



Pengaruh Metode Bermain Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Futsal Siswa SMPN 40 Padang

Zikrul Akbar¹, Aldo Naza Putra², Nurul Ihsan³, Atradinal⁴

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia¹²³⁴

1aziktaluk@gmail.com, 2aldoaquino87@yahoo.com, 3nurulihshan@fik.unp.ac.id, 4atradinal@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.24036/IPDO.8.1.2025.68>

Kata Kunci : Futsal, Metode Bermain, Passing, Siswa SMP

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah diduga karena rendahnya kemampuan *passing* pemain Futsal Siswa SMPN 40 Padang. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh metode bermain terhadap peningkatan kemampuan *passing* futsal siswa SMPN 40 Padang. Jenis penelitian ini eksperimen semu. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni-Juli 2024 di lapangan Futsal Raffhely Jalan Ulak Karang Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII, VIII, dan IX yang tergabung dalam tim futsal SMPN 40 Kota Padang yang berjumlah 40 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 22 orang pemain. Instrumen dalam penelitian ini tes *passing*. Uji normalitas data menggunakan *lillifors* nilai signifikansi Sig. untuk *pre test* eksperimen sebesar 0,073 lebih besar dari 0,05. Dan nilai signifikasni Sig. untuk *post test* eksperimen sebesar 0,117. Teknik analisis data menggunakan rumus statistik analisis uji t Sig. (*2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$ (SPSS v.22). Hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh metode bermain terhadap peningkatan kemampuan *passing* futsal siswa SMPN 40 Padang. Berdasarkan table *paired samples test* diketahui nilai nilai Sig. (*2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$. Dimana dari rata-rata *pre test* 9,86 dan *post test* 11,68. Ada perbedaan rata-rata antara *pre test* dan *post test* sebesar 1,818 atau 17,03%.

Keyowrds : Futsal, Playing Methods, Passing, Middle School Students

Abstract : The problem in this study is suspected to be due to the low passing ability of SMPN 40 Padang Futsal players. The purpose of this study was to determine the effect of playing methods on improving the passing ability of SMPN 40 Padang students. This type of research is a quasi-experimental study. This research was conducted in June-July 2024 at the Raffhely Futsal field, Jalan Ulak Karang, Padang City. The population in this study were students in grades VII, VIII, and IX who were members of the SMPN 40 Padang City futsal team, totaling 40 people. The sampling technique used the Purposive Sampling technique, so the number of samples in this study was 22 players. The instrument in this study was a passing test. The data normality test used *lillifors*, the significance value Sig. for the pre-test experiment was 0.073, greater than 0.05. And the significance value Sig. for the post-test experiment was 0.117. The data analysis technique used the statistical formula for the t-test analysis Sig. (*2-tailed*) of $0.000 < 0.05$ (SPSS v.22). The results of this study are that there is an influence of playing methods on improving the futsal passing ability of SMPN 40 Padang students.

Based on the table paired samples test, the Sig. (2-tailed) values are $0.000 < 0.05$. Where the average pre-test is 9.86 and the post-test is 11.68. There is an average difference between the pre-test and post-test of 1.818 or 17.03%.

PENDAHULUAN

Olah raga merupakan salah satu jenis aktivitas fisik yang dilakukan dalam bentuk permainan. Olahraga seringkali dipandang sebagai fenomena sosial yang menyebar ke seluruh dunia. Olahraga ini telah menjadi sarana hiburan, pendidikan, kesuksesan, dan kesehatan.

Menurut Suwirman (2019) dalam Asnaldi (2020: 161) olahraga adalah bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat, perkembangan olahraga sampai pada saat ini telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat.

Menurut (Zulbahri, 2022), olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang bertujuan untuk kesehatan, kebugaran, pendidikan, rekreasi dan prestasi. Induk organisasi futsal di dunia tetap berada di bawah naungan *Federation Internasional of Football Association (FIFA)*.

Untuk turnamen terbesar yang diselenggarakan oleh *Federation Internasional of Football Association (FIFA)* adalah Piala Dunia Futsal yang diadakan setiap empat tahun sekali.

