

**PENGARUH LATIHAN GAME (SMALL SIDE GAMES) TERHADAP
KEMAMPUAN PASSING PADA ATLET FUTSAL
MAN 3 KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi Departemen Pendidikan Olahraga sebagai
salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



IBNU NAFRA ALHAKIM
NIM. 18086393

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Pengaruh Latihan *Small Side Games* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Pemain Futsal MAN 3 Kota Padang
Nama : Ibnu Nafra Alhakim
NIM : 18086393
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2024

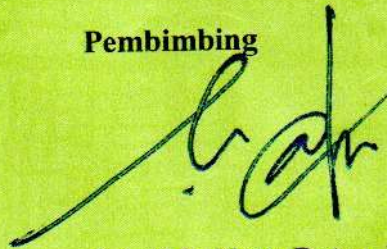
Disetujui Oleh:

Kepala Departemen
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Pembimbing



Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Ibnu Nafra Alhakim
NIM : 18086393

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

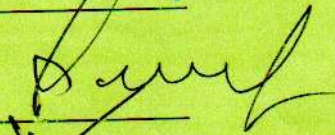
Pengaruh Latihan *Small Side Games* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada
Pemain Futsal MAN 3 Kota Padang

Padang, Agustus 2024

	Nama
1. Ketua	: Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd
2. Anggota	: Drs. Yulifri, M.Pd
3. Anggota	: Drs. Suwirman, M.Pd

Tanda Tangan

1. 

2. 

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan hal-hal berikut

1. Skripsi saya yang berjudul “Pengaruh Latihan *Game (Small Side Games)* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Atlet Futsal Man 3 Kota Padang” adalah benar karya tulis saya dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya, dan bukan merupakan duplikasi skripsi lain.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau diduplikasikan orang lain kecuali secara jelas dicantumkan pada kepustakaan.
4. Persyaratan ini saya buat dengan sesungguhnya, apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar akademik yang telah saya peroleh karena karya tulis ini serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2024
Yang membuat pernyataan,



Ibnu Nafra Alhakim
NIM. 18086393

ABSTRAK

Ibnu Nafra Alhakim. 2024. Pengaruh Latihan *Game (Small Side Games)* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Atlet Futsal Man 3 Kota Padang

Permasalahan penelitian ini adalah masih rendahnya tingkat kemampuan passing pemain futsal MAN 3 Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan small side games terhadap peningkatan kemampuan passing pemain futsal MAN 3 Padang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu (*Quasy experimen*). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni s.d Juli 2024 di tempat latihan futsal MAN 3 Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain futsal MAN 3 Padang yang berjumlah 15 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 15 orang pemain. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan passing. Teknik anailsis data menggunakan analisis statistik uji beda mean atau uji t.

Hasil penelitian ini adalah Terdapat pengaruh *Small side games* terhadap kemampuan *Passing* pemain futsal MAN 3 Padang dengan $t_{hitung} 9,11 \geq t_{tabel} 1,76$, dimana terjadi rata-rata peningkatan rata-rata *passing* sebesar 0,80 poin.

Kata kunci: Small Side Game, Kemampuan Passing, Sepakbola

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat dan karuniaNya sehingga skripsi yang berjudul “**Pengaruh Latihan *Game (Small Side Games)* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Atlet Futsal Man 3 Kota Padang**” dapat diselesaikan.

Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan, dukungan dan kerjasama dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini kami sampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd sebagai dosen pembimbing yang telah banyak membantu penyusunan skripsi ini baik berupa nasehat, saran dan dukungan yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd dan Bapak Drs. Suwirman, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah banyak membantu penyusunan skripsi ini dengan baik berupa nasehat, saran dan dukungan yang luar biasa sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Ir. Krismadinata, M.T, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama proses perkuliahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

5. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd sebagai Kepala Departemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administratif dan konsultatif selama perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya, ayahanda dan ibunda dan saudara perempuan (kakak saya yang sangat saya cintai, yang telah banyak memberikan dukungan, materil dan do'a yang tulus tiada henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman Penjaskesrek angkatan 2018 atas segala motivasi dan bantuannya demi terselesaikannya skripsi ini.

