



Pengaruh Bentuk Latihan Variasi (Rondo) Terhadap Kemampuan Passing Futsal Pada Ekstrakurikuler SMP Mentari Indonesia

Aprizal Rizki Ramadan

aprizalrizkiramadon18@gmail.com

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Asrori Yudha Prawira

asrori.yudhaprawira@dsn.ubharajaya.ac.id

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Faridatul 'Ala

faridatul@dsn.ubharajaya.ac.id

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Desy Tya Maya Ningrum

desy.tya@dsn.ubharajaya.ac.id

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Juli Candra

juli.candra@dsn.ubharajaya.ac.id

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Korespondensi penulis: *aprizalrizkiramadon18@gmail.com*

Abstract. *The rondo variation training method is one of the most effective training approaches for improving passing skills in futsal. This training facilitates teamwork in implementing game strategies, thereby maximizing the chances of winning. This study aims to first determine the improvement of the varied training model (rondo) on futsal passing skills in the futsal extracurricular activities at SMP Mentari Indonesia. Second, to determine the level of passing skills of students in the futsal extracurricular activity at SMP Mentari Indonesia before being given the rondo training method. The method used was a quantitative method with an experimental design, specifically a pre-experimental design in the form of a One Group Pretest–Posttest Design. The results of this study indicate that the rondo training method has a significant impact on improving basic passing skills among participants in the futsal extracurricular activity at SMP Mentari Indonesia.*

Keywords: *The influence of training methods, training variations (Rondo), passing, futsal*

Abstrak. Metode latihan variasi rondo merupakan salah satu pendekatan latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan passing dalam permainan futsal. Latihan ini memudahkan kerja sama tim dalam menerapkan strategi permainan sehingga peluang untuk meraih kemenangan dapat dimaksimalkan. Penelitian ini bertujuan untuk pertama, Untuk mengetahui peningkatan model latihan bervariasi (rondo) terhadap keterampilan teknik passing futsal pada ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia. Kedua, Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik passing siswa pada ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia sebelum diberikan latihan variasi (rondo). Metode yang digunakan yakni metode kuantitatif dengan metode eksperimen, khususnya desain pre-eksperimental berbentuk One Group Pretest–Posttest Design. Hasil dari penelitian ini ialah metode latihan rondo memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar passing pada peserta ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia. **Kata kunci:** pengaruh bentuk Latihan, Latihan variasi (Rondo), passing, futsal

LATAR BELAKANG

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dan terencana untuk meningkatkan kebugaran tubuh, kesehatan jasmani, serta keseimbangan mental dan emosional.

Selain sebagai sarana rekreasi dan pendidikan, olahraga juga berperan dalam pencapaian prestasi, baik secara individu maupun kelompok (Kurniawan et al., 2021). Pendidikan jasmani sendiri dipahami sebagai proses interaksi peserta didik dengan lingkungan melalui aktivitas fisik yang terstruktur untuk membentuk manusia Indonesia seutuhnya (Bhayangkara, 2018). Rendahnya minat siswa terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani sering kali disebabkan oleh penyajian aktivitas yang kurang menarik dari guru. Seiring perkembangan zaman, futsal muncul sebagai salah satu cabang olahraga paling populer di berbagai kalangan. Tren ini berkembang pesat dan diminati oleh semua kelompok usia, baik laki-laki maupun perempuan, sehingga menunjukkan sifat inklusif dan relevansi futsal sebagai bagian dari gaya hidup masyarakat modern (Faridatul et al., 2021).

