



## PENERAPAN LATIHAN WALL PASS TERHADAP PENINGKATAN KETEPATAN PASSING PEMAIN FUTSAL BARA FC BUNGO

**Farid Perdana Sukri<sup>1</sup>, Muhammad Arnando<sup>2</sup>, Kamal Firdaus<sup>3</sup>, Mardepi Saputra<sup>4</sup>**

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia  
[faridperdanasukri@gmail.com](mailto:faridperdanasukri@gmail.com)<sup>1</sup>, [171050@fik.unp.ac.id](mailto:171050@fik.unp.ac.id), [dr.kamalfirdaus.mkes.aifo@gmail.com](mailto:dr.kamalfirdaus.mkes.aifo@gmail.com),  
[mardepisaputra@fik.unp.ac.id](mailto:mardepisaputra@fik.unp.ac.id)

Doi : <https://doi.org/10.24036/JPDO.9.2026.0082>

Kata Kunci : ***Latihan Wall Pass, Passing, Futsal***

Abstrak : Permasalahan pada penelitian ini yaitu karena rendahnya kemampuan *passing* serta program latihan yang belum efektif digunakan untuk meningkatkan kemampuan *passing*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan metode latihan *wall pass* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pada pemain futsal Tim Bara FC Bungo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian ini dilaksanakan di Gama futsal Kabupaten Bungo, Provinsi Jambi. Populasi penelitian adalah pemain Tim Bara FC Bungo dengan jumlah 43 orang, dengan sampel sebanyak 20 orang yang diambil melalui teknik total sampling. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif dan uji t. Hasil penelitian yaitu model latihan *wall pass* dapat meningkatkan kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo yang dibuktikan dengan nilai  $t_{hitung} (6,58) > t_{tabel} (2,09)$  dengan  $\alpha = 0,05$ . Selanjutnya ketika dilihat dari kemampuan awal pemain futsal yang berada pada kategori sedang dengan mean 89,95 meningkat sebesar 13,45 menjadi kemampuan akhir dengan mean 103,40.

Keyword : ***Wall Pass Training, Passing, Futsal***

Abstract : The problem in this study is due to the low passing ability of the training program that has not been effectively used to improve passing ability. This study aims to determine the effect of implementing the wall pass training method on improving passing skills in futsal players from the Bara FC Bungo Team. This study uses a quantitative approach with a One Group Pretest-Posttest Design. This study was conducted at Gama Futsal, Bungo Regency, Jambi Province. The study population was 43 Bara FC Bungo Team players, with a sample of 20 people taken through a total sampling technique. The data analysis techniques used were descriptive analysis and t-test. The results of the study are that the wall pass training model can improve the passing ability of futsal players of the Bara FC Bungo Team, as evidenced by the calculated t value  $(6.58) > t$  table  $(2.09)$  with  $\alpha = 0.05$ . Furthermore, when viewed from the initial ability of futsal players who are in the medium category with a mean of 89.95, it increases by 13.45 to a final ability with a mean of 103.40.

## PENDAHULUAN

Futsal merupakan jenis permainan olahraga sepakbola yang telah mengalami evolusi permainan dan peraturan. Cabang olahraga yang digemari berbagai kalangan, telah berkembang pesat di Indonesia.

Olahraga prestasi dirancang untuk mengasah potensi fisik, mental, dan emosional individu secara menyeluruh, demi mencetak prestasi gemilang di dunia olahraga (Lah, 2023).

Pencapaian prestasi atlet ditentukan dan dipengaruhi oleh banyak faktor, faktor tersebut dapat dikelompokkan sebagai berikut: "Faktor yang berasal dari dalam (*internal*) dan dari luar (*eksternal*).

Seiring dengan perkembangan teknologi dan globalisasi, futsal terus berkembang sebagai olahraga yang dihargai oleh pemain, pelatih, dan penggemar sepak bola di seluruh dunia.

Hal ini telah menjadi bagian integral dari perkembangan sepak bola modern. Futsal adalah olahraga yang semakin populer di seluruh dunia, termasuk di Indonesia (Prabowo, 2023).

