

**PENGARUH LATIHAN PASSING DENGAN POLA TARGET UNTUK
MENINGKATKAN AKURASI PASSING DALAM PERMAINAN
FUTSAL DI SEKOLAH DASAR**

Muhammad Raghil Mahdi¹, Rizal Ahmad Fauzi², Adang Sudrazat³
Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}
rizalafauzi13@upi.edu²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan passing dengan pola target terhadap peningkatan kemampuan passing futsal siswa sekolah dasar. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain One Group Pretest-Posttest Design. Sampel penelitian berjumlah 10 siswa SDN Hambalang 5 Kabupaten Bogor. Instrumen penelitian menggunakan tes keterampilan passing mengoper bola rendah. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, dan uji paired sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata pretest sebesar 3,50 meningkat menjadi 6,60 pada posttest. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat pengaruh signifikan latihan passing pola target terhadap kemampuan passing siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latihan passing dengan pola target efektif untuk meningkatkan kemampuan passing futsal siswa sekolah dasar. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan model latihan passing yang sederhana, terstruktur, dan sesuai dengan karakteristik siswa usia dini.

Kata Kunci: Futsal, Latihan, Passing, Pola Target, Siswa Sekolah Dasar

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of target pattern passing training on improving elementary school students' futsal passing ability. The research method used was an experiment with a One Group Pretest-Posttest Design. The research sample consisted of 10 students of SDN Hambalang 5, Bogor Regency. The research instrument used a low ball passing skill test. Data analysis techniques used descriptive statistics, normality tests, and paired sample t-tests. The results showed that the average pretest score of 3.50 increased to 6.60 in the posttest. The results of the paired sample t-test showed a significance value of $0.000 < 0.05$, which means there is a significant effect of target pattern passing training on students' passing ability. Thus, it can be concluded that target pattern passing training is effective in improving elementary school students' futsal passing ability. The novelty of this research lies in the application of a passing training model that

is simple, structured, and appropriate to the characteristics of early childhood students.

Keyword: *Futsal, Training, Passing, Target Pattern, Elementary School Students*

PENDAHULUAN

Permainan futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat dan banyak diminati oleh siswa sekolah dasar karena sifatnya yang dinamis dan dapat dimainkan di ruang terbatas. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, futsal tidak hanya berfungsi sebagai sarana aktivitas fisik, tetapi juga sebagai media pengembangan keterampilan teknik dasar, salah satunya adalah passing. Passing merupakan teknik fundamental yang paling penting karena menjadi dasar dalam membangun kerja sama tim dan strategi permainan. Kemampuan passing yang baik akan meningkatkan efektivitas penguasaan bola serta peluang menciptakan serangan (Hildan et al., 2024).

Namun demikian, kondisi di lapangan menunjukkan bahwa kemampuan akurasi passing siswa di sekolah dasar masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari seringnya kesalahan dalam arah, kekuatan, dan ketepatan operan bola saat permainan berlangsung. Rendahnya akurasi passing ini disebabkan karena kurangnya penguasaan teknik dasar serta latihan yang belum terstruktur dengan baik. Penelitian menunjukkan bahwa keterbatasan metode latihan dan kurangnya pengulangan teknik dasar menyebabkan kemampuan passing siswa tidak berkembang secara optimal (Utomo et al., 2024).

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa latihan yang terprogram dan sistematis dapat meningkatkan akurasi passing dalam permainan futsal. Rahmanda et al. (2023) menemukan bahwa latihan passing berpasangan memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi passing. Setia Agung et al. (2023) menjelaskan bahwa penerapan metode small-sided games mampu meningkatkan kualitas passing secara efektif. penelitian Al Ghani et al. (2023) menunjukkan bahwa latihan passing berbasis target juga memberikan peningkatan signifikan terhadap ketepatan operan bola.