Menurut Aldo Naza Putra, dkk (2022) pola pembinaan yang baik sangat dibutuhkan, terutama teknik, taktik, fisik dan mental maka para pemain harus memiliki semua itu.

Futsal merupakan jenis permainan yang dimainkan dengan segala aspek yang lebih sederhana dibandingkan sepakbola (Dermawan, 2018). Futsal dapat dimainkan dilapangan yang ukurannya lebih kecil dari lapangan sepakbola, dan dengan jumlah pemain lebih sedikit dari masing-masing tim.

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim beranggotakan lima orang dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan, dengan manipulasi bola dan kaki (Rosmawati, 2016).

Futsal merupakan suatu permainan yang dilakukan di dalam ruangan yang menggunakan lapangan berukuran kecil dan disertai dengan peraturan yang ketat dan mengandalkan fisik yang maksimal (Juniarsyah et al., 2019).

Menurut (Debyanto et al., 2022), menjelaskan bahwa "futsal adalah suatu permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu dengan lima pemain di setiap regunya dengan menggunakan lapangan yang relatif lebih kecil serta mempunyai aturan yang ketat dan tegas tentang kontak fisik".

Futsal adalah permainan sejenis sepak bola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil (Munif & Pambudi, 2015). Permainan ini dimainkan oleh 10 orang (masing-masing tim 5 orang) saja, serta menggunakan bola yang lebih kecil dan lebih ringan dari pada yang digunakan dalam sepak bola.

Menurut (Gazali, 2016), mengemukakan bahwa "Futsal adalah permainan yang cepat, ketika pemain tidak hanya menunggu datangnya bola tetapi harus menjemput bola yang datang. Dengan kondisi lapangan yang sempit maka akan banyak terjadinya peluang goal yang dihasilkan oleh pemain.

Sedangkan menurut *Jurnal a systematic Review of Futsal Literature* menjelaskan "Futsal adalah olahraga yang sangat intens secara fisiknya, literatur menunjukkan bahwa tuntutan fisik futsal itu perlu

dipertimbangkan karena sangat penting bagi pelatih dalam menerapkan program latihan untuk kegiatan kompetisi”.

Olahraga futsal menjadi olahraga primadona di penjuru dunia beberapa tahun belakangan ini. Olahraga yang memang tidak memandang umur, maupun latar belakang ini semakin hari semakin berkembang dan memiliki penggemar tersendiri (Edmizal & Maifitri, 2021).

Futsal termasuk salah satu olahraga sepakbola dengan arena atau lapangan yang lebih kecil. Bisa bermain lapangan *indoor* ataupun *outdoor*, siang ataupun malam hari. Hal ini sangat menarik karena orang yang tidak punya cukup waktu di siang hari untuk bermain futsal dapat menyalurkan keinginannya bermain futsal pada malam hari di dalam ruangan yang telah diberi fasilitas lampu sebagai alat penerangannya.

Bahkan banyak juga kaum wanita yang tertarik dengan olahraga ini. Futsal adalah singkatan dari *futbol* (sepakbola) dan *sala* (ruangan) dari bahasa Spanyol atau *futebol* (Portugal atau Brazil) dan *salon* (Prancis) (Asbanu & Triansyah, 2018).

Permainan futsal modern saat ini telah mengalami banyak kemajuan perubahan serta perkembangan yang pesat baik dari segi fisik, teknik, taktik dan yang terakhir adalah mental bertanding yang dapat dilihat secara langsung di pertandingan (PFL) *pro futsal league* (Setiawan et al., 2021).

Teknik-teknik dasar bermain futsal terdapat beberapa ragam ialah diantara lain *receiving*(menyambut bola), *shooting* (menendang bola) ke arah gawang), *passing* (mengumpan), *chipping* (mengumpan lambung), *heading*(menyundul bola), *dribbling*(menggiring bola) (Irfani et al., 2013).

Dengan demikian para siswa-siswa dapat menguasai bola dengan baik artinya, dapat memainkan bola dengan baik juga. *Passing*

adalah salah satu teknik dasar permainan futsal dengan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat.

Bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain, sebab hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing* keberhasilan mengumpan ditentukan oleh kualitasnya (Ulfiana & Yudasmara, 2019).