Futsal juga memiliki tujuan seperti bidang olahraga lainnya serta tujuannya menyerupai tujuan dari olahraga sepakbola yaitu memasukkan bola kedalam gawang lawan sebagai syarat untuk mendapatkan *score* (Rohman, 2021).

Futsal dimainkan selama 2 X 20 menit bersih, total waktu permainan futsal adalah 40 menit dengan istirahat perbabaknya 10 menit (Arifin, 2023).

Teknik dasar dalam permainan futsal sangat diperlukan saat melakukan permainan

futsal. Untuk dapat bermain futsal dengan baik seorang pemain harus dibekali dengan skill/teknik dasar yang baik, tidak hanya sekedar bisa menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam menguasai atau mengontrol bola.

(Anjanika, 2023) menyatakan bahwa Teknik dalam permainan futsal yaitu teknik menggiring bola (*dribbling*), teknik mengumpan bola (*chipping*), teknik menerima bola (*controlling*), teknik menendang bola (*shooting*).

(Silalahi, 2023) menyatakan hal yang sama bahwa pemain futsal harus memiliki Teknik dasar, seperti mengoper (*passing*), menerima (*control*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring (*dribbling*), menendang kearah gawang (*shooting*), menyundul (*heading*).

Dengan demikian, penguasaan bola bukan hanya keterampilan teknis, tetapi juga kunci strategi dalam permainan sepak bola (Agusta, 2019).

Keterampilan adalah kesanggupan menggunakan pengetahuan seseorang secara efektif dan secara siap dalam pelaksanaan, serta mencapai kemantapan dari suatu keberhasilan dalam mencapai suatu tujuan. Keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam suatu tujuan dengan efisien dan efektif.

Semakin tinggi kemampuan seseorang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut. *Passing* merupakan teknik dasar yang paling diutamakan dalam permainan futsal hal ini dikarenakan passing digunakan sebagai penghubung berjalannya taktik untuk terciptanya sebuah gol.

Pentingnya akan penguasaan *passing* ini, diperlukan suatu metode latihan yang efektif guna menunjang peningkatan keterampilan dasar bermain futsal (Setiawan, 2021).

Latihan merupakan suatu aktivitas yang diberikan atau dilakukan oleh individu dengan tujuan meningkatkan kemampuan yang dimilikinya. Pemberian latihan adalah bagian yang penting karena akan memberikan efek pada peningkatan suatu keterampilan, terutama *passing*.

Semakin sering berlatih dengan unit latihan yang sesuai akan berdampak baik kepada pemain. Metode latihan *passing* aktif dan pasif merupakan suatu metode yang dirasa efektif untuk memecahkan permasalahan keterampilan dasar bermain futsal (Setiawan, 2021).

(Emral. Yudi, 2021) menyatakan bahwa istilah latihan berasal dari kata dalam bahasa Inggris yang dapat mengandung beberapa makna seperti: *practice*, *exercises*, dan *training*. Dalam istilah bahasa Indonesia kata-kata tersebut semuanya mempunyai arti yang sama yaitu latihan.

Latihan diartikan sebagai proses untuk mempersiapkan organisme pada atlet secara tersistematis guna mendapat mutu prestasi yang maksimal dengan pemberian beban pada fisik serta mental secara teratur, terarah, beringkat, dan berulang pada waktunya (Eko Bagus Fahrizqi, 2021).

Prinsip latihan merupakan hal-hal yang harus ditaati, dilakukan atau dilaksanakan agar tujuan latihan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan Prinsip-prinsip latihan

memiliki peranan penting terhadap aspek fisiologis dan psikologis atlet.

(Emral. Yudi, 2021) menyatakan Prinsip latihan antara lain: prinsip kesiapan (*readiness*), prinsip individual, prinsip adaptasi, prinsip beban lebih (*overload*), prinsip progresif, prinsip spesifikasi, prinsip variasi, prinsip pemanasan dan pendinginan (*warm up* dan *cool-down*), prinsip latihan jangka panjang (*long term training*), prinsip berkebalikan (*reversibility*), dan prinsip sistematis.