Meskipun demikian, masih terdapat kesenjangan penelitian (research gap), khususnya dalam penerapan latihan passing dengan pola target pada siswa di sekolah dasar. Sebagian besar peneliti ini sebelumnya lebih berfokus pada atlet, siswa tingkat menengah, atau menggunakan variasi metode latihan tertentu seperti rondo, passing diamond, dan small-sided games. Sementara itu, penelitian yang secara spesifik untuk mengkaji efektivitas latihan passing dengan pola target sebagai pendekatan sistematis dan sederhana yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang masih terbatas. Padahal, latihan pola target memiliki keunggulan dalam memberikan struktur gerakan yang jelas, memudahkan pemahaman teknik, serta meningkatkan konsistensi dalam melakukan passing.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan passing dengan pola target terhadap peningkatan akurasi passing

dalam permainan futsal pada siswa di sekolah dasar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas metode latihan yang digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya pengembangan model latihan yang sesuai dengan karakteristik siswa di sekolah dasar untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar sejak dini. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan guru pendidikan jasmani dapat menerapkan metode latihan yang lebih terstruktur dan efektif, sehingga mampu untuk meningkatkan kualitas pembelajaran futsal di sekolah. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi pengembangan penelitian selanjutnya dalam bidang pendidikan olahraga, khususnya terkait dengan pembinaan teknik dasar futsal.

KAJIAN TEORI

Futsal merupakan permainan sepak bola yang dimainkan oleh kedua tim dengan masing-masing lima pemain di lapangan yang berukuran lebih kecil dibandingkan sepak bola. Futsal menuntut pemain untuk memiliki kemampuan teknik dasar yang baik karena tempo permainan cepat dengan ruang gerak yang terbatas. Menurut Justin A. Luxbacher (2022), futsal dan sepak bola modern menekankan penguasaan teknik dasar, pengambilan keputusan yang cepat, serta kemampuan bekerja sama dalam tim. Menurut Sukadiyanto (2023), pembelajaran olahraga permainan pada usia sekolah dasar harus disesuaikan dengan karakteristik perkembangan motorik anak sehingga mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar secara optimal.

Passing merupakan teknik dasar yang paling penting dan sering digunakan dalam permainan futsal. Passing digunakan untuk memindahkan bola kepada rekan satu tim dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola dan membangun serangan. Menurut Justin A. Luxbacher (2022), passing adalah keterampilan utama yang memungkinkan tim mempertahankan penguasaan bola dan menciptakan peluang mencetak gol. Semakin baik kemampuan passing seorang pemain, semakin efektif pula permainan yang dibangun oleh tim. Penelitian oleh Hildan et al. (2024) menunjukkan bahwa kemampuan passing berkontribusi terhadap efektivitas permainan futsal pada siswa sekolah dasar karena memengaruhi kelancaran kerja sama dan penguasaan bola selama pertandingan.

Latihan passing dengan pola target merupakan metode latihan yang menggunakan sasaran tertentu sebagai tujuan operan bola. Sasaran tersebut dapat berupa cone, gawang kecil, atau penanda tertentu yang digunakan untuk meningkatkan ketepatan operan. Menurut Tudor O. Bompas dan Carlo Buzzichelli (2023), peningkatan keterampilan teknik dipengaruhi oleh prinsip specificity (kekhususan latihan) dan repetition (pengulangan). Semakin spesifik latihan terhadap keterampilan yang ingin dikembangkan dan semakin sering dilakukan pengulangan, maka peningkatan keterampilan akan semakin optimal. Penelitian oleh Al Ghani et al. (2023) menunjukkan bahwa latihan passing berbasis target

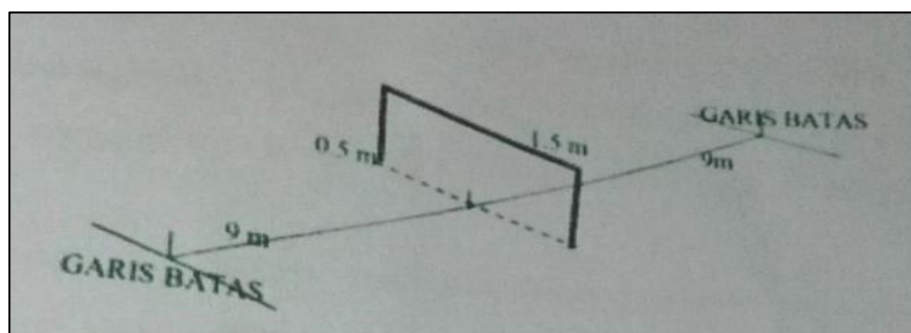
memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan passing pemain futsal. Demikian pula penelitian Setyawan et al. (2024) menemukan bahwa metode drill menggunakan media target mampu meningkatkan keterampilan passing kaki bagian dalam secara efektif.