Teknik dasar yang fundamental dan perlu untuk dikuasai oleh siswa dalam permainan futsal yaitu *passing*. *Passing* yaitu mengoper atau menedang bola kepada teman satu tim untuk menjalankan permainan (Asbanu & Triansyah, 2018). Teknik dasar *passing* merupakan tahap awal bagi siswa untuk belajar permainan futsal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan *passing* yang baik dapat menunjang permainan futsal dengan lebih baik dan mempermudah dalam menciptakan goal ke gawang lawan (Prakoso, 2013). Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka, teknik dasar *passing* menjadi fokus yang penting dalam permainan futsal.

Berdasarkan observasi peneliti, siswa yang tergabung dalam tim futsal SMPN 40 padang sudah mengikuti beberapa pertandingan di antaranya: bilal tv cup III, al azhar cup I tapi belum memperoleh hasil yang maksimal dan memuaskan karena ada beberapa faktor salah satu adalah teknik dasar futsal *passing* yang kurang baik.

Dari hasil wawancara dengan pelatih futsal smpn 40 padang yang mengatakan bahwa siswa masih sering melakukan kesalahan dalam *passing*, seperti *passing* yang tidak akurat, *passing* yang terlalu lemah, dan *passing* yang terlalu kuat (Wahyudi & Negeri, 2020).

Untuk meningkatkan kemampuan *passing* futsal diperlukan latihan yang efektif dan efisien. Metode latihan merupakan suatu bentuk latihan yang dilakukan untuk belajar

bermain futsal.

Sesuai dengan persyaratan dalam mendukung prestasi cabang olahraga, kemampuan gerak dan teknik yang sesuai akan dapat dikembangkan melalui berbagai metode latihan yang tepat (Bernhardin & Fauzi, 2022).

Sementara itu rangkaian bermain bahwa terdapat tiga tingkat rangkaian bermain: "(1) Bentuk dasar bermain mengandung ciri khas kemampuan bermain yang sederhana, (2) Bentuk bermain sederhana merupakan bermain yang berdiri sendiri, (3) Bermain yang sebenarnya dan sesuai dengan menurut peraturan".

Lebih lanjut (Dharmawan, 2022), "rangkaiian bermain adalah usaha pencapaian suatu tujuan bermain dalam suatu bentuk bermain yang dilaksanakan dengan beberapa urutan atau rangkaian bermain yang diorientasikan kepada tujuan akhir"

Ada banyak bentuk dengan metode latihan dapat disusun berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan *passing* futsal adalah metode bermain (Sucipto et al., 2023).

Metode bermain merupakan metode latihan bentuk bermain yang dilakukan melalui kegiatan-kegiatan yang kompleks sehingga mampu mencerminkan terjadinya suatu pertarungan atau permainan di antara dua tim sehingga ada yang menang dan kalah (Cahyo, 2016).

Kemampuan pemain dituntun lebih, agar dapat melakukan bobot teknik yang tepat dan juga harus berhadapan langsung dengan lawan. Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul "Pengaruh Metode Bermain Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Futsal Siswa SMP N 40 Padang".

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen semu. Metode eksperimen diartikan sebagai metode dengan bentuk yang sistematis dengan tujuan untuk mencari pengaruh variabel satu dengan variabel yang lain dengan memberikan perlakuan khusus dan pengendalian yang ketat dalam suatu kondisi (Setiawan et al., 2021).

Desain penelitian yang digunakan adalah *desain pre-eksperiment one group pre- test- posttest*. Desain ini melibatkan satu kelompok yang diberi *pre-test* (O_1), diberi *treatment* (X) dan diberi *post-test* (O_2). Keberhasilan *treatment* ditentukan dengan membandingkan nilai *pre-test* dan nilai *post-test*.

Dimana penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel X, variabel Y. Variabel X atau variabel bebas adalah metode bermain dan variabel Y atau variabel terikat adalah kemampuan *passing*.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII, VIII, dan IX yang tergabung dalam tim futsal SMPN 40 Kota Padang yang berjumlah 40 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* yang berjumlah 22 orang.

