

PENGARUH LATIHAN WALL-PASS TERHADAP KETERAMPILAN PASSING PADA EKSTARKURIKULER FUTSAL DI MAN 10 JAKARTA

Nadhil Fazari ¹, Rhama Nurwansyah Sumarsono ², Ardawi Sumanro ³
^{1,2,3}PJKR FKIP Universitas Singaprbangsa Karawang
[1nadhilfazari10@gmail.com](mailto:nadhilfazari10@gmail.com), [2rhama.nurwansyah@fkip.unsika.ac.id](mailto:rhama.nurwansyah@fkip.unsika.ac.id),
[3ardawi.sukarno45@gmail.com](mailto:ardawi.sukarno45@gmail.com)

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of implementing wall-pass training on improving the passing skills of futsal extracurricular participants at MAN 10 Jakarta. This research method uses a quantitative method with a pre-experimental approach and uses a One Group Pre-test Post-test Design research design to determine the differences before and after being given certain treatments. The sample used in this study used a total sampling technique and the samples taken were 20 people. Using basic movement assessment instruments as instruments in the study. The results of the normality test data processing produced a pretest significance of 0.085 while the posttest was 0.069. From these data it can be interpreted that the normality test is normally distributed, because the significance is > 0.05 . Then a homogeneity test was carried out which produced a significance value of 0.451. From these data it can be interpreted that the homogeneity test is homogeneous. Then a Paired Sample T-test was carried out to determine the resulting effect with a value of 0.000. So, it can be said to have an effect because < 0.05 . This study found that basic passing technique skills (after using the application of the wallpass training method increased from the initial test). This shows that the implementation of wall pass training can improve basic passing technique skills in futsal extracurricular participants at one of the Islamic high schools in Joglo, West Jakarta.

Keywords: Wall Pass Practice, Basic Passing Techniques, Futsal Extracurricular

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan latihan wall-pass terhadap peningkatan keterampilan passing peserta ekstrakurikuler futsal di MAN 10 Jakarta. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimen dan menggunakan desain penelitian One Group Pre-test Post-test Design untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan tertentu. Sampel yang digunakan pada penelitian ini dengan menggunakan teknik total sampling dan sampel yang diambil sebanyak 20 orang. Menggunakan instrumen penilaian gerak dasar sebagai instrumen dalam penelitian. Hasil dari pengolahan data uji normalitas yang dilakukan menghasilkan signifikan pretest sebesar 0,085 sedangkan posttest sebesar 0,069. Dari data tersebut dapat diartikan bahwa uji normalitas terdistribusi normal, karena signifikansi $> 0,05$. Kemudian dilakukan uji homogenitas yang menghasilkan nilai signifikansi 0,451. Dari data tersebut dapat diartikan uji homogenitas bersifat homogen. Kemudian dilakukan uji Paired Sampel T-test untuk mengetahui pengaruh yang dihasilkan dengan nilai sebesar 0,000. Maka, dapat dikatakan memiliki pengaruh karena $< 0,05$. Penelitian ini menemukan bahwa keterampilan teknik dasar passing (setelah

menggunakan penerapan metode latihan wallpass meningkat dari pada tes awal). Hal ini menunjukkan bahwa penerapan latihan wallpass dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar passing pada peserta ekstrakurikuler futsal di salah satu sekolah madrasah aliyah yang berada di Joglo, Jakarta Barat.

Kata Kunci: Latihan Wallpass, Teknik Dasar Passing, Ekstrakurikuler Futsal

A. Pendahuluan

Olahraga berasal dari kata olah dan raga, olah berarti melatih diri sebagai seseorang yang terampil dan raga yang berarti badan. Olahraga yaitu suatu bentuk pendidikan jasmani dan rohani di lingkungan masyarakat yang megupayakan berbagai gerakan jasmani yang dilakukan secara sadar dan sistematis untuk meningkatkan kualitas diri yang lebih baik (Mulyadiono & Sari, 2021). Olahraga merupakan suatu kegiatan dari pendidikan jasmani yang berada di masyarakat dengan tujuan menggerakkan tubuh secara sadar dan terorganisir demi meningkatkan kualitas diri yang lebih baik. Menurut (Amirzan et al., 2023) olahraga adalah sebuah kegiatan yang sangat diperlukan oleh setiap orang untuk mempertahankan kesehatan dan kesegaran jasmani yang dimilikinya. Selain memberikan kesehatan dan kesegaran jasmani, aktivitas olahraga dapat menjadi sebuah ajang perlombaan untuk mendapatkan sebuah prestasi, baik secara individu