Akurasi passing merupakan kemampuan pemain dalam mengoper bola secara tepat sesuai sasaran yang dituju. Akurasi passing dipengaruhi oleh koordinasi gerak, teknik menendang, keseimbangan tubuh, dan konsentrasi pemain disaat melakukan operan. Menurut Rahmanda et al. (2025), latihan passing yang dilakukan secara terarah dan berulang dapat meningkatkan koordinasi gerak serta ketepatan operan bola. Selain itu, Saputra et al. (2025) menjelaskan bahwa latihan passing aktif yang dilakukan secara sistematis mampu meningkatkan akurasi passing pemain futsal secara signifikan. Maka dari itu, akurasi passing dapat ditingkatkan melalui program latihan yang terstruktur, spesifik, dan dilakukan secara berulang dengan menggunakan sasaran yang jelas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen, karena tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh perlakuan tertentu terhadap peningkatan akurasi passing dalam futsal. Rancangan penelitian yang digunakan adalah One Group Pretest-Posttest Design, yaitu suatu desain penelitian yang di mana hanya terdapat satu kelompok yang di beri perlakuan (treatment). Populasi dari penelitian ini adalah pemain dari SDN HAMBALANG 5, kecamatan Sukaraja, Kabupaten Bogor. Sampel yang akan diambil yaitu pemain usia dini di SDN Hambaang 5 yang aktif berjumlah 15 pemain yang akan berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Penelitian ini melibatkan dua variabel utama, yaitu variabel bebas berupa perlakuan yang diberikan dan variabel terikat berupa kemampuan akurasi passing. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu pretest untuk menentukan kemampuan awal, perlakuan yang telah di berikan.

Penelitian ini menggunakan instrumen tes keterampilan yang bermanfaat untuk mengukur kemampuan passing pada siswa. Gambar 1 untuk uji akurasi passing adalah sebagai berikut.



Gambar 1. Tes Mengoper Bola Rendah

Cara pelaksanaannya: 1) Bola diletakkan di belakang garis batas, testee berdiri di belakang bola dan boleh mengambil awalan, Tendangan harus sampai pada garis batas dari arah bersebrangan berjarak 18 meter. 2) Selanjutnya menunggu aba-aba peluit dari peneliti, dan peneliti mengamati sah atau tidaknya operan pemain yang menggunakan tehnik passing apapun. 3) Pelaksanaan dilakukan dengan pemain tidak menendang bola melewati gawang kecil. 4) Tendangan dilakukan sebanyak 10 kali perorang.

Pelaksanaan tidak sah: 1) Bola keluar dari area sasaran. 2) Jarak mengoper di bawah 18 meter. 3) Melakukan passing melewati gawang kecil. 4) Tidak melakukan passing sesuai. petunjuk pelaksanaan

Penilaian

Jumlah skor dihitung setiap tendangan yang di beri kesempatan 10 kali kesempatan. Bilamana bola hasil tendangan masuk melalui gawang kecil, kemudian sampai dengan jarak yang di tentukan alhasil akan mendapatkan nilai 1.

Pre-test atau tes awal

Tes awal di berikan pada pemain guna melangsungkan penilaian atas kemampuan mereka sebelum mereka mendapat perlakuan. Tes ini memperlibatkan gawang kecil dan bola diletakkan di belakang garis batas, testee berdiri di belakang bola dan boleh mengambil awalan. Tendangan dianggap sah apabila masuk bidang sasaran dan kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas dari arah bersebrangan (jarak 18 meter). Tendangan dilakukan sebanyak 10 kali perorang. Dengan menggunakan alat Instrument seperti, a) bola futsal. b) rol meter/meteran digital. c) cones. d)peluit dan alat tulis. e) Lapangan. f) Stopwatch. g) Gawang kecil ukuran panjang 1,5 meter dan tinggi 0,5 meter. Lalu setelah itu baru dilaksanakan tes awal.

Treatment

Tiga sesi pelatihan setiap minggu, dengan total 12 pertemuan, digunakan dalam penelitian ini. Untuk mendapatkan hasil yang baik, eksperimen juga dapat dilakukan lebih sering 3 hari seminggu, selama minimal 4 hingga 6 minggu. Setelah ujian pertama, para peserta dibagi menjadi dua kelompok dan diberi tugas berupa passing segiempat dan aktif. Perlakuan diberikan sesuai dengan program pelatihan yang telah disusun oleh peneliti.