Akhirnya semoga segala bantuan, dukungan, saran dan do'a yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT serta tugas akhir skripsi ini dapat menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca ataupun pihak yang membutuhkan

Padang, Agustus 2024
Penulis,

Ibnu Nafra Alhakim
NIM. 18086393

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teoritis	8
1. Olahraga Futsal	8
2. Metoda Latihan	17
3. Latihan <i>Small side game</i>	32
B. Kerangka Konseptual	35
C. Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	38
B. Populasi dan Sampel	39
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	40
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	40
E. Teknik Analisa Data	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	45
1. Hasil Tes Awal Kemampuan <i>passing</i> pemain futsal MAN 3 Padang	45

2. Hasil Tes Akhir Kemampuan <i>passing</i> pemain futsal MAN 3	
Padang	47
B. Pengujian Persyaratan Analisis	48
C. Pengujian Hipotesis	50
D. Pembahasan	51
E. Keterbatasan Penelitian	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
1. Desain eksperimen pola <i>Randomized Control-Group Pretest-Posttest Design</i>	38
2. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal (<i>Pre-test</i>) Kemampuan <i>Passing</i> Pemain futsal MAN 3 Padang.....	46
3. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Akhir (<i>Post-test</i>) Kemampuan <i>Passing</i> Pemain futsal MAN 3 Padang	47
4. Uji Normalitas Kemampuan <i>Passing</i>	49
5. Uji Homogenitas Kemampuan <i>Passing</i>	50
6. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik dasar mengoper bola (<i>passing</i>)	12
2. Teknik dasar menahan bola (<i>control</i>)	13
3. Teknik dasar menggiring bola (<i>dribling</i>)	14
4. Teknik dasar menendang bola (<i>shooting</i>)	15
5. Teknik dasar menyundul (<i>heading</i>)	16
6. Kerangka Konseptual	37
7. Tes Mengumpan dan Mengontrol Bola	43
8. Histogram Hasil Tes Awal (<i>Pre-test</i>) Kemampuan <i>passing</i> pemain futsal MAN 3 Padang	47
9. Histogram Hasil Tes Akhir (<i>Post-test</i>) Kemampuan <i>passing</i> pemain futsal MAN 3 Padang.....	48

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Secara umum pengertian olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang setelah olahraga. “Olahraga” datang dari bahasa Prancis Kuno desport yang bermakna “kesenangan”, serta pengertian berbahasa Inggris tertua ditemukan seputar th. 1300 yakni “segala hal yang mengasyikkan serta menghibur untuk manusia”.

Menurut Menpora Maladi (dalam Khairuddin, 2017:4) menyatakan bahwa olahraga mencakup segala kegiatan manusia yang ditujukan untuk melaksanakan misi hidupnya dan cita-cita hidupnya, cita-cita nasional politik, sosial, ekonomi, cultural dan sebagainya.

Cholik Mutohir (dalam Khairuddin, 2017:4) menyatakan bahwa olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat berupa permainan, pertandingan, dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia yang memiliki Ideologi yang seutuhnya dan berkualitas berdasarkan Dasar Negara atau Pancasila.

Menurut Rukmono (dalam Khairuddin, 2017:4), Olahraga adalah suatu kegiatan untuk melatih tubuh kita agar badan terasa sehat dan kuat, baik secara jasmani maupun rohani, lain lagi dengan Seno Gumira Ajidarma bahwa

olahraga adalah sarana kompetisi untuk menjadi nomer satu., Jessica Dolland menyebutkan olahraga sebagai pereda stress yang sangat baik. Olahraga dapat mengalihkan pikiran dari kekhawatiran dengan cara meredakan ketegangan otot tubuh. Hans Tandra mengatakan olahraga adalah gerakan tubuh yang berirama dan teratur untuk memperbaiki dan meningkatkan kebugaran.

