

**PENGARUH LATIHAN VARIASI *PASSING* TERHADAP KETEPATAN
PASSING BAWAH MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM FUTSAL
CLUB ACADEMY PETRO *UNDER* USIA 15-17 TAHUN KABUPATEN
PENUKAL ABAB LEMATANG ILIR**

SKRIPSI

Oleh

Rama Rodiansyah

Nomor Induk Mahasiswa 06061281920317

Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2023

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH LATIHAN VARIASI *PASSING* TERHADAP KETEPATAN
PASSING BAWAH MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM FUTSAL CLUB
ACADEMY PETRO *UNDER* USIA 15-17 TAHUN KABUPATEN
PENUKAL ABAB LEMATANG ILIR

SKRIPSI

Oleh

Rama Rodiansyah

NIM: 06061281823017

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Sarjana

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Destriani, M.Pd

NIP. 198912022019032018

Pembimbing,

Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd

NIP. 198801312019031011



**PENGARUH LATIHAN VARIASI PASSING TERHADAP KETEPATAN
PASSING BAWAH MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM FUTSAL CLUB
ACADEMY PETRO UNDER USIA 15-17 TAHUN KABUPATEN
PENUKAL ABAB LEMATANG ILIR**

SKRIPSI

Oleh

Rama Rodiansyah

NIM: 06061281823017

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Sarjana

Mengetahui,

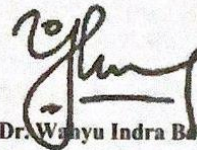
Koordinator Program Studi,
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Destriani, M.Pd

NIP. 198912022019032018

Pembimbing,



Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd

NIP. 198801312019031011



PENGARUH LATIHAN VARIASI *PASSING* TERHADAP KETEPATAN *PASSING*
BAWAH MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM FUTSAL CLUB ACADEMY
PETRO *UNDER* USIA 15-17 TAHUN KABUPATEN
PENUKAL ABAB LEMATANG ILIR

SKRIPSI

Oleh

Rama Rodiansyah

NIM: 06061281823017

Telah diujikan dan lulus pada:

Hari : Senin

Tanggal : 31 Juli 2023

TIM PENGUJI

1. Ketua/Pembimbing : Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd

2. Penguji : Destriana, M.Pd



Palembang,
Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Destriana, M.Pd

NIP. 198912022019032018

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rama Rodiansyah

NIM : 06061281920317

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul " Pengaruh Latihan Variasi *Passing* Terhadap Ketepatan *Passing* Bawah Menggunakan Kaki Bagian Dalam Futsal Club Academy Petro *Under* Usia 15-17 Tahun Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir" ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan menjiplak atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini ada/tidak ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini di buat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 2023

Yang membuat pernyataan



RAMA RODIANSYAH

NIM : 06061281920317

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada Rasulullah SAW beserta keluarganya

Terimakasih penulis ucapkan kepada Bapak/Ibu Dosen yang telah mengarahkan penulis dalam menyusun proposal penelitian ini, terimakasih juga penulis ucapkan kepada teman-teman yang memotivasi dalam penyusunan proposal penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan dan akan penulis terima dengan hati yang terbuka.

Indralaya, 2023
Penulis



Rama Rodiansyah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- ❖ Allah SWT yang selalu memberikan nikmat dan Rahmat-Nya dan Nabi Muhammad SAW.
- ❖ Kedua orang tua yang sudah merawat dan membesarkan saya dengan penuh cinta, selalu berjuang untuk kehidupan saya, kerja keras dan selalu memberikan semangat dan tanpa kenal lelah sedikitpun, kasih sayang dan selalu melangitkan doa-doa yang tulus untuk saya. Saya persembahkan karya tulis sederhana dan gelar ini untuk kedua orang tua saya tercinta.
- ❖ Pembimbing Skripsi (Bapak Drs. Giartama, M.Pd dan Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd) dan Penguji Skripsi (Ibu Destriana, M.Pd) yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, masukan, saran, serta motivasi dalam penyusunan Skripsi ini.
- ❖ Teruntuk Kakak Gusti Eli Marlina dan Kakak Aprilianti Lita Juwita S. yang cerewet dan terimakasih selalu memberikan motivasi dan semangat dalam menjalan perjalanan perkuliahan ini.
- ❖ Teruntuk adik Oktomi Ruansyah terimakasih telah mendengarkan keluh kesah dalam proses perkuliahan ini mulai dari finansial, waktu, dan terimakasih selalu ada di saat kakak membutuhkanmu.
- ❖ Terimakasih untuk Lesti Lestariani yang telah menemani di proses penyusunan skripsi dan selalu memberi semangat dan motivasi.
- ❖ Terimakasih untuk sahabatku Andak, Uwek, Eben, Ando, Umar, Nando, Yuma, Ayu, Melin, Oca, Rara, yang selalu memberikan semangat serta motivasi dan selalu memberikan candatawa dalam tongkrongan.
- ❖ Almameterku tercinta, Universitas Sriwijaya.

MOTTO :

“Jika kamu bersyukur akan kutambah nikmatmu tetapi jika kalian ingkar akan ada azab yang pedih menimpamu”

“Terkadang, orang dengan masalah paling kelam akan menciptakan masa depan yang paling cerah”

“Berpegang teguhlah pada kebenaran bahkan meski kebenaran itu akan membunuhmu”

“ Tidak ada rasa bersalah yang dapat merubah masalahmu dan tidak ada khawatiran yang dapat mengubah masa depanmu”

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	v
PRAKATA	v
KATA PENGANTAR	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACK	xvi
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Permasalahan Penelitian	6
1.2.1 Identifikasi Masalah.....	6
1.2.2 Batasan Masalah	6
1.2.3 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Peneliti	7
1.4 Manfaat Peneliti	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Hakikat Futsal.....	8
2.1.1 Pengertian Futsal.....	8
2.1.2 Peraturan- Peraturan Futsal.....	9