Instrumen tes yang digunakan untuk pengukuran awal (*pre test*) maupun pengukuran akhir (*post test*) dengan menggunakan tes *passing*. Berikut dokumentasi pengambilan data pada sampel penelitian:

1. Metode bermain kucing kucingan



Gambar 1. Penerapan Metode Bermain
Sumber: Dokumentasi Penelitian

Gambar di atas adalah metode bermain yang di lakukan untuk meningkatkan kemampuan *passing*.

2. Metode bermain 2 vs 2



Gambar 2. Penerapan Metode Bermain
Sumber: Dokumentasi Penelitian

Gambar di atas bentuk metode bermain yang di lakukan meningkatkan kemampuan *passing*.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *lillefors* dengan taraf nyata (α) = 0,05. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Shapiro-Wilk* dengan SPSS, yang pertama jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal. Yang kedua sebaliknya, jika nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil dari 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan *output* SPSS tersebut, diketahui bahwa nilai signifikansi Sig. untuk *pre test* eksperimen sebesar 0,073 lebih besar dari 0,05. Dan nilai signifikasni Sig. untuk *post test* eksperimen sebesar 0,117. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Shapiro-Wilk* di atas, dapat disimpulkan bahwa data **berdistribusi normal**.

2. Uji Hipotesis

Berdasarkan *table output paired samples statistics* di atas jumlah data adalah 22. Nilai rata-rata atau *mean* untuk *pre test* adalah 9,86 sementara untuk nilai rata-rata atau *mean post test* adalah 11,68. Standar deviasi atau simpangan baku adalah untuk *pre test* 1,49 dan untuk *post test* 1,61 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara *pre test* dan *post test* sebesar 1,818.

Berdasarkan *table paired samples test* diketahui nilai Sig. (*2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji t maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan Metode bermain bawah terhadap kemampuan *passing-controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang.

HASIL

1. Hasil Tes Awal (*pre test*) *Passing-Controlling* pemain Futsal Siswa SMPN 40 Padang

Berdasarkan analisis data tes awal kemampuan *passing-controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang, maka dari 22 orang sampel diperoleh skor maksimal 13 dan skor minimal 8.

Kemudian diperoleh standar deviasi 1,48 dan skor rata-rata 9,86. Distribusi frekuensi data awal kemampuan *passing-controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal (*pre test*) *Passing-Controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang

No	Kelas interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relative (%)
1	8 – 9	10	45%
2	10 – 11	9	41%
3	12 – 13	3	14%
Total		22	100%

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel di atas, kemampuan *passing-controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang, dari data *pre test*, pada kelas interval 8 – 9 terdapat 10 orang (45%), pada kelas interval 10 – 11 terdapat 9 orang (41%), dan pada kelas interval 12 – 13 terdapat 3 orang (14%).

2. Hasil Tes Akhir (*post test*) *Passing-Controlling* pemain Futsal Siswa SMPN 40 Padang

Berdasarkan analisis data tes awal kemampuan *passing-controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang, maka dari 22 orang sampel diperoleh skor maksimal 13 dan skor minimal 8.

Kemudian diperoleh standar deviasi 1,48 dan skor rata-rata 9,86. Distribusi frekuensi data awal (*post test*) kemampuan *passing-controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Tes Akhir (*post test*) *Passing-Controlling* pemain Futsal Siswa SMPN 40 Padang

No	Kelas interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relative (%)
1	8 - 9	1	5%
2	10 - 11	10	45%
3	12 - 13	9	41%
4	14 - 15	2	9%
Total		22	100%

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel di atas, kemampuan *passing-controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang, dari data *post test*, pada kelas interval 8 – 9 terdapat 1 orang (5%), pada kelas interval 10 – 11 terdapat 10 orang (45%), pada kelas interval 12 – 13 terdapat 9 orang (41%), dan pada kelas interval 14 – 15 terdapat 2 orang (9%).

PEMBAHASAN

Seperti halnya dengan hasil penelitian terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* dengan metode bermain terhadap kemampuan *passing* peserta ekstrakurikuler. Bermain dan permainan merupakan suatu kegiatan yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan manusia (Mailani, 2016).

Siswa dengan suka rela dan gembira dalam mengikuti pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi efektif dan menyenangkan, serta siswa aktif dalam bergerak.