Olahraga memberikan banyak manfaat terhadap kehidupan, baik kesehatan jasmani maupun rohani termasuk mempengaruhi fungsi kognitif yang berhubungan dengan konsentrasi dan proses mengingat. Olahraga yang populer saat ini adalah futsal. Olahraga futsal masuk ke Indonesia pada tahun 1988-1999. Pada tahun 2000, olahraga futsal ini sudah dikenal oleh masyarakat luas. Olahraga futsal ini melatih berbagai keahlian seperti ketangkasan, kecepatan, teknik dalam menggiring, menendang dan menangkap bola. Futsal merupakan olahraga yang sedang berkembang pesat di kalangan masyarakat, baik di lingkungan masyarakat umum, pendidikan, maupun perkantoran. Permainan futsal tidak hanya dijadikan sebagai salah satu olahraga rekreasi, akan tetapi telah menjadi olahraga kompetitif yang dipertandingkan diberbagai pertandingan regional, nasional maupun internasional. Kharisma & Mubarak (2020: 126) menjelaskan bahwa kompetisi futsal di tingkat regional, nasional, maupun internasional telah banyak diselenggarakan sebagai cara meningkatkan prestasi. Futsal merupakan salah satu olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh 5 orang dengan durasi waktu permainan 2x20 menit.

Zainuddin & Yusuf (2021: 2) bahwa futsal adalah permainan yang

sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan, oleh karena itu, diperlukan kerja sama antar pemain lewat passing yang akurat. Futsal dapat dimainkan di lapangan yang ukurannya lebih kecil dari lapangan futsal, dan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dari masing-masing tim. Mulyono, (2017) Futsal adalah salah satu cabang olahraga yang dimaksud bentuk permainan bola besar. Sepak bola futsal yang dimainkan di dalam ruangan adalah olahraga berupa team dengan sifat dinamis. Sedangkan menurut (Naser & Ali, 2016) Oleh karena itu, kerja sama antar pemain sangat diperlukan berkat umpan-umpan yang tepat. Pemain futsal memiliki perannya masing-masing diantaranya satu kiper, dua pemain *plank*, satu *anchor*, dan satu *pivot*. Kedua tim bertanding dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawannya dan berusaha mempertahankan gawang timnya dari kebobolan. Namun, untuk kiper mereka diperkenankan untuk bermain dengan seluruh anggota tubuhnya. Dalam proses permainan futsal terdapat pemain yang perlu evaluasi terhadap permainan terutama dalam melakukan teknik dasar futsal, jika seorang pemain ingin mencapai tingkat-tingkat permainan yang bermutu tinggi maka ia harus memiliki fisik dan mental yang sempurna dan teknik-teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan futsal.

Pada pertandingan futsal, pemain futsal harus bermain dengan perputaran bola yang cepat, baik dalam menyerang maupun bertahan. Untuk bermain futsal dengan baik tentunya setiap pemain harus menguasai setiap teknik dasar yang ada dalam futsal. Pemain futsal harus memiliki fisik, mental

dan teknik yang baik. Dan adapun definisi teknik dasar yaitu suatu kemampuan atau kepandaian yang dimiliki setiap individu untuk mengolah atau menguasai gerakan dasar dalam permainan. Teknik dasar yang perlu dikuasai pemain futsal antara lain teknik menendang bola (*shooting*), teknik mengoper bola (*passing*), teknik menggiring bola (*dribbling*), teknik menyundul bola (*heading*) (Pamungkas, 2013).

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain dalam mengoper bola adalah *passing*. Lhaksana, (2012) menyatakan bahwa mengoper bola merupakan salah satu teknik dasar futsal yang harus dimiliki oleh setiap pemain. Di permukaan datar dan lapangan kecil, mengoper bola sulit dan tepat karena bola meluncur sejajar dengan tumit pemain. (Rahmani, 2014) *Passing* adalah teknik mengumpan bola dari pemain ke pemain dalam suatu tim. Peran *passing* dalam permainan futsal untuk mengumpan bola, mengatur strategi, mengulur waktu saat bertanding, menciptakan suatu gol, dan mengelabui lawan. *Passing* sangat penting bagi seorang pemain futsal. Pemain futsal harus memiliki umpan yang baik agar dapat mengoper bola dengan baik kepadarekan setimnya.

Latihan merupakan suatu proses kearah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan kemampuan fungsi organ tubuh, peningkatan kualitas fisik, dan kualitas teknik atlet. Banyaknya metode Latihan yang dapat meningkatkan kemampuan atlet, salah satu metodenya adalah dengan *Game* (Permainan). *Game* yang dipilih dalam penelitian ini untuk meningkatkan kemampuan *Passing* adalah *small side games* yang nantinya bertujuan untuk

mengembangkan keterampilan teknik *passing* atlet. Banyak sesi latihan yang digunakan oleh tim untuk meningkatkan teknik dasar salah satu contoh bentuk latihannya adalah dengan menggunakan latihan *small sided games*. Menurut Fadchurrohman (2016), *smallsided games* merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik.