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang dimainkan oleh lima orang dalam satu tim pada lapangan berukuran relatif kecil. Bola yang digunakan lebih kecil dan berat dibandingkan sepak bola, serta permainan ini memiliki tempo yang cepat, dinamis, dan diatur dengan ketentuan yang lebih ketat. Popularitas futsal cukup tinggi di berbagai kalangan, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, termasuk laki-laki dan perempuan, yang dibuktikan dengan banyaknya klub futsal serta kompetisi di tingkat lokal, nasional, hingga internasional. Dalam perkembangannya, futsal modern mengarah pada pola permainan efektif untuk mencapai kemenangan, yang hanya dapat dicapai apabila setiap individu menguasai teknik dasar dengan baik sesuai strategi pelatih (Idris et al., 2020). Teknik dasar futsal, seperti passing, control, chip, dribbling, dan shooting, merupakan keterampilan esensial yang wajib dikuasai setiap pemain. Penguasaan teknik tersebut berperan penting dalam mendukung performa dan pencapaian optimal tim, sehingga latihan teknik dasar perlu dilakukan secara berkesinambungan (Fikri & Fahrizqi, 2021). Futsal sebagai olahraga yang cepat dan menuntut ketepatan juga menekankan kemampuan pemain dalam mengatur tempo permainan, baik saat bertahan maupun menyerang, sehingga pemahaman dan penerapan teknik dasar menjadi kunci dalam penguasaan jalannya pertandingan (Widiarti et al., 2023).

Passing merupakan salah satu keterampilan dasar yang esensial dalam permainan futsal. Aktivitas ini dilakukan dengan cara menendang atau mengoper bola menggunakan kaki untuk memindahkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan. Teknik passing dapat dilakukan melalui berbagai bagian kaki, seperti bagian dalam, luar, maupun tumit, sesuai kebutuhan situasi permainan. Peran passing sangat penting karena menjadi dasar terjalannya kerja sama tim yang efektif dan membuka peluang terciptanya gol (Wijaksono et al., 2020). Oleh karena itu, latihan passing harus dilakukan secara konsisten pada setiap sesi latihan, tidak hanya untuk memperbaiki gerakan, tetapi juga untuk meningkatkan ketepatan arah operan. Kesalahan dalam melakukan passing dapat merugikan tim dan menghambat proses membangun serangan terhadap lawan, sehingga penguasaan teknik ini menjadi faktor kunci dalam keberhasilan strategi permainan futsal.

Ekstrakurikuler futsal merupakan kegiatan olahraga yang diselenggarakan di luar jam pelajaran sekolah dengan tujuan mengembangkan minat, bakat, dan keterampilan siswa dalam cabang olahraga futsal. Kegiatan ini tidak hanya mendukung pembinaan fisik, tetapi juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk meraih prestasi non-akademik melalui berbagai kompetisi. Namun, partisipasi siswa dalam kegiatan ini tidak selalu optimal karena adanya kendala psikologis, seperti kecemasan yang dapat memengaruhi perilaku dan konsentrasi mereka. Gejala kecemasan tersebut dapat muncul dalam bentuk gangguan fisik, seperti keringat berlebih, detak jantung cepat, serta ketidaknyamanan selama beraktivitas (Rahmalia et al., 2022).

Meskipun demikian, aktivitas fisik seperti futsal terbukti bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan mental, menurunkan stres, serta mendukung kesejahteraan sosial siswa (Tya Maya Ningrum et al., 2023). Oleh karena itu, pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler futsal perlu memperhatikan kondisi psikologis peserta agar tujuan pengembangan potensi dan peningkatan prestasi dapat tercapai secara optimal. Selain itu, keberadaan ajang kejuaraan futsal juga berperan penting dalam memotivasi siswa untuk meningkatkan keterampilan bermain, sekaligus membentuk perilaku positif melalui proses pembiasaan yang didukung oleh lingkungan sekolah (Nurrohman et al., n.d.).