2.1.3	Teknik Dasar Olahraga Futsal	11
2.1.4	Sarana dan Prasarana Futsal.....	17
2.2	Hakikat Latihan.....	19
2.2.1	Pengertian Latihan.....	19
2.2.2	Prinsip-Prinsip Latihan.....	20
2.2.3	Aspek-Aspek Latihan.....	21
2.2.4	Program Latihan.....	22
2.2.5	Tujuan Program Latihan.....	22
2.2.6	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Latihan.....	23
2.2.7	Faktor-faktor Penghambat Latihan.....	24
2.2.8	Jenis Program Latihan.....	24
2.3	Hakikat Ketepatan Passing.....	26
2.3	Hakikat Ketepatan Passing.....	26
2.3.1	Pengertian Ketepatan (Accuracy)	26
2.3.2	Pengertian Passing.....	28
2.3.3	Pengertian Ketepatan passing Menggunakan Kaki Bagian dalam.....	29.
2.3.4	Tujuan Passing.....	30
2.3.5	Teknik Passing.....	33
2.3.6	Ketentuan Passing Dengan Bagian Dalam.....	33
2.3.7	Pengertian Variasi Passing Berpasangan.....	33
2.3.8	Tujuan Latihan Variasi Passing Berpasangan.....	34
2.3.9	Bentuk- Bentuk Latihan Variasi Passing.....	36
2.3.10	Otot Yang Bekerja Ketika Melakukan Latihan Passing.....	37
2.3.11	Faktor Yang Mempengaruhi Saat Passing.....	37
2.4	Kerangka Berpikir.....	38
2.5	Hipotesis.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....		40
3.1	Jenis Penelitian.....	40
3.2	Rancangan Penelitian.....	40
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian.....	41

3.3.1	Tempat Penelitian.....	41
3.3.2	Waktu Penelitian.....	41
3.4	Definisi Operasional Variabe.....	41
3.5	Populasi dan Sampel Penelitian.....	42
3.5.1	Populasi penelitian.....	42
3.5.2	Sampel penelitian.....	42
3.6	Instrumen Penelitian.....	42
3.6.1	Instrumen Tes.....	43
3.7	Pelaksanaan Tes	44
3.8	Teknik Pengumpulan Data.....	45
3.9	Teknik Analisis Data.....	46
3.9.1	Uji Normalitas.....	46
3.9.2	Uji Homogenitas.....	47.
3.9.3	Pengujian Hipotesis.....	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		49
4.1	Hasil Penelitian.....	49
4.1.1	Deskripsi Data Hasil Pretest dan Posttest Ketepatan Passing.....	49
4.1.2	Deskripsi Data Hasil Ketepatan Passing (Pretest).....	50
4.1.3	Deskripsi Data Hasil Ketepatan Passing (Posttest).....	52
4.1.4	Uji Normalitas.....	53
4.2	Pembahasan.....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		59
5.1	Kesimpulan.....	59
5.2	Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....		60

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Program Latihan	25
Tabel 2. 2 Norma tes Passing Kategori Usia 15-17 Tahun	28
Tabel 3. 1 Norma Tes Passing Kategori Usia 15-17 Tahun	44
Tabel 4. 1 Deskriptif Statistik Pretest dan Posttest Ketepatan Passing.....	49
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Pretest Dan Posttest Passing Bawah Menggunakan Kaki Bagian Dalam Permainan Futsal Usia 15-17 Tahun.....	50
Tabel 4. 3 Daftar Distribusi Frekuensi Hasil Tes Ketepatan Passing (Pretest).....	51
Tabel 4. 4 Daftar Distribusi Hasil Tes Ketepatan Passing (Posttest).....	52
Tabel 4. 5 Uji Normalitas.....	54
Tabel 4. 6 Uji Homogenitas.....	54
Tabel 4.7 Uji-T Hasil Pretest Dan Posttest Ketepatan Passing Menggunakan Kaki Bagian Dalam	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lapangan Futsal.....	18
Gambar 2. 2 Gawang Futsal.....	19
Gambar 2. 3 Bola Futsal.....	19
Gambar 2. 4 Visualisasi Latihan Passing Berpasangan Tetap.....	34
Gambar 2. 5 Visualisasi Latihan Passing Berpasangan Rotasi.....	35
Gambar 2. 6 Visualisasi Latihan Passing Menggunakan Sasaran.....	36
Gambar 2. 7 Otot tungkai	37
Gambar 2. 8 Bagan Kerangka Berpikir	38
Gambar 3. 1 One group pretest - posttest design	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kartu Bimbingan Proposal	70
Lampiran 2 Perbaikan Proposal	71
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	72
Lampiran 4 Dokumentasi	73
Lampiran 5 Program Latihan	77

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan variasi *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam terhadap hasil ketepatan *passing* futsal pada atlet Club Academy Petro *Under* Usia 15-17 Tahun Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen semu. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 35 orang. Instrumen penelitian adalah tes dan pengukuran. Hasil pengolahan dan analisis data dengan menggunakan uji normalitas data dan uji hipotesis dengan rumus uji t, bahwa latihan *lari zig-zag* berpengaruh terhadap hasil kelincahan pemain futsal. Hal ini dapat dilihat analisis hasil penelitian, dengan nilai t_{hitung} 14.474 dan t_{tabel} 2.03 (df 34) dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dan kenaikan nilai rata-rata yaitu sebesar 2,60. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan latihan variasi *passing* terhadap ketepatan *passing* bawah menggunakan kaki bagian dalam Futsal Club Academy Petro *Under* Usia 15-17 Tahun Kabupaten Penukal Abab lematang ilir setelah diberikan perlakuan latihan *passing* berpasangan selama 5 minggu. Latihan *passing* yang bervariasi benar-benar memberikan pengaruh terhadap hasil ketepatan *passing* pemain futsal. Implikasi penelitian ini adalah latihan variasi *passing* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil ketepatan pemain futsal.

Kata Kunci: variasi *passing*, *passing* bawah kaki bagian dalam, futsal.