Prinsip mengorganisir *Small Sided Games* sama dengan prinsip organisasi latihan lainnya. Secara garis besar, mengorganisir *Small Sided Games* harus berangkat dari 3 elemen, yaitu (1) jumlah pemain yang hadir di lapangan, (2) luas areal latihan yang digunakan, dan (3) perlengkapan yang tersedia di lapangan. Ketiga elemen ini saling terkait satu sama lain, juga akan menentukan organisasi latihan apa yang harus kita siapkan.

Berdasarkan Observasi yang peneliti lakukan di MAN 3 Kota Padang, mana pada saat itu peneliti pernah menjadi pelatih di tim tersebut. Prestasi yang peneliti temukan di sekolah tersebut dalam cabang olahraga futsal adalah mendapat peringkat 3 pada pertandingan futsal pada liga pelajar se Sumatera Barat yang diadakan di *Rafhely futsal by pass kota padang*. Peluang untuk mendapatkan juara 1 terhenti di putaran per empat final dikalahkan oleh SMA 5 Solok Selatan. Berdasarkan pengamatan peneliti, kekalahan MAN 3 Kota Padang pada saat bertanding di per empat final rata rata disebabkan karena penguasaan keterampilan pemain dalam bermain futsal masih dikategorikan kurang. Kesalah-kesalahan yang terjadi seperti *passing* yang masih kurang pas atau kurang tepat sasaran sehingga peluang untuk melakukan *shooting* ke

gawang berkurang.

Permasalahan lainnya yang menyebabkan tim MAN 3 Kota Padang tidak dapat juara disebabkan karena kesempatan Latihan masih kurang karena atlet disibukan oleh pelajaran sekolah. Minim nya kesempatan untuk uji coba tanding yang disediakan pihak sekolah mengakibatkan kurang nya pengalaman tanding atlet tim MAN 3 Kota Padang. MAN 3 Kota Padang tidak memiliki lapangan futsal oleh karena itu pemain harus menyumbang dulu untuk bisa mensewa lapangan futsal untuk bisa Latihan. Penetapan program Latihan yang tepat belum terlaksana dengan baik, banyak bentuk-bentuk Latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan atlet futsal tim MAN 3 Kota Padang seperti Latihan *Game.Game* yang dipilih adalah *small side games*. Berdasarkan permasalahan yang peneliti temukan terhadap tim MAN 3 Kota Padang, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Latihan *Game (small side games)* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada AtletFutsal MAN 3 Kota Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut

1. Kurang nya Frekuensi Latihan
2. Sarana prasarana Latihan Tidak memadai
3. Minimnya Pengalaman bertanding
4. Tidak Pernah diberi Metoda Latihan

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penelitian ini dibatasi pada :
Pengaruh Latihan *Game (small side games)* keterampilan *Passing* dalam bermain futsal.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan Batasan masalah diatas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu : Bagaimana Pengaruh Latihan *Game (small side games)* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Atlet Futsal MAN 3 Kota Padang?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan *Game (small side games)* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Atlet Futsal MAN 3 Kota Padang.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah :

1. Peneliti, sebagai persyaratan untuk meraih gelar sarjana Strata 1
2. Pemain Futsal MAN 3 Kota Padang, penilaian tolak ukur kemampuan *passing* mereka dalam bermain futsal
3. Sekolah, data untuk tim Futsal MAN 3 Kota Padang.
4. Peneliti berikutnya, sebagai bahan Pustaka peneliti berikutnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut: Terdapat pengaruh *Small side games* terhadap kemampuan *Passing* pemain futsal MAN 3 Padang dengan $t_{hitung} 9,11 \geq t_{tabel} 1,76$, dimana terjadi rata-rata peningkatan rata-rata *passing* sebesar 0,80 poin.