maupun berkelompok dalam kehidupan bermasyarakat

Menurut (Mulyadiono & Sari, 2021) olahraga adalah aktivitas yang dilakukan untuk melatih tubuh seseorang, baik secara jasmani maupun rohaninya. Maka dari itu, semua hal yang terdapat pada kegiatan olahraga yaitu seluruh aktivitas jasmani yang berlandaskan semangat untuk melatih diri sendiri maupun orang lain. Olahraga dapat dikatakan juga sebagai media menuju peningkatan kualitas dan ekspresi hiup. Fungsi utama dari olahraga untuk menyehatkan badan serta memastikan agar organ-organ tubuh tetap sehat dan berfungsi normal. Olahraga sangat penting bagi manusia sebab jika kurang berolahraga dapat menyebabkan melambatnya metabolisme tubuh, insomnia, mudah lelah, berat badan mudah naik turun sehingga rentan terserang penyakit yang kronis.

Pada zaman sekarang olahraga futsal banyak disukai oleh seluruh kalangan masyarakat, dengan

banyaknya sarana prasarana yang tersedia secara gratis membuat banyak orang yang ingin menggeluti olahraga futsal. Di Indonesia sendiri melihat beberapa tahun kebelakang menjadi tuan rumah "Futsal Asian Championship tahun 2002". Saat itulah futsal di pertontonkan di televisi maupun koran secara nasional di seluruh indonesia, sehingga masyarakat mulai penasaran dan mencoba olahraga futsal ini (Putra et al., 2024).

Pada dasarnya futsal ialah permainan menendang bola yang menggunakan kaki sebagai alat. Sama seperti sepakbola, futsal saat ini sudah menjadi olahraga yang banyak digemari masyarakat. Bukan hanya karena mirip dengan sepakbola tetapi bermain futsal sangatlah mudah dan tidak memerlukan banyak pemain seperti sepakbola. Hal yang terpenting untuk mencapai tujuan dalam permainan futsal yaitu seorang pemain harus mampu menguasai teknik dasar berupa passing, control, dribbling, dan shooting (Farhan & Tomi, 2023).

Teknik dasar passing merupakan salah satu pilar penting dalam permainan futsal. Dalam permainan futsal, passing merupakan

teknik dasar yang diperlukan agar dapat menciptakan permainan futsal dengan baik. Menurut (Farhan & Tomi, 2023) passing merupakan salah satu teknik dasar yang sangat dibutuhkan pemain. Di lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan passing yang keras dan akurat, karena dengan passing yang baik seorang pemain akan dapat memindahkan bola dengan cepat ke depan untuk dapat menciptakan gol. Pembelajaran dengan pola permainan dapat meningkatkan ketermapilan passing futsal pada siswa SMA juga dikarenakan secara pertumbuhan dan perkembangan, siswa SMA memiliki motivasi yang tinggi dalam melakukan berbagai aktivitas permainan dalam pembelajaran (Agustan & Hidayat, 2021). Passing merupakan teknik yang harus selalu dilatih dalam setiap latihan agar mendapatkan gerakan passing yang baik dan benar, bukan hanya gerakan tetapi juga ketepatan arah passing, (Fikri & Fahrizqi, 2021).

Latihan berasal dari kata exercise yang merupakan kebutuhan wajib dalam proses latihan untuk meningkatkan kualitas kegunaan sistem organ tubuh manusia sehingga mempermudah atlet ketika melakukan gerakan-gerakannya (Arisman, 2019).

Menurut (Hariyanti et al., 2019) pengertian latihan adalah suatu proses yang dilakukan dengan sistematis dan berulang-ulang dengan pembebanan yang diberikan secara progresif dan merupakan upaya yang dilakukan untuk mempersiapkan diri dalam upaya untuk mencapai tujuan tertentu. Adapun sasaran dan tujuan latihan secara garis besar menurut (Apriyanto, 2020) yaitu : a. Meningkatkan kualitas fisik dasar secara umum dan menyeluruh, b. Mengembangkan dan meningkatkan potensi fisik yang khusus, c. Menambah dan menyempurnakan teknik, d. Mengembangkan dan menyempurnakan strategi, taktik dan pola bermain, e. Meningkatkan kualitas dan kemampuan psikis olahragawan.