Sedangkan permainan adalah menurut (Festiawan, 2020) menjelaskan bahwa “permainan adalah salah satu bentuk aktivitas sosial yang dominan pada awal masa anak-anak. Sebab, anak-anak menghabiskan lebih banyak waktunya diluar rumah bermain dengan temantemannya dibandingkan terlibat dalam aktivitas lain.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Syaifuddin (2017) menyatakan pembelajaran perlakuan metode bermain memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar *passing* sepakbola di ekstrakurikuler sepakbola usia 16-17 tahun.

Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *passing* dengan latihan metode bermain yang dilakukan pada pemain futsal siswa SMPN 40 Padang.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada pemain futsal siswa SMPN 40 Padang. Penelitian dilakukan dengan metode bermain, menganalisis uji pengaruh antara tes awal (*pre test*), perlakuan (*treatment*) dan tes akhir (*post test*).

Adapun pelaksanaan tersebut dilakukan dengan rincian 1 kali pretest, 10 kali

pertemuan treatment dan 1 kali posttest. Penelitian ini dilakukan dengan model *pre-experimental design*.

Pelaksanaan tes dalam penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali, yaitu tes sebelum dan sesudah yang diberikan *treatment*. Pelaksanaan tes pertama bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal pemain (*pre test*), sebelum diberikan *treatment* pada pemain, sedangkan tes kedua atau tes akhir (*post test*).

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis uji normalitas dan uji-t dapat disimpulkan. Uji normalitas *pre test* dan *posttest* yaitu *pre test* 0,073 lebih besar dari 0,05 sedangkan *post test* yaitu 0,117 lebih besar dari 0,05. Maka data *pre test* dan *post test* dikatakan normal atau berdistribusi.

Sedangkan uji homogenitas dilihat dari nilai signifikansi *pre test* dan *post test*. Selanjutnya uji-t dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode bermain terhadap hasil *passing* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang.

Skor rata-rata hasil *passing* bola futsal pada tes awal (*pre test*) adalah hasil *pre test* dengan nilai rata-rata 9,86, sedangkan skor rata-rata hasil *passing* tes akhir (*post test*) adalah 11,68.

Untuk persentase peningkatan hasil *passing* bola futsal adalah 17,03% peningkatan hasil *passing* bola futsal merupakan pengaruh yang terjadi karena pemberian perlakuan yang berupa metode bermain yang disampaikan lewat kegiatan latihan.

Setiap pertemuannya materi latihan yang diberikan lebih menekankan pada penguasaan teknik dasar *passing*. Upaya dalam meningkatkan kemampuan yang dimiliki pemain secara umum berjalan dengan baik.

Namun, dalam pelaksanaan di lapangan sedikit mengalami kendala atau keterbatasan diantaranya adalah penyesuaian suasana latihan yang setiap pertemuannya berbeda-beda karena setiap pemain tidak semuanya dalam kondisi yang baik, pemain juga terkadang terlambat dikarenakan mengikuti les.

Namun beberapa kendala tersebut semaksimal mungkin dioptimalkan oleh peneliti, untuk mengatasi hal tersebut dengan terus memberikan motivasi, semangat, serta mendorong mereka selalu bekerja sama tanpa harus memikirkan bahwa latihan tersebut sebagai beban yang sangat berat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan bahwa berdasarkan *table paired samples test* diketahui nilai nilai *Sig. (2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji t maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Dari hasil uji t dapat di artikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan metode bermain terhadap kemampuan *passing-controlling* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang.

