman

Berdasarkan deskripsi dapat dilihat data pre-test dan post-test di atas Max Pemain Sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman tidak sama sebelum dan setelah diberikan latihan small side game. Terdapat peningkatan rata-rata Max setelah diberikan

Latihan small side game yaitu dari 47,62 ml/min/Kg naik menjadi 49,03 ml/min/Kg

## B. Pengujian Persyaratan Analisis

### 1. Uji Normalitas Data Penelitian

Sebelum pengujian dilakukan terhadap hipotesis yang diajukan, maka terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas data. Uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji liliefors. Untuk lebih jelasnya deskripsi analisis uji persyaratan analisis data tersebut, maka bisa dilihat pada penjelasan sebagai berikut

Tabel 3. Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data

No	Variabel	N	Lo	Ltab	Distribusi
1	Data <i>Pre test</i> sebelum latihan <i>small side game</i>	20	0,071	0,190	Normal
2	Data <i>Post test</i> sesudah latihan <i>small side game</i>	20	0,174	0,190	Normal

Pada tabel bisa terlihat bahwa hasil dari uji normalitas untuk data pre-test kelompok sampel sebelum diberikan perlakuan latihan small side game diperoleh skor  $Lo = 0,071$  dengan  $n = 20$ , dan  $Ltab$  dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  diperoleh 0,190 yang lebih besar daripada  $Lo$ . Atau dengan kata lain  $0,071 < 0,190$  atau  $Lo < Lt$ . Jika  $Lo < Lt$  maka dapat dikatakan data berdistribusi normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data Max hasil pre-test sebelum diberikan perlakuan latihan small side game berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Setelah melakukan uji normalitas data pre-test kemudian dilakukan pengujian normalitas untuk data pos-test sampel yang diberikan perlakuan latihan small side game diperoleh skor  $Lo = 0,174$  dengan  $n = 20$ , dan  $Ltab$  pada dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ , dengan  $Ltab = 0,190$  yang lebih besar daripada  $Lo$ . Atau dengan kata lain  $0,174 < 0,190$  atau  $Lo < Lt$ . Jika  $Lo < Lt$  maka dapat dikatakan data berdistribusi normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data Max hasil post-test setelah latihan small side game tersebut berasal dari populasi yang berdistribusi normal

### 2. Uji Homogenitas Data Penelitian

Uji homogenitas dilakukan dengan uji Varians dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ , dengan kriteria  $H_0$  ditolak apabila  $F_0$  yang diperoleh dari data pengamatan lebih besar dari  $F_t$ . Sebaliknya  $H_0$  diterima apabila  $F_t$  lebih besar dari  $F_0$ . Hasil perhitungan uji normalitas secara lengkap dapat dilihat pada lampiran halaman. Secara ringkas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data Penelitian

Variabel	Nilai Varians	F <sub>hitung</sub>	F <sub>tabel</sub>	Keterangan
Setelah diberi latihan <i>small side game</i>	8.25	1,38	3,49	<b>Homogen</b>
Sebelum diberi latihan <i>small side game</i>	5.97			

Keterangan :

F<sub>h</sub> = nilai F<sub>hitung</sub>

F<sub>t</sub> = nilai F<sub>tabel</sub>

Berdasarkan hasil uji homogenitas variabel penelitian di atas didapatkan harga Fhitung lebih kecil dari harga Ftabel dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Dengan demikian disimpulkan bahwa semua kelompok data pada penelitian ini diambil dari populasi yang homogen

### C. Pengujian Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan *small side game* terhadap peningkatan  $VO_2Max$  pemain sepakbola Persiss V11 Koto Sungai Sariak Padang Pariaman. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan Uji t, dimana:

Ho = Tidak terdapat pengaruh latihan *small side game* terhadap peningkatan  $VO_2Max$  pemain sepakbola Persiss V11 Koto Sungai Sariak Padang Pariaman.

Ha = Terdapat pengaruh latihan *small side game* terhadap peningkatan  $VO_2Max$  pemain sepakbola Persiss V11 Koto Sungai Sariak Padang Pariaman.

1) Jika,  $t_h > t_t = Ho$  ditolak, Ha diterima

2) Jika,  $t_h < t_t = Ho$  diterima, Ha ditolak

Tabel 5. Rangkuman Hasil (uji t)

Dk= (N-1)	t <sub>hitung</sub>	t <sub>tabel</sub> $\alpha = 0,05$	Kesimpulan
20 - 1 = 19	6,49	1,729	Ho ditolak, Ha Diterima

Keterangan :

t<sub>h</sub> = koefisien uji beda mean hitung

t<sub>tab</sub> = koefisien uji beda mean tabel

Berdasarkan kedua nilai tersebut maka nilai  $t_h > t_t$  ( $6,49 > 1,729$ ). Jadi hipotesis penelitian yang diajukan dapat diterima kebenarannya secara empiris. Kesimpulannya, terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan *small side game* terhadap peningkatan Max



pemain sepakbola Persiss V11 Koto Sungai Sariak Padang Pariaman. Berarti dapat disimpulkan latihan small side game dapat meningkatkan Max pemain sepakbola

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dirincikan di atas, bisa disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan small side game terhadap peningkatan Max pemain sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman dengan 18 kali pertemuan (16 kali latihan dan 2 kali tes). Dari hasil penelitian yang telah dilakukan latihan small side game secara keseluruhan dapat meningkatkan Max pemain sepakbola Persiss VII Koto Sungai Sariak Padang Pariaman. Small side game menjadi sebuah metode latihan yang sudah populer dilakukan oleh banyak tim amatir dan profesional sebagai metode yang efektif untuk latihan aerobik dengan menggabungkan latihan teknik, taktik dan fisiologis. Metode small side game menuntut setiap pemain untuk aktif bergerak dengan intensitas tinggi, sebab pemain bermain di ruang yang tidak luas dan tiap pemain lebih sering menyentuh bola. Berdasarkan penjelasan, Latihan small side game tepat untuk diterapkan pada permainan sepakbola yang akan meningkatkan Max pemain. Latihan ini harus terencana, terprogram dan berkelanjutan untuk memberikan efek yang positif dalam meningkatkan Max pemain sepakbola. Sehingga akan berpengaruh terhadap penampilan pada saat pertandingan untuk mencapai prestasi yang maksimal..

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh latihan small side game terhadap peningkatan Max pemain sepakbola Persiss V11 Koto Sungai Sariak Padang Pariaman, dengan perolehan koefisien uji "t" yaitu  $t_{hitung} = 6,49 > t_{tabel} = 1,729$ .

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Bondarev, D. V. 2011. "Factors Influencing Cardiovascular Responses During Small Side Games Performed With Recreation Purposes". *Journal of Physical Education Ukraine*. 2.115 – 118.
- Hill-Hass, S. V; Dawson, B; Impellizeri, F.M & Coutts, A.J. 2011. *Physicology of Small-Side Games Training in Football a Systematic Review*. *Journal of Medicine*.41.3.
- Putra, Alif Utama Kariis 2015. Pengaruh latihan small sided games terhadap peningkatan VO2Max pemain sepakbola U-17 di Persatuan Sepakbola Smuba Junior Kota Batu. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, Vol. 25, No.1
- Sukadiyanto. 2011. *Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung
- Undang-Undang RI No. 3. 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Bandung: Citra Umbara.
- Zakiyyudin, Rifki 2016. Analisis VO2 Max pemain sepakbola usia 17-20 tahun di club Bligo Putra Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*. Vol: 01 No:01. ISSN : 2338-798X