Latihan untuk meningkatkan keterampilan passing kaki dalam perlu diberikan latihan khusus agar bisa memberikan teknik dasar yang lebih bagus lagi, seperti latihan wall pass. Passing yang akurat adalah passing yang dapat mengarahkan bola ke arah yang diinginkan tanpa adanya penyerobotan oleh pihak lawan. Operan juga harus mencapai sasaran yang sedemikian rupa sehingga penerimanya mudah

mengandalikannya. Latihan wall passing adalah bentuk latihan passing yang sangat mudah untuk dilakukan oleh pemain usia dini terutama usia muda dan merupakan latihan yang efektif dalam meningkatkan akurasi dan kontrol pemain (Agusta A & Salahuddin, 2019).

Menurut (Ratna Sari & Nugraha, 2022) Metode latihan wall pass adalah mengembalikan bola kepada kawan dengan satu sentuhan. Satu hal yang perlu diperhatikan untuk melakukan passing ini adalah penempatan posisi. Sedangkan menurut (Fahmi, 2023) Wall-pass adalah tehnik dimana dua orang pemain saling melakukan passing secara cepat, tepat, dan kontinu tanpa adanya dribling bola. Jenis teknik operan yang mengharuskan pemain berlari untuk menerima bola setelah mengoperkannya ke pemain lain itu juga kerap disebut dengan one-two pass. Wall pass merupakan tehnik gerakan yang sangat sederhana. tehnik ini biasanya dilakukan oleh dua orang atau lebih pemain bola dengan saling oper bertujuan untuk menembus pertahanan lawan yang cukup rapat (Suantama et al., 2020).

Setelah melakukan observasi dan wawancara bersama saudara

Dzulfikar selaku pelatih futsal MAN 10 Jakarta terdapat beberapa faktor yang menyebabkan penurunan prestasi dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal saat ini. Ketika pelatih memberikan materi latihan masih terdapat siswa yang kurang paham dalam melakukannya, sehingga siswa tersebut kesulitan dalam mengikuti serangkaian latihan tersebut. Masih banyaknya siswa yang belum menguasai teknik dasar futsal dengan baik, salah satunya teknik yang sangat penting yaitu passing. Terdapat beberapa siswa yang malas bergerak ketika sehabis passing, padahal hal tersebut merupakan hal dasar dalam sebuah permainan futsal. Faktor lainnya terdapat siswa yang masih kurang serius ketika melakukan latihan, hal ini membuat latihan tersebut menjadi kurang maksimal.

Dalam hal ini aktivitas latihan permainan bola futsal yang ingin penulis kaji berkaitan dengan teknik dasar serta pemahaman bermain permainan futsal dengan baik, serta kerjasama yang dapat dilakukan dalam latihan teknik dasar passing. Teknik dasar passing dapat menjadi sebuah senjata ketika kita dapat melakukan sebuah passing yang cepat, akurat dan baik. Karena

lapangan futsal lebih kecil dibandingkan dengan lapangan sepak bola sehingga kita dituntut untuk melakukan passing yang cepat dan akurat dalam sebuah permainan futsal. Maka dari itu dibutuhkan sebuah latihan yang dapat memaksimalkan passing yang cepat dan akurat salah satu latihan yang dapat meningkatkan passing kita yaitu dengan melakukan latihan wall-pass.

B. Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut (Nugroho & Haritanto, 2022) Penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-penemuan yang dapat dicapai dengan menggunakan prosedur statistik atau cara lain dari kuantifikasi (pengukuran). Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode Pre-Experimental. Mengenai metode ini (Indrawan & Yaniawati, 2015) menyatakan metode Pre-Experimental menerapkan perlakuan kepada subjek penelitian tanpa adanya kelompok kontrol dan proses penelitiannya berfokus pada dampak perubahan dari perlakuan subjek penelitian yang diamati. Desain

penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Pre-Experimental dengan bentuk one-group pretest-posttest design. Desain penelitian yang di gunakan adalah dengan satu kelompok tes, pada desain ini juga terdapat pretest, sebelum di beri perlakuan. Adapaun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa aktif ekstrakurikuler futsal di MAN 10 JAKARTA yang berjumlah 20 siswa. Teknik yang digunakan oleh peneliti pada penelitian ini adalah teknik total sampling. Dalam penelitian ini siswa yang dijadikan sampel adalah seluruh peserta ekstrakurikuler futsal di MAN 10 Jakarta adapun sampel yang diambil berjumlah 20 siswa.