Prinsip latihan merupakan sesuatu yang harus ditaati dalam mencapai tujuan latihan agar memperoleh prestasi optimal. Prinsip-prinsip latihan meliputi prinsip beban bertambah (*overload*), prinsip spesialisasi (*specialization*), prinsip perorangan (*individualization*).

Menurut (Sin, 2018) Agar latihan sesuai dengan tujuannya, maka perlu diberikan pembebanan yang tepat kepada atlet. Pembebanan latihan berkaitan dengan intensitas, volume, lama latihan dan frekuensi latihan.

Menurut (Utamayasa, 2021) Latihan merupakan suatu gerakan fisik atau aktifitas mental yang dilakukan secara sistematis dan berulang-ulang (*repetisi*) dalam jangka waktu (durasi) lama, dengan pembebanan yang meningkat secara progresif dan individual yang bertujuan untuk memperbaiki sistem serta fungsi fisiologis dan psikologis tubuh agar pada waktu melakukan aktifitas olahraga dapat mencapai penampilan yang optimal.

Sedangkan menurut (Anggia, 2019) bahwa latihan yang bertujuan untuk meningkatkan

keterampilan (kemahiran) dalam berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan latihan yang hendak dicapai.

Latihan *Wall Pass* 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, 2019).

Menurut (Cook, 2013) menjelaskan latihan mengoper bola dalam jarak pendek dapat dilakukan dengan latihan *Wall Passing*. Metode latihan *Wall Pass* adalah mengembalikan bola kepada kawan dengan satu sentuhan.

Satu hal yang perlu diperhatikan untuk melakukan *Passing* ini adalah penempatan posisi. *Wall Pass* merupakan teknik gerakan yang sangat sederhana. Teknik ini biasanya dilakukan oleh dua orang atau lebih pemain bola dengan saling oper bertujuan untuk menembus pertahanan lawan yang cukup rapat (Faizal, 2015).

Menurut (Cook, 2013) *Passing wallpass* bertujuan untuk melatih ketepatan *Passing*. Latihan wallpass dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu teknik menendang bola, pandangan mata, kaki tumpu, dan sikap badan karena akan melatih *Passing* bola yang terarah dan keras.

Manfaat *Wall Pass* menurut (Faizal, 2015) manfaat *Wall Pass* yaitu dapat menyerang dengan sekelompok pemain ke pertahanan lawan dengan mudah.

Untuk meningkatkan kemampuan passing pada pemain futsal, peneliti mencoba

menggunakan passing metode *Wall Pass* pada pemain futsal tim Bara FC Bungo. Dengan harapan, hal ini menjadikan sebagai pemecah permasalahan yang terjadi.

## **METODE**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini "One Groups Pretest-Posttest Design", yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan, dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan.

Populasi adalah keseluruhan elemen dalam penelitian meliputi objek dan subjek dengan ciri-ciri dan karakteristik tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah Tim Bara FC Bungo sebanyak 20 orang yang berasal dari umur 15 – 17 tahun.

Sedangkan sampel penelitiannya yaitu 20 orang dengan metode sensus atau total sampling. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan Gama futsal, Kabupaten Bungo, Provinsi Jambi. Pada November-Desember 2025.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah Tes keterampilan *Passing* dalam Permainan Futsal.



### Gambar 1. Latihan Wall Pass

**Sumber:** (Hasil Data Penelitian)

Data pretest dan posttest yang diperoleh melalui tes short pass dikumpulkan ke dalam blanko penelitian. Data yang sudah diperoleh lalu dilakukan penskoran dengan mentransformasikan ke dalam T-Score.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif. Setelah itu untuk pengujian hasil penelitian dilanjutkan ke uji t. Analisis data dilakukan dengan bantuan aplikasi Ms. Office Excel 2010.

## HASIL

### 1. Data Pretest

Langkah pertama dilakukan pre-test terlebih dahulu guna untuk melihat kemampuan awal terhadap latihan *wall pass* pada pemain futsal Tim Bara FC Bungo pada keterampilan passing.

Nilai pretest ini diperoleh dari waktu pelaksanaan dan hitungan bola yang masuk saat melakukan passing yang masing-masing score nya di konversikan ke dalam t-score sesuai ketentuan bab sebelumnya, kemudian jumlah dari t-score yang dapat mendeskripsikan kemampuan passing pemain futsal ini.