B. Saran

Berdasarkan dari kesimpulan tersebut, maka peneliti dapat memberikan saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam meningkatkan kemampuan *Passing* pemain, diantaranya:

1. Bagi tim Futsal MAN 3 Padang untuk lebih melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam latihan, karena dengan sarana dan prasarana yang lengkap, maka pelatih akan terbantu dalam menjalankan program-program latihan yang dirancang.
2. Bagi pelatih, khususnya bagi pelatih Futsal MAN 3 Padang, disarankan untuk menggunakan latihan *Small side games* untuk peningkatan kemampuan *passing* pemain dan merancang program latihan yang sesuai dengan tujuan latihan.
3. Bagi pemain, khususnya bagi pemain futsal MAN 3 Padang disarankan untuk melakukan latihan *Small side games* dengan teratur dan kontinu untuk meningkatkan kemampuan *passing*, dan serius dan disiplin yang

tinggi dalam melaksanakan proses latihan. Selanjutnya untuk menambah jam latihan mandiri diluar jam latihan yang telah ditetapkan oleh pelatih.

DAFTAR PUSTAKA

- Ashari, R. F., & Adi, S. (2019). Pengembangan model latihan menyerang futsal menggunakan formasi 3-1. *Sport Science and Health* 1(2), 110–15.
- Branquinho, L., Ferraz, R., & Marques, M. C. (2021). *5-a-side game as a tool for the coach in soccer training. Strength and Conditioning Journal*, 43(5), 96- 108.
- Budiwanto, S. (2013). Metodologi latihan olahraga. Malang: Universitas Negeri Malang (UM press).
- Budiwanto. (2017). Metode statistika untuk mengolah data keolahragaan. Malang: UNM Pres.
- Caglayan, A., Erdem, K., Colak, V., & Ozbar, N. (2018). *The effects of trainings with futsal ball on dribbling and passing skills on youth soccer players. International Journal of Applied Exercise Physiology*, 7(3), 44-54
- Capah, D. A., & Nusri, A. (2021). Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Usia 12-14 Tahun Sekolah Sepakbola Perfect Unimed Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan dan Olahraga*, 5(02), 57-68.
- Clemente, F. M., Afonso, J., Castillo, D., Los Arcos, A., Silva, A. F., & Sarmiento, H. (2020). *The effects of small-sided soccer games on tactical behavior and collective dynamics: A systematic review. Chaos, Solitons & Fractals*, 134, 109710.
- Clemente, F. M., & Rocha, R. F. (2012). *The effects of task constraints on the heart rate responses of students during small-sided handball games. Kinesiologia Slovenica*, 18(2). 117
- Clemente, F. M., Sarmiento, H., Costa, I. T., Enes, A. R., & Lima, R. (2019). *Variability of technical actions during small - sided games in young soccer players. Journal of Human Kinetics*, 69(1), 201-212.
- Emral. (2017). Pengantar teori dan metodologi pelatihan fisik. Depok: Kencana
- Fadchurrohman, M. (2016). Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Keterampilan Menggiring Bola (Dribbling) Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di Smp Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta Tahun 2015/2016. *E-Journal*, 1-6.

- Kusuma, E. T., & Purnomo, M. (2020). Pengaruh latihan small sided games terhadap peningkatan vo2max peserta ekstrakurikuler futsal SMP Labschool UNESA. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(1).
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik & Strategi futsal modern*. Be Champion.
- Lhaksana, J. (2012). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Jadilah Juara.
- López-Samanes, Á., Moreno-Pérez, V., Travassos, B., & Del Coso, J. (2021). *Effects of acute caffeine ingestion on futsal performance in sub-elite players. European Journal of Nutrition*, 1-10
- Mota, T., Afonso, J., Sá, M., & Clemente, F. M. (2022). *An agility training continuum for team sports: from cones and ladders to small-sided games. Strength and Conditioning Journal*, 44(1), 46-56
- Mulyono, M. A. (2017). *Buku Pintar Futsal*. Anugrah, Jakarta.
- Naser, N., Ali, A., & Macadam, P. (2017). *Physical and physiological demands offutsal. Journal of Exercise Science & Fitness*, 15(2), 76-80
- Narlan, A., Juniar, D. T., & Millah, H. (2017). Pengembangan instrumen keterampilan olahraga futsal. *Jurnal Siliwangi: Seri Pendidikan*, 3(2).
- Pamungkas, Y. D. S. (2013). *tingkat keterampilan teknik dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler futsal SMA dan SMK Yayasan PIRI Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Perdana, R. A., & Musran. (2018). Tingkat pemahaman mahasiswa terhadap permainan futsal. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*, 3(2), 171-183
- Priambodho, A., & Widodo, A. (2021). Pengaruh small sided games terhadap kapasitas aerobik (vo2max) pemain sepakbola. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9, 105-14.
- Rahmani, M. (2014). *Buku super lengkap olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Randani, A. Y., Wahyudi, A. N., & Septianingrum, K. (2021). Pengaruh latihan small sided games 4 v 4 dan 7 v 7 terhadap akurasi passing tim Garuda Soccer School. *Journal Active of Sports*, 1(2), 37-45.
- Rowell, A. E., Aughey, R. J., Clubb, J., & Cormack, S. J. (2018). A standardized small sided game can be used to monitor neuromuscular fatigue in professional A-league football players. *Frontiers in physiology*, 9, 1011.