Adapun instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan teknik dasar passing futsal. Peneliti menggunakan lembar penelitian untuk mencatat hasil pretest dan posttest yang dilakukan dalam penelitian. Tes keterampilan teknik dasar passing dimaksudkan untuk mengklasifikasi pemain, mengukur kemajuan dan dipakai juga sebagai dasar evaluasi atas kecakapan para pemain. Tes keterampilan teknik dasar passing futsal yang dihitung atau di tes yaitu: Gerak dasar passing futsal, yang dilakukan peserta ekstrakurikuler

futsal MAN 10 Jakarta. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini mengacu pada penelitian kuantitatif. Dalam teknik pengolahan dan pengumpulan data ini memerlukan beberapa tahapan dalam pelaksanaannya. Berikut adalah teknik pengolahan dan pengumpulan data yang harus ditempuh dalam pelaksanaan penelitian ini: (1) melakukan pengujian validitas bertujuan untuk melihat apakah suatu alat ukur tersebut valid (sahih) atau tidak valid. (2) Melakukan pengumpulan data diantaranya dengan melakukan pretest lalu diberikan treatment kemudian melakukan posttest dan terakhir mengambil dokumentasi.

Analisis data penelitian menggunakan analisis statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis (paired sample t test) dengan bantuan aplikasi komputer SPSS 26 For Windows. Uji analisis statistik bertujuan untuk mempelajari cara pengumpulan data dan penyajian data sehingga mudah dipahami. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data penelitian berdistribusi normal atau tidak normal. Uji homogenitas bertujuan untuk meyakinkan bahwa kelompok data

berasal dari populasi yang memiliki varians yang sama (homogen). Uji hipotesis (paired sample t test) bertujuan untuk melihat apakah terdapat perbedaan rata-rata dari dua sampel yang saling berpasangan.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada saat pengujian deskripsi atau kondisi responden yang menjadi sampel penelitian. Dari hasil skor nilai responden pada tes yang telah dibuat oleh peneliti pretest dan posttest dengan responden 20 siswa maka selanjutnya dilakukan analisis untuk mengetahui seberapa pengaruh metode latihan Wall-pass terhadap teknik dasar passing pada ekstrakurikuler futsal di MAN 10 Jakarta.

Tabel 1. Data Tabel Statistik Deskriptif Pretest Posttest

		Statistics	
		pre	post
N	Valid	20	20
	Missing	0	0
Mean		14,60	24,20
Median		15,00	24,00
Mode		15	25
Std. Deviation		1,142	1,436
Variance		1,305	2,063
Minimum		13	22
Maximum		17	27

Sumber : (Hasil Pengolahan Data Komputer SPSS 26 For Windows)

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa seluruh sampel berjumlah 20 orang yang mengikuti pretest dan posttest. Dengan nilai rata-rata pada pretest sebesar 14,60, sedangkan rata-rata pada posttest sebesar 24,20. Untuk nilai mode pada pretest sebesar 15, sedangkan pada posttest sebesar 25. Untuk nilai std. deviation pada pretest sebesar 1,142, sedangkan std. deviation pada posttest sebesar 1,436. Untuk nilai variance pada pretest sebesar 1,305, sedangkan pada posttest sebesar 2,063. Untuk nilai terendah pada pretest sebesar 13 sedangkan pada posttest sebesar 22. Untuk nilai tertinggi pada pretest sebesar 17 dan posttest sebesar 27.