Post-test atau tes akhir

Tes akhir, yang identik dengan tes awal, diberikan setelah pelaksanaan program pelatihan selama 12 pertemuan. Tujuan tes akhir adalah untuk memastikan hasil peserta setelah pelatihan atau perawatan.

HASIL PENELITIAN

Bagian ini menyajikan hasil penelitian mengenai pengaruh latihan passing dengan pola target untuk meningkatkan kemampuan akurasi passing futsal siswa sekolah dasar. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk melihat gambaran umum nilai pretest dan posttest, kemudian dilanjutkan

dengan uji normalitas sebagai syarat analisis parametrik. Setelah data dinyatakan berdistribusi normal, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji paired sample t-test untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil analisis tersebut disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1.
Hasil Analisis Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Pretest Passing	10	2.00	6.00	35.00	35.000	135.401
Posttest Passing	10	4.00	9.00	66.00	66.000	164.655
Valid N (listwise)	10					

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa jumlah sampel (N) sebanyak 10 orang. Pada hasil pretest passing, nilai minimum sebesar 2.00 dan maksimum 6.00, dengan total skor 35.00, sehingga diperoleh rata-rata (mean) sebesar 3.50 dan standar deviasi sebesar 1.354. Sementara itu, pada posttest passing, nilai minimum meningkat menjadi 4.00 dan maksimum menjadi 9.00, dengan total skor 66.00, sehingga rata-rata (mean) meningkat menjadi 6.60 dan standar deviasi sebesar 1.646.

Peningkatan nilai rata-rata dari 3.50 pada pretest menjadi 6.60 pada posttest menunjukkan adanya peningkatan kemampuan passing setelah diberikan perlakuan atau program latihan. Selain itu, peningkatan nilai minimum dan maksimum juga menunjukkan bahwa secara keseluruhan performa peserta mengalami kemajuan.

Namun, standar deviasi pada posttest sedikit meningkat dibandingkan pretest, yang mengindikasikan bahwa variasi atau penyebaran nilai antar peserta menjadi sedikit lebih beragam. Meskipun demikian, secara umum hasil ini tetap menunjukkan bahwa program latihan yang diberikan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan passing peserta.

Tabel 2.
Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnova ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest Passing	.166	10	.200*	.909	10	.276
Posttest Passing	.202	10	.200	.938	10	.532

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji normalitas menggunakan metode Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig.) pada pretest passing sebesar 0,276 dan pada posttest passing sebesar 0,532. Karena kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data pretest dan

posttest berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas dalam penelitian ini telah terpenuhi, sehingga analisis statistik parametrik dapat digunakan pada tahap selanjutnya. Selain itu, hasil uji Kolmogorov-Smirnov juga menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,200 pada kedua kelompok, yang semakin memperkuat bahwa data berdistribusi normal. Oleh karena itu, data layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan uji parametrik.

Tabel 3.
Hasil Uji Paired Sample

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
Pair 1 Pretest Passing-Posttest Passing	-310.000	.73786	.23333	-362.784	-257.216	-13.286	9	.000

Berdasarkan pada Tabel 3, hasil uji paired sample t-test menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara nilai pretest dan posttest passing. Nilai mean difference sebesar -3,10000 menunjukkan adanya peningkatan kemampuan passing setelah diberikan perlakuan atau program latihan. Tanda negatif pada selisih rata-rata menunjukkan bahwa nilai posttest lebih tinggi dibandingkan dengan pretest. Selain itu, nilai t sebesar -13,286 dengan derajat kebebasan (df) = 9 semakin memperkuat bahwa perbedaan tersebut signifikan. Interval kepercayaan 95% juga berada pada rentang negatif (Lower = -3,62784 dan Upper = -2,57216), yang menegaskan adanya peningkatan yang konsisten. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa program latihan yang diberikan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing dalam futsal. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini dapat dirangkum sebagai berikut: a) Analisis deskriptif menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari pretest ke posttest. b) Uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga memenuhi syarat untuk uji parametrik. c) Uji paired sample t-test membuktikan bahwa peningkatan tersebut signifikan secara statistik. d) Oleh karena itu, program latihan yang diberikan efektif dalam meningkatkan kemampuan passing pada permainan futsal

PEMBAHASAN

Peningkatan kemampuan passing tersebut terjadi karena latihan passing dengan pola target menekankan pada ketepatan arah operan, kontrol bola, kekuatan tendangan, dan konsistensi gerak. Melalui latihan yang dilakukan secara berulang

dengan sasaran tertentu, siswa menjadi lebih terbiasa melakukan teknik passing yang benar.