ABTSRACK

This study aims to determine the effect of variations of passing exercises using the inside of the foot on the results of the accuracy of futsal passing in athletes of Club Academy Petro Under Age 15-17 Years in Penukal Abab Lematang Ilir Regency. The method used in this study is a quasi-experimental method. The research design used was one group pretest-posttest design. Sampling using purposive sampling technique with a total sample of 35 people. The research instrument is test and measurement. The results of data processing and analysis using the data normality test and hypothesis testing with the t test formula, that zig-zag running exercises affect the agility results of futsal players. This can be seen in the analysis of the results of the study, with a t_{count} value of 14,474 and a t_{table} of 2.03 (df 34) and a significance value of $0.000 < 0.05$, and an increase in the average value of 2.60. It can be concluded that there is a significant effect of varying passing exercises on the accuracy of lower passing using the inner leg of the Futsal Club Academy Petro Under Age 15-17 Years in Penukal Abab Regency Lematang Ilir after being given the treatment of pair passing training for 5 weeks. Various passing exercises really have an impact on the results of the accuracy of passing futsal players. The implication of this study is that the variation of passing exercises has a significant effect on the accuracy of futsal players.

Keywords: *variation of passing, passing Under the inner leg, futsal.*

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang tersebut (Ruhardi et al., 2021). Olahraga banyak dilakukan oleh masyarakat, tidak hanya untuk menjaga kesehatan, tetapi sebagai sarana pendidikan bahkan sebagai sarana untuk mencapai prestasi (Arham, 2019). Seiring dengan perkembangan dan kemajuan teknologi memberikan pengaruh terhadap bidang keolahragaan sehingga mengalami kemajuan yang sangat pesat. Untuk itu perlu dilakukan beberapa upaya pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga, yang bertujuan untuk mencapai prestasi yang optimal pada suatu kejuaraan baik di tingkat regional maupun nasional. Sebagai contoh futsal adalah suatu cabang olahraga yang sangat digemari di masyarakat saat ini dan hampir sebagian masyarakat mengenal olahraga futsal. Syafaruddin, (2019) berpendapat bahwa olahraga futsal ini diciptakan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930 oleh Juan Carlos Ceriani saat Piala Dunia digelar di Uruguay. Olahraga ini baru masuk Indonesia pada awal abad 21 atau medio tahun 2000-an dan baru mendapat tempat di PSSI (Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia) pada tahun 2004, dengan cepat mendapat tempat dihati para pecinta olahraga sepak bola mulai dari lingkungan sekolah, kampus, sampai perusahaan. Pihak-pihak tersebut kerap mengadakan turnamen futsal di lingkungannya guna menjalin keakraban anggotanya. Futsal mampu menarik minat banyak orang karena permainan yang mirip dengan sepak bola, mudah dimainkan siapa saja, dan dimainkan di dalam ruangan. Hal ini sangat menarik karena orang yang tidak punya cukup waktu siang hari untuk bermain sepakbola dapat menyalurkan keinginannya dengan bermain futsal pada malam hari di dalam ruangan yang diberi lampu. Sesuatu yang susah untuk ditemukan dalam sepak bola.

Futsal adalah permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil dimainkan oleh 10 orang (masing-masing tim terdiri dari 5 orang) saja, serta menggunakan bola yang lebih kecil dan lebih berat dari pada yang

digunakan dalam sepakbola (Yuniarto et al., 2018). Gawang yang digunakan dalam futsal juga lebih kecil. Karena lapangan yang kecil, dan jumlah pemain yang lebih sedikit menjadikan futsal sebagai permainan yang mengasikkan. Disamping itu pemain lebih banyak mendapatkan bola dan mereka dituntut untuk selalu bergerak. Pemain yang malas bergerak, maka dapat dipastikan penjaga gawang akan lebih sering memungut bola dari gawangnya dengan banyak bergerak, tentu sangat melelahkan untuk seorang pemain. Pergantian pemain yang tidak dibatasi, masalah kelelahan tidak menjadi masalah yang berarti, permainan futsal adalah permainan yang berlangsung cepat antara pemain dengan pergerakan bola. Pemain tidak disarankan untuk menguasai bola berlama-lama seperti pada sepakbola. Disini pemain harus terus bergerak dan mencari tempat, mengumpan bola, dan bergerak lagi (Taufik, 2019). Futsal membutuhkan teknik atau keterampilan khusus, baik itu teknik dalam membawa bola maupun teknik menahan bola. Tidak heran apabila seorang pemain futsal secara teknis lebih baik dibandingkan dengan para pesepakbola konvensional (Narlan, et al., 2017). Futsal adalah suatu jenis olahraga yang memiliki aturan tegas tentang kontak fisik, *sliding tackle* (menjegal dari belakang), *body charge* (benturan badan), dan aspek kekerasan lain seperti dalam permainan sepakbola tidak diizinkan dalam futsal (Purwasi, 2016). Jika dilihat dari tujuan tersebut maka diperlukan persiapan yang matang, baik secara fisik, teknik, taktik dan keadaan psikologis yang baik. Selain itu juga diperlukan faktor-faktor pendukung lainnya guna mencapai tujuan tersebut seperti sarana dan prasarana, tenaga pelatih yang handal, pengorganisasian, sumber dana dan sebagainya (Daryanto, 2013).

Pemain futsal yang handal, seorang pemain perlu memusatkan pikiran untuk membuat suatu keputusan dengan cepat dan tepat, mereka butuh latihan mental, pemain yang sudah benar-benar profesional, tapi sangat penting bagi pemula. Seorang pemain dituntut aktif dan mempunyai konsentrasi tinggi serta stamina yang prima. Pemain harus berjuang keras agar bola tetap berada di lapangan serta mengeluarkan seluruh kemampuan teknik dan skillnya untuk memasukkan bola ke gawang lawan, seorang pemain futsal harus memiliki kemampuan teknik dasar futsal yang baik, yakni 1) *Passing*, 2) *Dribble*, 3) *Control*, 4) *Shooting*, 5) *Chipping* (Wijaya

Kusuma, 2021). Hawindri, (2016) berpendapat pada olahraga futsal ada beberapa teknik yang digunakan dalam permainan, teknik-teknik dalam bermain futsal yaitu mengumpan (*passing*), menerima (*receiving*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring (*dribbling*), menembak (*shooting*), dan menyundul (*heading*).