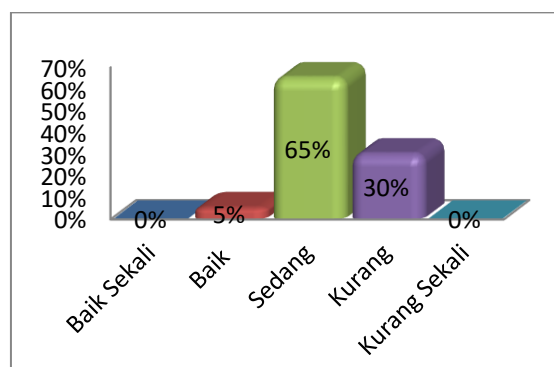
Pada data pretest terdapat nilai rata-rata sebesar 89,95. nilai maksimalnya sebesar 106 dan nilai minimal sebesar 71 serta nilai standar deviasi pretest yaitu sebesar 9,62. Berikut deskripsi data pretest akan ditampilkan dalam bentuk tabel dan histogram, yakni sebagai berikut:

Tabel 1. Frekuensi *Pre-test*

| Kategori | T-Score | Fa | Fr(%) |
|----------|---------|----|-------|
|----------|---------|----|-------|

|               |         |    |      |
|---------------|---------|----|------|
| Baik Sekali   | >124    | 0  | 0%   |
| Baik          | 104-123 | 1  | 5%   |
| Sedang        | 85-103  | 13 | 65%  |
| Kurang        | 65-84   | 6  | 30%  |
| Kurang Sekali | <64     | 0  | 0%   |
| Jumlah        |         | 20 | 100% |

**Sumber:** (Hasil Data Penelitian)



**Gambar 2.** Histogram *Pretest Passing*

**Sumber:** (Hasil Data Penelitian)

Berdasarkan tabel dan histogram diatas dapat diketahui bahwa kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo pada kategori kurang terdapat sebanyak 6 orang (30%) dengan norma 65 – 84, pada kategori sedang sebanyak 13 orang (65%) dengan norma 85 – 103, kategori baik sebanyak 1 orang (5%) dengan norma 104 – 123. Kategori kurang sekali sebanyak 0 orang (0%) dengan norma < 64 dan kemampuan pada kategori baik sekali jua 0 orang (0%) dengan norma > 124. Jika dilihat dari nilai rata-rata *pretest* sebesar 89,95 dan frekuensi terbesar pada deskripsi rekuensi yaitu 13 orang (65%), maka dapat disimpulkan bahwa pretest kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo berada pada kategori sedang.



## 2. Data Postest

Setelah dilakukan perlakuan berupa latihan *Wall Pass* maka langkah selanjutnya yaitu dilakukan *postest* guna untuk melihat kemampuan pemain futsal Tim Bara FC Bungo terhadap latihan *Wall Pass* yang telah dilakukan sebanyak 8 kali untuk meningkatkan keterampilan *passing*.

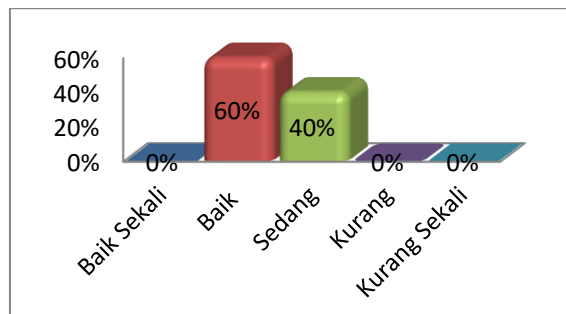
Nilai *postest* ini diperoleh dari waktu pelaksanaan dan hitungan bola yang masuk saat melakukan *passing* yang masing-masing *score* nya di konversikan ke dalam *t-score* sesuai ketentuan bab sebelumnya, kemudian jumlah dari *t-score* yang dapat mendeskripsikan kemampuan *passing* pemain futsal ini.