Hasil ini sejalan dengan pendapat Bompa dan Buzzichelli (2023) yang menyatakan bahwa peningkatan keterampilan teknik sangat dipengaruhi oleh prinsip specificity (kekhususan latihan) dan repetition (pengulangan), yaitu gerakan yang dilatih secara spesifik dan berulang akan memberikan hasil yang lebih optimal.

Passing merupakan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan futsal karena berfungsi untuk menjaga penguasaan bola dan membangun serangan. Menurut Luxbacher (2022), passing adalah sarana utama dalam mempertahankan penguasaan bola dan menciptakan peluang mencetak gol. Pemain yang memiliki akurasi passing baik akan lebih mudah mengatur tempo permainan dan menjalin kerja sama tim. Oleh sebab itu, peningkatan keterampilan passing melalui latihan yang terstruktur menjadi hal yang sangat penting dalam pembelajaran futsal. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya. Rahmanda et al. (2025) menyatakan bahwa latihan passing berpasangan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi passing pemain futsal. Latihan passing yang dilakukan secara terarah mampu meningkatkan koordinasi gerak dan ketepatan operan bola. Demikian pula Saputra et al. (2025) menemukan bahwa latihan passing aktif secara berpasangan maupun berkelompok dapat meningkatkan akurasi passing futsal secara signifikan.

Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa latihan passing yang dilakukan secara sistematis mampu meningkatkan keterampilan teknik siswa. Menurut Fauzi et al. (2025), pengembangan sport tourism harus mempertimbangkan aspek marketability, sustainability, participatory, dan disaster mitigation agar destinasi wisata dapat berkembang secara berkelanjutan. (Nurhaliza et al., 2026) menyatakan bahwa mereka memandang komunitas sebagai sarana untuk membangun hubungan, berbagi informasi, dan saling mendukung. Selanjutnya, Setyawan et al. (2024) menjelaskan bahwa metode drill menggunakan media target mampu meningkatkan keterampilan passing kaki bagian dalam pada pemain futsal.

Penggunaan target membantu pemain memusatkan perhatian pada arah bola, posisi tubuh, dan teknik tendangan yang benar. Hal ini sejalan dengan penelitian ini, karena latihan passing pola target juga memberikan sasaran yang jelas sehingga siswa lebih mudah mengontrol arah dan kekuatan passing. Ditinjau dari aspek pembelajaran, latihan passing dengan pola target sangat sesuai diterapkan pada siswa sekolah dasar karena bentuk latihannya sederhana, menarik, dan mudah dipahami. Menurut Sukadiyanto (2023), latihan bagi anak usia sekolah harus disesuaikan dengan tahap perkembangan motorik, memiliki tujuan gerak yang jelas, serta dilakukan dalam suasana yang menyenangkan.

Dalam penelitian ini, siswa tampak lebih termotivasi karena memiliki sasaran tertentu yang harus dicapai pada setiap latihan passing, sehingga konsentrasi dan partisipasi belajar meningkat. Selain meningkatkan nilai rata-rata,