Ginting et al., (2019) *passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain, lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain. *Passing* merupakan salah satu teknik dasar olahraga yaitu futsal, *passing* sangat dibutuhkan setiap pemain (Narlan, 2017). Penyebab hamper sepanjang permainan futsal menggunakan *passing* untuk menguasai *passing*, diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai. Majid, (2021) mengungkapkan bahwa keberhasilan mengumpan ditentukan oleh kualitasnya, tiga hal dalam kualitas mengumpan: 1) Keras, 2) Akurat dan 3) Mendatar.

Aji, (2016) mengungkapkan bahwa dalam pelaksanaan *passing* sebagai berikut: 1) Tempatkan kaki tumpu disamping bola, buka kaki yang untuk mengumpan. 2) Posisi kaki ditekuk keluar sehingga kalau dilihat dari depan posisi kaki bagian dalam akan nampak kelihatan 3) Gerakan dimulai dengan mendorong kaki ke depan dengan perkenaan bola pada kaki bagian dalam dengan arah bola menuju ke pemain yang diinginkan. 4) Gunakan kaki bagian dalam untuk melakukan *passing*. 5) Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat. 6) Kaki dalam dari atas diarahkan ke tengah bola (jantung) dan ditekan kebawah agar bola tidak melambung. 7) Diteruskan dengan gerakan lanjutan, di mana setelah melakukan *passing* ayunan kaki jangan dihentikan. 8) Efek putaran bola yang di timbulkan ketika menendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam adalah putaran bola akan mengarah ke arah dalam posisi tubuh. Tubuh butuh kekuatan, stamina, akselerasi, dan pergerakan kaki yang lincah dan cepat. Latihan fisik harus didahulukan sebelum latihan skill dan teknik, yakni latihan kecepatan (*speed*), daya tahan (*endurance*), dan kekuatan (*strength*). Irawan, (2021) mengungkapkan bahwa futsal adalah permainan yang cepat dengan waktu yang pendek dan ruang gerak yang sempit. Permainan berjalan dengan cepat di mana semua pemain dituntut untuk selalu terlibat baik saat menyerang

maupun saat bertahan, dengan demikian *endurance* pemain diasah dengan baik, tanpa adanya latihan fisik dan penguasaan teknik dasar yang baik dan benar keterampilan bermain tidak akan berkembang.

Seorang pemain yang ingin menjadi pemain *profesional*, maka harus berlatih, belajar dengan tekun tentang hal-hal yang berhubungan dengan kebutuhan futsal seperti pembinaan mental, kondisi fisik, teknik bermain futsal, terpenuhinya gizi dan pengalaman bertanding. Mashud et al., (2019) mengungkapkan bahwa dalam permainan futsal hal-hal yang harus diperhatikan adalah kondisi fisik, teknik dasar, taktik dan mental, seperti halnya dalam permainan sepakbola. Seorang pemain futsal harus mempunyai kondisi fisik dan teknik dasar yang bagus. Sejalan dengan pendapat Aprilianto, (2020) mengungkapkan bahwa apabila seorang pemain memiliki kemampuan teknik dasar yang bagus namun tidak didukung dengan kondisi fisik yang bagus pula, tidak mungkin tidak permainan futsalnya menjadi tidak bagus. Perkembangan prestasi futsal di Indonesia tidak terlepas dari perkembangan minat bermain futsal di daerah-daerah. Ini terbukti dengan munculnya klub-klub futsal di daerah contohnya klub futsal *Academy Petro Under SMP* di daerah Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir. Bukan hanya di klub namun olahraga futsal sudah mulai masuk di universitas di kota-kota besar dan sudah mengalami kemajuan yang sangat pesat.

Penelitian terdahulu Risna Delila Oktavia di KP Budi Utomo Malang dengan judul “Pengaruh Latihan *Passing* Berpasangan Statis Dan Latihan *Passing* Bergerak Dinamis Terhadap Ketepatan *passing* Pada Permainan Futsal”, analisis hasil penelitian ada perbedaan pengaruh antara latihan *passing* berpasangan dan *passing* bergerak terhadap ketepatan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal putri SMP Negeri 21 Malang. Fauzan, (2020) dengan judul “Pengaruh Latihan *Passing* Menggunakan Target Terhadap Kemampuan *Passing* Kaki Bagian Dalam Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola” berdasarkan hasil penelitian Perlakuan yang diberikan yaitu latihan *passing* menggunakan target. Tes yang digunakan memiliki nilai reliabel 0,82 dan nilai validitas 0,75. Hasil analisis statistik menunjukkan hasil uji-t antara pre-test dan post-test memiliki nilai Sig (2 tailed) = 0.000. Hal itu berarti bahwa

probabilitas maka latihan permainan ini dapat digunakan untuk variasi bentuk latihan agar kemampuan *passing* siswa dapat meningkat. Catur Rizal, (2020) dengan judul “Pengaruh Latihan *Passing* Dengan Metode 3 Vs 3 Terhadap Ketepatan *Passing* Futsal” diperoleh hasil penelitian Latihan *passing* dengan metode 3 vs 3 dapat disimpulkan dapat meningkatkan ketepatan *passing* futsal.

Bedasarkan hasil penelitian terdahulu unsur-unsur di atas peneliti akan membahas lebih dalam mengenai *passing*, karena *passing* merupakan komponen yang sangat penting bagi permainan futsal. *Club Academy* Petro Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir merupakan salah satu *club* futsal *Under* SMP ada di Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir. *Club* Futsal academy petro *Under* SMP Penukal Abab Lematang Ilir juga termasuk *club* aktif dan terdaftar resmi di asosiasi futsal kota, *club* ini juga sering mengikuti ajang turnamen bahkan pernah mendapatkan juara turnamen futsal diantaranya (juara *1rd* futsal *competition*, juara *2rd* Hima PALI CUP di Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir dan turnamen lainnya). *Club Academy* Petro *Under* SMP melakukan latihan 4 kali dalam seminggu yaitu pada hari senin, rabu, jumat, dan minggu.