Pada data *postest* terdapat nilai rata-rata sebesar 103,40, nilai maksimalnya sebesar 121 dan nilai minimal sebesar 87 serta nilai standar deviasi pretest yaitu sebesar 8,96. Berikut deskripsi data *postest* akan ditampilkan dalam bentuk tabel dan histogram, yakni sebagai berikut:

**Tabel 2.** Frekuensi *Post-test*

| Kategori      | T-Score | Fa | Fr(%) |
|---------------|---------|----|-------|
| Baik Sekali   | >124    | 0  | 0%    |
| Baik          | 104-123 | 12 | 60%   |
| Sedang        | 85-103  | 8  | 40%   |
| Kurang        | 65-84   | 0  | 0%    |
| Kurang Sekali | <64     | 0  | 0%    |
| Jumlah        |         | 20 | 100%  |

**Sumber:** (Hasil Data Penelitian)



**Gambar 3.** Histogram *Postest Passing*  
**Sumber:** (Hasil Data Penelitian)

Berdasarkan tabel dan histogram diatas dapat diketahui bahwa *postest* kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo pada kategori kurang terdapat sebanyak 0 orang (0%) dengan norma 65 – 84, pada kategori sedang sebanyak 8 orang (40%) dengan norma 85 – 103. Kategori baik sebanyak 12 orang (60%) dengan norma 104 – 123, kategori kurang sekali sebanyak 0 orang (0%) dengan norma < 64 dan kemampuan pada kategori baik sekali 0 orang (0%) dengan norma > 124.

Jika dilihat dari nilai rata-rata *pretest* sebesar 103,40 dan frekuensi terbesar pada deskripsi rekuensi yaitu 12 orang (60%), maka dapat disimpulkan bahwa *pretest* kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo berada pada kategori baik.

## 3. Uji T

Setelah data kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo sudah teruji normal dan homogen maka dapat dilanjutkan ke uji t (uji hipotesis). Pada uji t memiliki hipotesis yang akan dijadikan sebagai jawaban dari penelitian ini, sebagai berikut:

Syarat dalam uji t yakni jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_1$  dapat diterima dan  $H_0$

ditolak, dan begitu juga sebaliknya, jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka  $H_1$  di-tolak dan  $H_0$  ditolak. Berikut deskripsi hasil dari uji  $t$  dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.** Deskripsi Hasil Uji  $t$

| Pretest<br>/<br>Posttest | $t_{hitung}$ | $t_{tabel}$ | Kesimpulan                      |
|--------------------------|--------------|-------------|---------------------------------|
|                          | 6,58         | 2,09        | $H_0$ ditolak<br>$H_1$ diterima |

**Sumber :** (Hasil Data Penelitian)

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yakni  $6,58 > 2,09$  sehingga dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yakni latihan *Wall Pass* dapat meningkatkan keterampilan *passing* pada pemain futsal Tim Bara FC Bungo.

## PEMBAHASAN

Penelitian dengan judul penerapan latihan *Wall Pass* untuk meningkatkan keterampilan *passing* pada pemain futsal Tim Bara FC Bungo telah dilakukan sebanyak 10 kali pertemuan yang diawali dengan *pretest* dan diakhiri dengan *posttest* dan dilakukan latihan *Wall Pass* sebanyak 8 kali pertemuan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh bahwa pada *pretest* kemampuan *passing* dari 20 orang pemain futsal Tim Bara FC Bungo berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata 89,95 sebanyak 13 orang (65%) sedangkan *posttest* kemampuan *passing* berada pada kategori baik dengan nilai rata-rata 103,40 sebanyak 12 orang (60%).

Maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan *passing* pada pemain futsal Tim Bara FC Bungo mengalami peningkatan yang

awalnya dengan kemampuan sedang dan setelah diberikan perlakuan latihan *Wall Pass* kemampuan *passing* menjadi baik.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis membuktikan bahwa latihan *Wall Pass* berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo.

Hal ini dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata (*mean*) pada tes awal sebelum diberi perlakuan model latihan *Wall Pass* yaitu sebesar 89,95 dan setelah diberikan perlakuan diperoleh nilai rata-rata (*mean*) sebesar 103,40, artinya ada peningkatan jumlah *passing* sebesar 13,45.