Setelah diketahui hasil perhitungan statistic deskriptif, maka langkah selanjutnya adalah uji normalitas sebagai prasyarat analisis data sebelum menghitung uji t, dikarenakan penulis menggunakan uji t sebagai hipotesis penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan uji kenormalan Liliefors dengan menarik kesimpulan jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikan lebih kecil dari 0.05 maka data penelitian

tidak berdistribusi normal. Pengujian sebelum menghitung nilai-nilai yang dibutuhkan dalam uji kenormalan Lilliefors untuk mengetahui lebih lengkapnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 2. Data Tabel Uji Normalitas

		Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	kelas	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
hasil pretest	pretest	,187	20	,065	,917	20	,085
posttest	posttest	,189	20	,060	,912	20	,069

a. Lilliefors Significance Correction

Sumber : (Hasil Pengolahan

Komputer SPSS 26 For Windows)

Berdasarkan tabel 2 di atas dari uji normalitas yang telah dilakukan. Maka dapat disimpulkan bahwa hasil pengujian normalitas tes awal (pretest) menunjukkan bahwa hasil dari pretest memiliki nilai signifikansi sebesar $0,085 > 0,05$ sedangkan hasil dari posttest memiliki nilai signifikansi sebesar $0,069 > 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data tes awal (pretest) kemampuan passing siswa berdistribusi normal.

Apabila suatu data yang akan di uji normalitas berdistribusi normal, maka dapat dilanjutkan ke uji selanjutnya yaitu uji homogenitas.

Pentingnya melakukan uji homogenitas untuk mengetahui apakah dari kelompok data yang diperoleh dari populasi memiliki varians yang sama atau tidak. Jika data bersifat homogen maka data tersebut bisa dilanjutkan ke uji hipotesis, dan apabila data tersebut tidak bersifat homogen maka peneliti harus melakukan pengambilan data kembali. Uji homogenitas data pretest dan posttest keterampilan passing bawah siswa dengan menggunakan Software IBM SPSS Statistics Versi 26 for Windows dengan dasar pengambilan keputusan adalah jika nilai signifikansi atau sig. $< 0,05$ maka distribusi data tidak homogen. Sebaliknya, jika nilai signifikansi atau sig. $> 0,05$ maka distribusi data homogen. Setelah dilakukan pengolahan data, tampilan output dari analisis uji homogen Levene Test dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. Data Tabel Uji Homogenitas

		Test of Homogeneity of Variances			
		Levene			
		Statistic	df1	df2	Sig.
hasil pretest	Based on Mean	,580	1	38	,451
posttest	Based on Median	,551	1	38	,463

Based on Median and with adjusted df	,551	1	37,218	,463
Based on trimmed mean	,530	1	38	,471

Sumber : (Hasil Pengolahan

Komputer SPSS 26 For Windows)

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa nilai signifikan homogenitas varians data pretest dan posttest yaitu 0,451 dikarenakan nilai signifikan 0,451 > 0,05. Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwasanya data pretest dan posttest bersifat homogen.

Hipotesis pada penelitian ini di uji melalui penggunaan uji paired sampel t-Test menggunakan Aplikasi SPSS 26 For Windows. Hipotesis dalam penelitian ini adalah “diduga latihan wall-pass berpengaruh terhadap keterampilan passing futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal di MAN 10 JAKARTA”. Simpulan penelitian ini dinyatakan signifikan bilamana nilai sig di bawah 0,05 (sig < 0,05). Berdasarkan uji normalitas yang sudah berdistribusi normal, maka selanjutnya dilakukan uji paired sampel t-test yang telah dilakukan menggunakan aplikasi SPSS 26 for windows. Menurut hasil analisis, didapat data pada tabel di bawah.

Tabel 4. Data Tabel Uji Hipotesis

		Paired Samples Test						
		Paired Differences						
		95%						
		Std.	Confidenc					
		Err	of the				Sig.	
		Std.	Difference				(2-	
		Me	Lower	Upper			tailed	
		an	an	per)	
P	ai	an	an	per	t	df		
PRE	-	1,50	,33	-	-	-	1	,000
TEST -	9,6	1	6	10,3	8,8	28,6	9	
POST	00			02	98	05		
1	TEST							

Sumber : (Hasil Pengolahan

Komputer SPSS 26 For Windows)

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwasanya nilai Sig. (2-tailed) yang menunjukkan hasil 0.000 < 0,05 yang artinya bahwa H₁ diterima dan H₀ ditolak. Dalam hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa “diduga latihan wall-pass berpengaruh terhadap keterampilan passing futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal di MAN 10 JAKARTA” diterima.

D. Kesimpulan

Berdasarkan dari pembahasan dan pengelolaan data diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pengaruh penerapan latihan wall-pass untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar passing pada peserta

ekstrakurikuler futsal MAN 10 Jakarta yaitu.