Berdasarkan data yang diambil dari *Club Academy* Petro *Under* Usia 15-17 Tahun Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir pada saat melihat pemain melaksanakan latihan futsal, peneliti menemukan masalah dalam latihan tersebut yaitu kurangnya *passing* pada saat melakukan *passing* bawah dengan menggunakan kaki bagian dalam ke sesama rekannya pemain masih melakukan *passing* asal - asalan sehingga tidak terarah saat diberikan, dan *passing* yang tidak tepat ke arah rekannya sehingga salah mengumpan, sampel yang dijadikan sasaran penelitian dilakukan pengecekan dan pengesanan saat penelitian sebanyak 35 pemain dalam waktu 5 minggu dengan frekuensi latihan 4 kali seminggu, dari keseluruhan pemain yang diamati ketika pemain melakukan *passing* bawah dengan menggunakan kaki bagian dalam sebanyak 5 kali ke arah sasaran gawang yang memiliki ukuran 1x1 meter dengan *passing* panjang berjarak 15 meter menggunakan kaki bagian dalam sebanyak 7 pemain atau (20%) pemain yang dinilai bisa melakukan dengan tepat pada saat *passing* bola ke gawang. 28 pemain atau (80%) di nilai dengan kurang baik dalam melakukan ketepatan *passing*

dengan menggunakan kaki bagian dalam, bahkan masih ada yang belum tepat saat melakukan *passing* ke gawang ketika melakukan *passing* panjang berjarak 15 meter dengan menggunakan kaki bagian dalam. Data dari hasil observasi ini memperlihatkan kurangnya ketepatan *passing* dalam melakukan *passing* bawah pada penerapan *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam di *Club Academy Petro Under* Usia 15-17 Tahun Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir. Sehingga diperlukan latihan yang maksimal yaitu dengan menggunakan teknik latihan variasi *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam terhadap ketepatan *passing*.

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang ada pada latar belakang, maka dapat di identifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Pemain *Club Academy Petro Under* Usia 15-17 Tahun masih asal-asalan dalam melakukan *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam.
2. Tingkat ketepatan *passing* pemain pada kegiatan latihan *Academy Petro Under* Usia 15-17 Tahun kurang baik dalam melakukan *passing*.
3. Latihan variasi *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam perlu dilakukan untuk melatih ketepatan *passing* pemain *Academy Petro Under* Usia 15-17 Tahun Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir dalam melakukan *passing* bola.

1.2.2 Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul dan adanya keterbatasan pada peneliti supaya masalah tidak meluas dan penelitian ini dibatasi pada latihan variasi *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam terhadap ketepatan *passing* pemain *Club Academy Petro Under* Usia 15-17 Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir dalam melakukan *passing* futsal.

1.2.3 Rumusan Masalah

Rumusan permasalahan ini adalah pengaruh latihan *variasi passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam terhadap hasil ketepatan *passing* pemain *Academy Petro Under* Usia 15-17 Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir?

1.3 Tujuan Peneliti

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* variasi dengan menggunakan kaki bagian dalam terhadap kemampuan ketepatan *passing* *Academy Petro Under* Usia 15-17 Tahun Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir.

1.4 Manfaat Peneliti

Manfaat penelitian ini adalah:

- a. Secara Teoristis
 - 1) Memberi pengembangan terhadap pengetahuan, khususnya bagi mahasiswa fakultas keguruan dan ilmu pendidikan penjaskes
 - 2) Sebagai kajian bagi peneliti selanjutnya, sehingga lebih mengetahui tentang variasi latihan untuk ketepatan *passing* yang tepat dalam permainan futsal.
- b. Secara Praktis
 - 1) Dapat digunakan sebagai program latihan untuk meningkatkan ketepatan *passing* pemain.
 - 2) Sebagai sumbangan dalam salah satu usaha untuk meningkatkan prestasi dalam satu pertandingan futsal.
 - 3) Sebagai sumber pengetahuan dalam menyusun program latihan bagi pelatih.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdie, M. (2022). Pengaruh Permainan Target Terhadap Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 5 Palopo (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Palopo).
- Aditya, N. A. (2016). Pengaruh Latilian Skipping Terhadap Tinggi Lon Cat An Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Smp Negeri 1 Srandakan Bantul. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 1(1).
- Adriwansa, A. Z., & Rahayu, E. T. (2023). Efektivitas Peer Teaching Model Dalam Kurikulum Merdeka Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Permainan Sepak Bola Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (Jpdk)*, 5(1), 3443-3447.
- Aji, R. B. (2016). Sepak Bola Dan Eksistensi Bangsa Dalam Olimpiade Masa Orde Lama (1945-1966). *Mozaik Humaniora*, 16(1), 92-103.
- Aji, S. (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap*. Ilmu Cemerlang Group.
- Alfaridi, S. F. (2020). Pengaruh Variasi Latihan Shooting Terhadap Akurasi Shooting Ke Gawang Permainan Futsal (Eksperimen Pada Pemain Ekstrakurikuler Futsal Smpn 5 Kota Tasikmalaya) (Doctoral Dissertation, Universitas Siliwangi). [Http://Repositori.Unsil.Ac.Id/Id/Eprint/5293](http://Repositori.Unsil.Ac.Id/Id/Eprint/5293)
- Alkhadaf, D. M., & Syafii, I. (2019). Pengaruh Latihan Diamond Pass Dan Small Side Game Terhadap Ketepatan Passing Sepakbola Pada Ssb Roket Fc U-14 Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(4).
- Amin, H. M. (2018). Perbandingan Akurasi Long Pass Menggunakan Kaki Bagian Dalam, Kaki Bagian Luar Dan Punggung Kaki Terhadap Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola Sma Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun 2018.
- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Ukm Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 1–

9. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i1.122>

- Arham, S. (2019). Hubungan Keseimbangan Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Passing Cabang Olahraga Futsal Siswa Sma Negeri 8 Gowa. *Global Science Education Journal*, 1(2), 7-19.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. http://perpustakaan.bppsdmk.kemkes.go.id/index.php?p=show_detail&id=3452
- Arjun Fetru. (2020). Model Latihan Passing Futsal Untuk Putri Tingkat Sekolah Menengah Atas. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(02), 176–187. <https://doi.org/10.21009/gjik.112.09>
- Asad, H. Al, Mulyadi, M., & Sugiharto, W. (2020). Survei Sarana Dan Prasarana Olahraga Di Smp Negeri Sekecamatan Prabumulih Timur. *Jurnal Muara Olahraga*, 3(1), 11–20. <https://doi.org/10.52060/jmo.v3i1.335>
- Aziz, R. F. (2021). Pengaruh Variasi Latihan Passing Control Terhadap Keterampilan Passing Control Dalam Permainan Futsal (Eksperimen Pada Pemain Klub Katana Futsal U-19 Kota Tasikmalaya) (Doctoral Dissertation, Universitas Siliwangi).
- Catur Rizal, A. Y. (2020). Pengaruh Latihan Passing Dengan Metode 3 Vs 3 Terhadap Ketepatan Passing Futsal. *Sport Science And Education Journal*, 1(1). <https://doi.org/10.33365/v1i1.635>
- Daryanto, Z. P. (2013). Pengembangan Model Latihan Strategi Serangan Dalam Permainan Futsal (Studi Pada Pemain Futsal Putra Tingkat Intermediate Di Kota Pontianak) (Doctoral Dissertation, Uns (Sebelas Maret University)).
- Dharmawan, D. C. (2016). Kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Futsal ((Doctoral).
- Eka, G., & Darmawan, B. (2014). Metode Pelatihan Taktis Passing Berpasangan Statis Dan Passing Sambil Bergerak Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Control Bola Futsal. *E-Journal Pko*, 1(2), 1–13. <https://doi.org/https://doi.org/10.23887/jpko.v2i1.3551>
- Emzi, R. (2022). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Power Otot Tungkai Dengan

- Akurasi Shooting Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smpn 16 Pontianak (Doctoral Dissertation, Ikip Pgri Pontianak).
- Fauzan, S. S. (2020). Pengaruh Latihan Passing Menggunakan Target Terhadap Kemampuan Passing Kaki Bagian Dalam Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola. (Doctoral Dissertation, Universitas Pgri Adi Buana Surabaya).
- Fenanlampir, A. (2020). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Jakad Media Publishing.
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik Dan Taktik: Pengaruhnya Terhadap Keterampilan Bermain Futsal. *Gelanggalang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (Jpjo)*, 3(2), 143–155. <https://doi.org/10.31539/Jpjo.V3i2.1080>
- Fitranto, N., Hasibuan, M. H., & Irawan, A. (2020). Sosialisasi Peraturan Permainan Futsal Terbaru Tahun 2019 Di Depok. In Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat (Home / Arc).
- Frayogha, J. (2019). Pengaruh Latihan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Akurasi Shooting Pemain Futsal. *Jurnal Patriot*, 1(3), 919–931. <https://doi.org/10.24036/Patriot.V1i3.397>
- Ginting, S. S., Syafrial, S., & Defliyanto, D. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Control, Heading Dan Passing Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 13 Kota Bengkulu. *Kinestetik*, 3(1), 118–124. <https://doi.org/10.33369/Jk.V3i1.8820>
- Gumilar, M. (2021). Pengaruh Latihan Shooting Menggunakan Sasaran Terhadap Ketepatan Shooting Dalam Permainan Futsal (Eksperimen Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Sma Negeri 16 Kabupaten Garut Tahun Ajaran 2020/2021) (Doctoral Dissertation, Universitas Siliwangi).
- Haikal, N. (2023) Analisis Perbedaan Recovery Aktif Dan Recovery Pasif Terhadap Denyut Nadi Pemulihan Setelah Berolahraga Futsal Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Hamzah, B., & Hadiana, O. (2018). Pengaruh Penggunaan Model Problem Based Learning Terhadap Keterampilan Passing Dalam Permainan Futsal. *Juara : Jurnal Olahraga*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.33222/Juara.V3i1.210>
- Haris, A. (2016). Implementasi Agile Model Pada Aplikasi Penyewaan Lapangan

- Futsal Berbasis *Web Service* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammdiyah Jember).
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Sehat Aktif*.
- Hawindri, B. S. (N.D.). Pemanfaatan Panduan Latihan Teknik Dasar Futsal Bagi Atlet Pemula. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Dan Kesehatann*, 284–292. [Http://Repository.Um.Ac.Id/Id/Eprint/49949](http://Repository.Um.Ac.Id/Id/Eprint/49949)
- Hermansyah, H., & Permadi, A. G. (2018). Peningkatan Ketepatan Smash Bola Voli Dengan Metode Target Games Pada Siswa Kelas Xi Sma Darul Hikmah Tahunpelajaran 2017/2018. *Jisip (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 2(1). <https://doi.org/10.58258/jisip.v2i1.593>
- Hidayat, R. (2017). Perbedaan Pengaruh Latihan Ball Feeling Dan Latihan Pendekatan Bermain Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Permainan Sepak Bola Kelompok Umur 13-14 Tahun Sekolah Sepak Bola Pop Solo Tahun 2016.
- Ilhami, P. C. (2019). Perbandingan Antara Metode Latihan Medicine Ball Dan Training Resisten Xander (Trx) Terhadap Kemampuan Bowling Pada Club Cricket Universitas Negeri Jakarta ((Doctoral).
- Irawan, A. (2021). *Indonesia Futsal Coaching Manual*. Deepublish.
- John, J., & Sidik, D. Z. (2017). Pengaruh Metode Repetisi Dalam Latihan Plyometrics Single-Leg Speed Hop Terhadap Peningkatan Power Endurance Tungkai Pada Cabang Olahraga Futsal. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 10(2), 1–11. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v10i2.15724>
- Juliandri, R., Lubis, P. H. ., & Hermansyah, B. (2022). Pengaruh Latihan Target Hasil Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Futsal Club Putra Prabu. *Indonesian Research Journal On Education*, 2(2), 565–572. <https://doi.org/10.31004/irje.v2i2.296>
- Julianur. (2020). Modul Mata Kuliah Futsal. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*, 9(2).
- Labib, R. (2023). Survei Tingkat Pemahaman Pelaraturan Permainan Futsal (Laws Of The Game) Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Sma/Smk Se-Kecamatan Rawalumbu Kota Bekasi ((Doctoral).
- Laksana, A. A. N. P. (2021). Pelatihan Plank Up-Down Terhadap Kekuatan Otot Bahu