Setelah dilakukan analisis data terhadap hasil penelitian dengan menggunakan uji -  $t$  test ditemukan  $t_{hitung}$  (6,58)  $>$   $t_{tabel}$  (2,09). Artinya latihan *Wall Pass* dengan memberikan latihan sebanyak 8 kali perlakuan dengan frekuensi 3 kali seminggu, ternyata memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo.

Dengan demikian perlu kiranya menjadi perhatian pelatih futsal Tim Bara FC Bungo untuk dapat meningkatkan kemampuan *passing* pemain, diantaranya dengan memberikan latihan *Wall Pass* yang telah diuraikan di atas secara terprogram dan secara kontinu, karena dari hasil penelitian bentuk latihan *Wall Pass* tersebut di atas dapat meningkatkan kemampuan *passing* dan kontrol bola pemain.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil simpulan sebagai berikut: Latihan *Wall Pass*

dapat meningkatkan kemampuan *passing* pemain futsal Tim Bara FC Bungo yang dibuktikan dengan nilai  $t_{hitung} (6,58) > t_{tabel} (2,09)$  dengan  $\alpha = 005$ .

Bahkan dilihat dari kemampuan awal pemain futsal yang berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata 89,95 meningkat sebesar 13,45 menjadi kemampuan akhir dengan nilai rata-rata 103,40.

## DAFTAR PUSTAKA

Agusta, A. M. (2019). Pengaruh Latihan Wall Pass Dan Passing Suport Tehadap Passing Futsal Siswa SMK Negeri 2 Luwuk. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 524–530.

Anggia, O. (2019). Survei Efektivitas Latihan Pada Ekstrakurikuler Sepak Bola Di Smp Negeri 4 Dedai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.

Anjanika, Y. A. (2023). Pengaruh Variasi Latihan Passmove Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Futsal. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 39–48.

Arifin, M. S. (2023). Pengaruh Mict With Ball Mastery Terhadap Daya Tahan Aerobic Pemain Futsal Sma Muhammadiyah 2 Surabaya. . *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 125–130.

Cook, M. (2013). *Drills Sepak Bola Untuk Pemain Muda Usia 10-16 Tahun*. Jakarta: Indeks.

Eko Bagus Fahrizqi, A. G. (2021). Pengaruh latihan sirkuit terhadap kekuatan tubuh

bagian atas unit kegiatan mahasiswa olahraga panahan . *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* , 43 - 54.

Emral. Yudi, A. A. (2021). Pelatihan Coaching Clinic Festival FIFA Grassroots Pelatih Sepakbola Se-Kabupaten 50 Kota. *Jurnal : Bekarya Pengabdian Masyarakat*, 1-5.

Faizal, S. (2015). *Perbedaan Latihan Passing Wall Pass dan Passing Berpasangan Terhadap Kelincahan Pass and Turn dalam Permainan Sepakbola*. Surabaya: FIK UNNESA.

Lah, S. J. (2023). Peran Guru Pendidikan Jasmani Daerah 3T Dalam Upaya Meningkatkan Minat Dan Prestasi Belajar Olahraga Di Smp Negeri 1 Sunggak Kecamatan Jemaja Barat Kabupaten Kepulauan Anambas. *Journal Sport Science Indonesia*, 86 - 99.

Prabowo, R. A. (2023). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Atlet Futsal Utp Surakarta. *Journal Management and Muamalah*, 276–286.

Rohman, A. I. (2021). Survei Teknik Dasar Passing Kaki Bagian dalam Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMK Pamor Cikampek. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 357–366.

Setiawan, W. A. (2021). Peningkatan Keterampilan Dasar Futsal Melalui Metode Latihan Passing Aktif dan Pasif.



*Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 270–278.*

- Silalahi, A. M. (2023). Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dengan Metode Drill Pada Permainan Futsal. *Jurnal Pendidikan Jasmani. Olahraga, Dan Kesehatan*.
- Sin, T. H. (2018). Disiplin Atlet Dalam Latihan. *Jurnal Sporta Saintika, 243–243*.
- Utamayasa, I. G. (2021). Efek Latihan Multiple Box Jump Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai. *Jurnal Olahraga, 167–186*.