- Saleh, A., & Martiani, M. (2020). Hubungan power otot tungkai terhadap keterampilan shooting futsal di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu. *Journal Of Dehasen Educational Review*, 1(1), 11-19
- Santos, S., Coutinho, D., Gonçalves, B., Abade, E., Pasquarelli, B., & Sampaio, J. (2020). *Effects of manipulating ball type on youth footballers' performance during small-sided games. International Journal of Sports Science & Coaching*, 15(2), 170-183.
- Simanullang(2023). Pengaruh Latihan *Hurdle Drills* Dan *Calf Raises* Terhadap Hasil Lompat Jauh Pada Spartan Atletik Club Universitas Jambi. *Thesis. Penjaskesrek:UNJA*.
- Sørensen, A., Sørensen, V., & Dalen, T. (2021). A Novel Approach for Comparison of Reception Performance in a Technique Test and SmallSided Games. *Sports*, 9(5), 66.
- Sugiyono, P. DR. 2015. "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D". CV. Pustaka Setia. Bandung
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D. Bandung: Alfabeta.
- \Sumber: <https://www.google.com/> Teknik+dasar+menggiring+futsal+(passing)
- Sumber: <https://www.google.com/> Teknik+dasar+menggiring+futsal+(control)
- Sumber: <https://www.google.com/> Teknik+dasar+menggiring+futsal+(dribling)
- Sumber :
[https://www.google.com/searchTeknik+dasar+menendang+bola+\(shooting\)+futsal](https://www.google.com/searchTeknik+dasar+menendang+bola+(shooting)+futsal)
- Sumber:
[https://www.google.com/search=Teknik+dasar+menyundul+\(heading\)+futsal](https://www.google.com/search=Teknik+dasar+menyundul+(heading)+futsal)
- Sukadiyanto. (2011). Pengantar teori dan metodologi melatih fisik. Bandung: CV Lubuk Agung.
- Syarifudin, M. B., Sulistyorini, S., & Supriatna, S. (2019). Pengembangan model latihan passing futsal berbasis aplikasi android. *Indonesia Performance Journal*, 3(2), 59-64

- Vukušić, D., & Miošić, L. (2018). *Reinventing and reclaiming football through radical fan practices? NK Zagreb 041 and Futsal Dinamo. Soccer & Society*, 19(3), 440-452.
- Wardana, C. R., Setiabudi, M. A., & Candra, A. T. (2018). Pengaruh latihan small-sided games terhadap keterampilan passing, controlling dan shooting peserta ekstrakurikuler sepakbola SMK Negeri 1 Tegalsari Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)*, 3(2), 194-201.
- Yamamoto, T., Sugiyama, K., & Fukushima, R. (2021, July). *Measurement and analysis of body movements in playing futsal using smartphones. In International Conference on Human-Computer Interaction* (pp. 496-506). Springer, Cham.
- Yustika, G. P. (2019). *Futsal's inside human sport physiology: a literatures description. Journal of Physical Education Health and Sport*, 6(2), 34-42.
- Zainuddin, F., & Yusuf, P. M. (2021). Pengaruh latihan ladder drill terhadap kelincahan dan kecepatan pemain futsal Undikma. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(2).