- Atlet Putra Shorinji Kempo. *Jurnal Penjakora*, 8(1), 53.
<https://doi.org/10.23887/penjakora.v8i1.32727>
- Majid, S., & Zaenal, M. (2021). Pengaruh Latihan Triangle Terhadap Passing Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Pemain Ekstrakurikuler Futsal Sma Negeri 5 Palopo (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Palopo).
- Mashud, M., Hamid, A., & Abdillah, S. (2019). Pengaruh Komponen Fisik Dominan Olahraga Futsal Terhadap Teknik Dasar Permainan Futsal. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 10(1), 28–38. <https://doi.org/10.21009/gjik.101.04>
- Meison, F. (2015). (2015). Hubungan Antara Kecepatan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Keterampilan Menendang Bola Dalam Permainan Futsal Pada Siswa Putra Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sekayam Kabupaten Sanggau (Doctoral Dissertation, Ikip Pgri Pontianak).
- Moore, R., Bullough, S., Goldsmith, S., & Edmondson, L. (2014). A Systematic Review Of Futsal Literature. *American Journal Of Sports Science And Medicine*, 2(3), 108–116. <https://doi.org/10.12691/ajssm-2-3-8>
- Muarif, M. (2021). (2021). Pengembangan Media Audio Visual Latihan Passing Dalam Permainan Futsal: Audio Visual Media Development Passing Exercises In Futsal Games. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 10(1), 16-23.
- Muharram, Nur Ahmad, Dan P. (2020). Pengembangan Buku Teknik Dasar Taekwondo Berbasis Mobile Learning Dan Model Tes Keterampilan Tendangan Ap Hurigi Pada Atlet Taekwondo Kota Kediri. *Jurnal Kejaora*, 2.
- Murhananto. (2013). Dasar-Dasar Permainan Futsal (Sesuai Dengan Peraturan Fifa). Pt. Kawan Pustaka.
- Mustakim, M. (2022). Pengaruh Latihan Resitance Band Dan Resistance Band Leg Press Terhadap Power Otot Tungkai Anggota Ukm Futsal Stkip Pgri Pacitan Tahun 2022 ((Doctoral).
- Narlan, A., Juniar, D. T., & Millah, H. (2017). Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal. *Jurnal Siliwangi: Seri Pendidikan*, 3(2).
- Narlan, A., Juniar, D. T., & M. (2017). Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal. *Jurnal Siliwangi: Seri Pendidikan*, 3(2).

<https://doi.org/https://doi.org/10.37058/jspendidikan.v3i2.268>

- Naser, N., Ali, A., & Macadam, P. (2017). Physical And Physiological Demands Of Futsal. *Journal Of Exercise Science & Fitness*, 15(2), 76–80. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2017.09.001>
- Notriya, S. G. (2018). Pengaruh Latihan Memukul Bola Digantung Terhadap Ketepatan Smash Bola Voli Putri Di Sma Paramarta 1 Seputih Banyak Lampung Tengah. *Jurnal Unila*.
- Nugraha, T. Y., & Syafi'i, I. (2022). Perbedaan Pengaruh Latihan Skipping Rope Dan Boomerang Run Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepakbola. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(2), 102-113.
- Nugroho, W. A. (2017). Pembinaan Prestasi Olahraga Sepakbola Di Pusat Pendidikan Dan Latihan Putra Batang. *Juara: Jurnal Olahraga*, 2(2), 162. <https://doi.org/10.33222/juara.v2i2.43>
- Nunes, F. H., Rodolfo A. Dellagrana, Fábio Y. Nakamura, Cosme F. Buzzachera, Flavia A. M. Almeida, Lucinar J. F. Flores, Luiz G. A. Guglielmo, And S. G. S. (2018). . “Isokinetic Assessment Of Muscular Strength And Balance In Brazilian Elite Futsal Players.” *The International Journal Of Sports Physical Therapy*, 13(1), 94–103.
- Oktavia, R. D., & Hariyanto, D. (2017). (2017). Pengaruh Latihan Passing Berpasangan Statis Dan Latihan Passing Bergerak Dinamis Terhadap Ketepatan Passing Pada Permainan Futsal. *Jp. Jok. (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(1), 30-41.
- Patta Khasanit., R. (2018). *Acute Effect Of Different Narmo*.
- Pd, S., & Munar, H. (2020). Pengaruh Latihan Menggunakan Target Passing Terhadap Ketepatan Passing Sepakbola Pada Tim Sepakbola Smp Negeri 13 Muaro Jambi (Doctoral Dissertation, Fkip).
- Pipit Fitria Yulianto, Aan Budi Santoso, Kodrad Budiyono, Narbito, R. S., & Hartini. (2022). Implementasi Metode Latihan Audio Visual Dan Latihan Variasi Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 14 – 16 Tahun Klub Junior Soccer Academy Sukoharjo Tahun 2021. *Proficio*, 3(1), 6–11.