Dimana dari rata-rata *pre test* adalah 9,86 dan *post test* adalah 11,68. Ada perbedaan rata-rata antara *pre test* dan *post test* sebesar 1,818 atau 17,03%. Jadi, Metode bermain dapat meningkatkan kemampuan *passing* pemain futsal siswa SMPN 40 Padang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldo Naza Putra, Haripah Lawani, Faridatul 'ala, & Ridho Bahtra. 2022. Efektivitas Latihan Small Side Games Terhadap Keterampilan Shooting Siswa SSB Usia 12 Tahun. *Jurnal Sporta Saintika*.
- Asnaldi, A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(2), 160-175.
- Asbanu, R., & Triansyah, A. (2018). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Hasil Passing Bola Futsal Pada Ekstrakurikuler SMPN 3 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(4), 1-9.
- Bernhardin, D., & Fauzi, A. (2022). Pengaruh Latihan Zig-Zag terhadap Kelincahan Bermain Futsal. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 4(1), 1-7.
<https://doi.org/10.37742/jpoe.v4i1.157>
- Cahyo, R. A. (2016). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Futsal Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Seragen*.
- Debyanto, K., Atradinal, A., Yulifri, Y., & Edwarsyah, E. (2022). Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Satellite Futsal Club Kota Padang. *Jurnal JPDO*, 5(2), 85-91.
- Dermawan, B. (2018). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal PJKR Angkatan 2017. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 2(2), 78-88.
<http://eprints.uny.ac.id>
- Dharmawan, R. D. (2022). Keterampilan Dasar Bermain Futsal Putri: Studi Survei di SMK Terpadu Ibaadurrahman Kota Sukabumi. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(2), 453-457.
<https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1955>
- Edmizal, E., & Maifitri, F. (2021). Pelatihan Tentang Kondisi Fisik Cabang Olahraga Bulutangkis Bagi Pelatih Bulutangkis Se Kota Padang. *Jurnal Berkarya, Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 32-37.
<http://jba.ppj.unp.ac.id/index.php/jba/article/view/68>
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik dan Taktik: Pengaruhnya terhadap Keterampilan Bermain Futsal. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(2), 143-155.
<https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i2.1080>
- Gazali, N. (2016). Pengaruh Metode Kooperatif dan Komando Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola. *Journal Sport Area*, 1(1), 56.
<https://doi.org/10.30814/sportarea.v1i1.373>
- Irfani, M. H., Atiq, A., & Yunitaningrum, W. (2013). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Permainan Futsal Di Smkn 1 Rasau Jaya. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(12).
- Juniarsyah, A. D., Sidik, D. Z., Sunadi, D., & Karim, D. A. (2019). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal Kota Bandung. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 4(2), 72-77.
<https://doi.org/10.5614/jskk.2019.4.2.5>
- Mailani, A. (2016). Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Peserta Didik Putera yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Imogiri Bantul. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 5(4), 1-8.
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/in>

- dex.php/pjkr/article/view/2350
- Munif, A., & Pambudi, A. (2015). Keterkaitan Kondisi Fisik Dengan Prestasi Belajar Penjasorkes Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal (Studi Pada Siswa Putra Kelas X dan IX Tim Futsal SMAN 9 Surabaya). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 02(3), 117–123.
<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/11181>
- Prakoso, D. B. (2013). Minat Bermain Futsal Di Jenis Lapangan Vinyil, Parquette, Rumput Sintetis Dan Semen Pada Pengguna Lapangan Di Semarang. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 2(2), 15.
- Rosmawati. (2016). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Pemain Club Futsal Sekolah Menengah Kejuruan Nusatama Padang. *Jurnal MensSana*, 1(2), 11.
<https://doi.org/10.24036/jm.v1i2.49>
- Setiawan, W. A., Festiawan, R., Heza, F. N., Kusuma, I. J., Hidayat, R., & Khurrohman, M. F. (2021). Peningkatan Keterampilan Dasar Futsal Melalui Metode Latihan Passing Aktif dan Pasif. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 270–278.
<https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/1066>
- Sucipto, S., Sumpena, A., & Wicaksono, M. A. M. (2023). Perbedaan Model Pembelajaran Tradisional dan Kooperatif Dalam Peningkatan Keterampilan Bermain Futsal. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 561–575.
<https://doi.org/10.37058/sport.v7i2.8417>
- Ulfiana, I. Y., & Yudasmaras, D. S. (2019). Proseding fik-um 2018 implementasi olahraga, kesehatan dan pendidikan jasmani terhadap upaya peningkatan karakter anak bangsa. *ResearchGate*, July 2018.
- Wahyudi, A., & Negeri, U. (2020). *Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Passing*. 2(1), 24–31.
- Zulbahri. (2022). Analisis Tingkat Kondisi Fisik Mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 4(2), 80–84.