Terdapat pengaruh dari latihan dengan menggunakan penerapan latihan wall-pass dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar passing futsal. Dilihat dari hasil pengolahan data dengan menggunakan uji paired sampel t-test dengan hasil nilai sig 2 tailed $0,000 < 0,05$, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan latihan wall-pass dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar passing pada peserta ekstrakurikuler futsal di MAN 10 Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta A, M. F., & Salahuddin, M. (2019). Pengaruh Latihan Wall Pass Dan Passing Support Terhadap Passing Futsal Siswa Smk Negeri 2 Luwuk. *Babasal Sport Education Journal*, 55(4), 524–530.
<https://elibrary.ru/item.asp?id=37272549>
- Agustan, B., & Hidayat, A. R. (2021). Play Teach Play: Pengaruhnya Terhadap Kemampuan Passing Futsal. *Physical Activity Journal*, 2(2), 159.
<https://doi.org/10.20884/1.paju.2021.2.2.3875>
- Amirzan, Lestari, I., & Zikri. (2023). *Education Enthusiast: PEMULA PADA KLUB COROLA TIJUE KECAMATAN PIDIE Education Enthusiast: 3(4), 175–190.*
- Apriyanto, K. D. (2020). *Dasar-dasar Latihan Beban*. UNY Press.
<https://books.google.co.id/books?id=Aw4REAAAQBAJ>
- Arisman. (2019). *PENGARUH LATIHAN SQUARETERHADAP DAYATAHAN AEROBICATLET SRIWIJAYA ARCHERY CLUB*. 2, 45–53.
- Fahmi, D. A. (2023). *PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES DAN WALL PASS TERHADAP KETEPATAN PASSING DI MERDEN FOOTBALL ACADEMY U-18 KABUPATEN BANJARNEGARA*. November, 1564–1571.
- Farhan, M., & Tomi, A. (2023). *Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Passing dengan Metode Drill pada Ekstrakurikuler Futsal di SMA Islam Kota Malang*. 1(4), 195–205.
- Fikri, Z., & Fahrizqi, E. B. (2021). Penerapan Model Latihan Variasi Passing Futsal Di Ekstrakurikuler Sman 1 Liwa. *Journal of Physical Education (JouPE)*, 2(2), 23–29.
- Hariyanti, W., Astra, I. ketut B., & Suwiwa, I. G. (2019). Pengembangan Model Latihan Fleksibilitas Tingkat Pemula dalam Pembelajaran Pencak Silat. *Jurnal Penjakora*, 6(1), 57.
<https://doi.org/10.23887/penjakor.a.v6i1.17713>
- Indrawan, R., & Yaniawati, R. P. (2015). *Metodologi Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Campuran untuk Manajemen*,

Pembangunan, dan Pendidikan.
<https://api.semanticscholar.org/CorpusID:231475633>

Mulyadiono, A., & Sari, Y. P. (2021). Pentingnya Manajemen Olahraga Terhadap Perkembangan Prestasi Dan Pembinaan Tim Futsal Sumur Waru. *Jurnal Edukasimu*, 1(3), 1–9. <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/47>

Nugroho, A. S., & Haritanto, W. (2022). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF DENGAN PENDEKATAN STATISTIKA: (Teori, Implementasi & Praktik dengan SPSS)*. Penerbit Andi. <https://books.google.co.id/books?id=8H6REAAAQBAJ>

Putra, N. A. S., Maksum, A., & Arief, N. A. (2024). Pengembangan Instrumen Pengukuran Keterampilan Dasar Bermain Futsal Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jendela Olahraga*, 9(1), 137–145. <https://doi.org/10.26877/jo.v9i1.17848>

Ratna Sari, P., & Nugraha, U. (2022). Pengaruh Latihan Wall Pass Terhadap Ketepatan Passing Tim Futsal Putri Tanjung Jabung Barat. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 4(1), 91–99. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v4i1.19343>

Suantama, P. A. B., Swadesi, I. K. I., & Sudarmada, I. N. (2020). *RUN TERHADAP AKURASI PASSING DALAM PERMAINANSEPAK BOLA PADA SISWA SSB PUTRA MUMBUL USIA 10-13 TAHUN*. 5.