<https://doi.org/10.36728/jpf.v3i1.1757>

- Praniata, Agus Rizqi, Bambang Kridasuwarsa, Wahyuningtyas Puspitorini, And A. H. (2019). . “*Effectiveness Of The Futsal Passing Exercise Model Based On Small-Sided Games For The Middle School Levels.*” *Journal Of Physical Education, Sport, Health And Recreations*, 8(1), 18– 21.
<https://doi.org/10.15294/active.v8i1.27920>
- Pranyoto, F. S. (2020). *Pengaruh Latihan Agility Hurdle Drills Dan Agility Ring Drills Dan Kecepatan Terhadap Kelincahan Pemain Futsal*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Pratidina, H. (2017).. *Survei Pelaksanaan Ekstra Kurikuler Futsal Di Sekolah Menengah Atas Negeri Sekecamatan Ungaran Kabupaten Semarang* ((Doctoral).
- Purwasi, B. S. (2016). *Pengembangan Model-Model Latihan Finishing Dalam Permainan Futsal Untuk Siswa Ekstrakurikuler Di Smkn 5 Malang* ((Doctoral).
- Rachman, A. F. (2019). *Bentuk Latihan Keseimbangan Canoeing Pada Atlet Dayung Ppop Dki Jakarta* ((Doctoral).
- Rahmadi, M. R. (2018). *Pengaruh Metode Latihan Variasi Terhadap Kemampuan Passing Dan Stopping Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Ssb Rajawali Pekanbaru* (Doctoral D).
- Romadhoni, D. L., Herawati, I., & Pristianto, A. (2018). Pengaruh Pemberian Circuit Training Terhadap Peningkatan Vo2max Pada Pemain Futsal Di Maleo Futsal Magetan. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 43–48.
<https://doi.org/10.23917/jk.v11i1.7004>
- Rosita, T., Hernawan, H., & Fachrezzy, F. (2019). Pengaruh Keseimbangan, Kekuatan Otot Tungkai, Dan Koordinasi Terhadap Ketepatan Shooting Futsal. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 117–126.
<https://doi.org/10.17509/jtikor.v4i2.18991>
- Roziandy, Mochamad, Dan Budiwanto, S. (2020). Pengaruh Latihan Naik Turun Bangku Terhadap Power Otot Tungkai Pada Atlet Bola Voli Putri. *Indonesia Performance Journal*.

- Ruhardi, R., Nugroho, W. A., & Mahardhani, A. J. (2021). Olahraga Kebugaran Dan Kesehatan Dalam Perspektif Islam. *Pelangi: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Islam Anak Usia Dini*, 3(2), 64–80. <https://doi.org/10.52266/Pelangi.V3i2.677>
- Sandhi, D. T., & Budiwanto, S. (2017). Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Menggunakan Model Variasi Dan Pengaruh Latihan Reguler Terhadap Teknik Menggiring Bola Pada Anak Latih Sekolah Sepak Bola Pabrik Gula Ngadirejo Kediri Usia 14 Tahun. *Indonesia Performance Journal*, 1(1).
- Santoso, H. N. (2018). *Hubungan Antara Somatotype Dengan Passing Accuracy Dan Passing Coordinacy Pemain Sepak Bola Universitas Sebelas Maret*.
- Setyadi, A. (2016). *Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Keterampilan Passing Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Smp Muhammadiyah 2 Depok Sleman Tahun 2016. Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 5(8).
- Sugiyono. (2016). *Metode An Pendidikan*. Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Cv Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*.
- Sukirno. (2015). *Dasar-Dasar Atletik Dan Latihan Fisik Menuju Prestasi Tinggi*. Unsri Press.
- Susanto, N., & Lismadiana, L. (2016). Manajemen Program Latihan Sekolah Sepakbola (Ssb) Gama Yogyakarta. *Jurnal Keolahragaan*, 4(1), 98. <https://doi.org/10.21831/Jk.V4i1.8133>
- Susi, B. H. (2016). Pemanfaatan Panduan Latihan Teknik Dasar Futsal Bagi Atlet Pemula. Terhadap Koordinasi Kaki Anggota Ukm Futsal Universitas Musamus Merauke. *Altius*, 1(6), 3–4.
- Suyatna. (2014). *Buku Pendamping Dan Penunjang Pembelajaran Siwa Penjasorkes*, (Gmedia).
- Syafaruddin, S. (2019). Tinjauan Olahraga Futsal. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/10.36706/Altius.V7i2.8108>

- Taufik, M. S. (2019). Hubungan Tingkat Konsentrasi Dengan Keterampilan Bermain Futsal Unit Kegiatan Mahasiswa Futsal Universitas Suryakencana. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 10(02), 68–78. <https://doi.org/10.21009/Gjik.102.01>
- Ul'fah Hernaeny, M. P. (2021). Populasi Dan Sampel. *Pengantar Statistika 1*, 33.
- Warni, Herita, Dkk. (2017). Pengaruh Latihan Daya Tahan (Endurance) Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2, 123.
- Weda, W., & Akbar, H. (2020). Hubungan Index Massa Tubuh Dan Kelincahan Dengan Hasil Dribbling Sepakbola Di Ssb Cendoro Usia 14 Tahun Di Kabupaten Tuban. Hubungan Index Massa Tubuh Dan Kelincahan Dengan Hasil Dribbling Sepakbola Di Ssb Cendoro Usia 14 Tahun Di Kabupaten Tuban,. *I(1)*, 53-56. <http://repository.unpkediri.ac.id/id/eprint/2529>
- Widodo, P., & Irawan, G. A. (2023). Tingkat Kemampuan Teknik Shooting Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smk Tamtama Karanganyar Kebumen. *Journal On Education*, 6(1), 138-148. <http://jonedu.org/index.php/joe>
- Widodo, A. (2021). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pada Sekolah Sepakbola Bina Bintang Muda Kepri. *Jurnal Bola*, 4(1), 1-17. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/Bola.V4i1.2282>
- Wijaya Kusuma, I. D. M. A. (2021). Teknik Yang Paling Dominan Pada Pertandingan Futsal Putra Profesional. *Jurnal Keolahragaan*, 9(1). <https://doi.org/10.21831/Jk.V9i1.31853>
- Yahya Eko Nopiyanto, & Septian Raibowo. (2020). Pelatihan Olahraga Futsal Sebagai Sarana Mengurangi Aktivitas Game Online Pada Anak-Anak Di Kelurahan Mangunharjo. *Jurpikat (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(2), 114–124. <https://doi.org/10.37339/Jurpikat.V1i2.264>
- Yuniarto, A., Supriyadi, S., & Sudjana, I. N. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Mobile Learning Teknik Dasar Dan Peraturan Permainan Futsal. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 2(1), 51–

62. <https://doi.org/10.33503/jpjok.V2i1.188>

Yunus, M. (2017). Pengaruh Latihan Interval Terhadap Kenaikan Jumlah Sel Eritrosit Dan Vo₂maks. *Jurnal Riset Physical Education*, 8(1), 79–89.

Yuridyanvel, M. T., & Pd, S. (2021). *Analisis Keterampilan Teknik Passing Futsal Tim Sma Negeri 5 Kota Jambi*. (Doctoral Dissertation, Fkip).