latihan passing pola target juga meningkatkan nilai minimum dan maksimum peserta. Hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa mengalami perkembangan kemampuan setelah diberikan perlakuan. Dengan demikian, metode latihan ini tidak hanya efektif bagi siswa yang sudah memiliki kemampuan yang baik, akan tetapi membantu siswa yang sebelumnya memiliki kemampuan passing rendah. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini membuktikan bahwa latihan passing dengan pola target merupakan metode latihan yang efektif dan praktis untuk meningkatkan kemampuan passing futsal siswa sekolah dasar. Secara teoritis, penelitian ini memperkuat konsep bahwa latihan yang spesifik, berulang, dan berorientasi sasaran mampu meningkatkan penguasaan teknik dasar olahraga. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi guru pendidikan jasmani maupun pelatih usia dini dalam menerapkan model latihan passing yang menarik dan efektif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa latihan passing dengan pola target berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing futsal siswa sekolah dasar. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai rata-rata dari pretest, serta hasil uji paired sample t-test yang menunjukkan signifikan. Dengan demikian, latihan passing pola target terbukti efektif dalam meningkatkan akurasi passing, kontrol bola, kekuatan tendangan, dan konsistensi gerak siswa. Metode latihan ini juga sesuai diterapkan pada siswa sekolah dasar karena bersifat sederhana, terstruktur, menyenangkan, dan mudah dipahami.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Ghani, M., Firmansyah, A., & Nugroho, S. (2023). Pengaruh latihan passing berbasis target terhadap ketepatan passing pada permainan futsal. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 6(2), 77–85. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JPJ/article/view/2230>
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2023). *Periodization: Theory and Methodology of Training* (7th ed.). Human Kinetics. <https://us.humankinetics.com/products/periodization-theory-and-methodology-of-training>
- Fauzi, R. A., Saputra, Y. M., Ma'mun, A., & Nuryadi, N. (2025). Analysis of Sports Tourism Potential in Sumedang: an Implementation of MSPDM (Marketability, Sustainability, Participatory, Disaster Mitigation). *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 14(1), 11-20. <https://journal.unnes.ac.id/journals/peshr/article/view/14485>
- Hildan, A., Nugraha, R., & Prasetyo, D. (2024). Pengaruh kemampuan passing terhadap efektivitas permainan futsal pada siswa sekolah dasar. *SportMu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5(2), 112–120. <https://ejournal.unmuhjember.ac.id/index.php/sportmu/article/view/4548>

- Luxbacher, J. A. (2022). *Soccer Steps to Success* (5th ed.). Human Kinetics.
<https://us.humankinetics.com/products/soccer-steps-to-success-5th-edition>
- Nurhaliza, A. S., Fauzi, R. A., & Sudrazat, A. (2026). Exploring the Potential of Sumedang Walkers as a Community-Based Sport Tourism Destination. *Journal Coaching Education Sports*, 7(1), 217-228.
<https://ejournal.ubharajaya.ac.id/index.php/JCESPORTS/article/view/5439>
- Rahmanda, A., Aryanti, S., Solahudin, S., Azhar, S., & Tuti, R. R. (2023). Pengaruh latihan passing berpasangan terhadap akurasi passing pada pemain futsal. *Sport Gymnastics: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 53-64.
<https://ejournal.unib.ac.id/gymnastics/article/view/40672>
- Rahmanda, A., Aryanti, S., Solahudin, S., Azhar, S., & Tuti, R. R. (2025). Pengaruh latihan passing berpasangan terhadap akurasi passing pada pemain putra klub futsal Kerung FC. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6(1), 53-64.
- Saputra, R. A., Raharjo, H. P., Pramono, H., & Sudarmono, M. (2025). Pengaruh latihan passing aktif berpasangan dan berkelompok terhadap akurasi passing futsal SMANDA. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 6(1).
- Setia Agung, M., Pratama, D., & Hidayat, R. (2023). Pengaruh metode small-sided games terhadap peningkatan passing futsal siswa. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 7(1), 88-96.
<https://ejournal.unib.ac.id/kinestetik/article/view/45649>
- Setyawan, D. B., Sudrajat, A., & Prakusya, Y. R. (2024). The Influence of the Drill Method on Futsal Passing Technique Skills Using the Inside of the Foot. *Sport Pedagogy Journal*, 13(1), 8-16.
- Setyawan, D. B., Sudrajat, A., & Prakusya, Y. R. (2024). The influence of the drill method on futsal passing technique skills using the inside of the foot. *Sport Pedagogy Journal*, 13(1), 8-16.
<https://jurnal.usk.ac.id/SPJ/article/download/37205>
- Sukadiyanto. (2023). *Metodologi melatih fisik atlet*. UNY Press.
<https://unypress.uny.ac.id/>
- Utomo, B., Kurniawan, F., & Maulana, R. (2024). Analisis kemampuan teknik dasar passing futsal pada siswa sekolah dasar. *JINU: Jurnal Inovasi Nusantara*, 3(1), 45-53.
<https://ejournal.kampusakademik.co.id/index.php/jinu/article/view/6250>