Metode latihan variasi rondo merupakan salah satu pendekatan latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan passing dalam permainan futsal. Latihan ini memudahkan kerja sama tim dalam menerapkan strategi permainan sehingga peluang untuk meraih kemenangan dapat dimaksimalkan. Penguasaan teknik rondo menjadi aspek fundamental yang harus dimiliki setiap pemain karena keterampilan ini berperan penting dalam menciptakan peluang mencetak gol melalui pengambilan keputusan yang cepat, pengaturan tempo permainan, dan pemahaman ruang gerak (Anjanika et al., 2023). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa metode latihan drill statis, drill dinamis, dan passing berpasangan dapat meningkatkan keterampilan dasar passing, namun memiliki keterbatasan karena cenderung repetitif dan kurang kontekstual terhadap situasi pertandingan. Oleh karena itu, model latihan variasi rondo dipandang lebih relevan karena memberikan pengalaman latihan yang menyerupai kondisi permainan sesungguhnya. Latihan rondo tidak hanya meningkatkan akurasi passing dan kontrol bola, tetapi juga mengasah orientasi ruang, pergerakan tanpa bola, serta kolaborasi dan komunikasi antarpemain. Suasana latihan yang interaktif dan kompetitif dalam metode ini turut meningkatkan motivasi dan keterlibatan pemain. Berdasarkan alasan tersebut, penelitian ini memilih model latihan variasi rondo untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar passing tim futsal SMP Mentari Indonesia.

Hasil pra-penelitian yang dilakukan pada 12 Januari 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Mentari Indonesia belum mampu menerapkan teknik dasar futsal dengan baik, khususnya teknik mengoper bola (passing). Observasi lapangan mengindikasikan rendahnya pemahaman siswa terhadap teknik dasar tersebut, yang berdampak pada rendahnya akurasi passing selama latihan maupun pertandingan. Hal ini diperparah oleh metode latihan yang diterapkan di sekolah yang dinilai belum optimal dalam meningkatkan keterampilan passing peserta. Akibatnya, prestasi futsal siswa cenderung rendah dan memerlukan intervensi latihan yang lebih efektif. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti menawarkan solusi berupa penerapan metode latihan variasi rondo. Latihan ini memberikan kesempatan bagi pemain untuk melakukan pengulangan passing dengan intensitas tinggi dalam suasana latihan yang menyerupai kondisi permainan sebenarnya, sehingga dapat meningkatkan akurasi sekaligus mengurangi kebosanan peserta. Model rondo dilaksanakan dengan enam pemain yang membentuk formasi lingkaran, di mana empat pemain bertugas melakukan passing sementara dua pemain lainnya berupaya merebut bola. Pendekatan ini diyakini mampu mengembangkan keterampilan motorik, pengambilan keputusan, serta ketepatan passing siswa secara signifikan.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk pertama, Untuk mengetahui peningkatan model latihan bervariasi (rondo) terhadap keterampilan teknik passing futsal pada ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia. Kedua, Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik passing siswa pada ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia sebelum diberikan latihan variasi (rondo).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen, khususnya desain pre-eksperimental berbentuk One Group Pretest–Posttest Design, yang bertujuan mengukur pengaruh latihan variasi rondo terhadap keterampilan passing futsal. Pada desain ini, peserta diuji keterampilan passing melalui pretest sebelum diberikan perlakuan, lalu diuji kembali melalui posttest setelah perlakuan diberikan. Penelitian melibatkan dua variabel, yakni variabel bebas berupa latihan variasi rondo dan variabel terikat berupa keterampilan passing futsal peserta ekstrakurikuler SMP Mentari Indonesia. Populasi penelitian mencakup 40 siswa ekstrakurikuler futsal SMP tersebut, dengan teknik pengambilan sampel probability sampling secara acak. Instrumen penelitian dirancang untuk mengukur keterampilan passing dengan tingkat validitas dan reliabilitas tinggi, dilengkapi sistem penilaian terstruktur, klasifikasi kategori, serta pembatasan waktu untuk mensimulasikan kondisi permainan nyata. Instrumen ini diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai kemampuan passing siswa sekaligus menjadi dasar pengembangan program latihan yang lebih efektif dan terarah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pre-test keterampilan passing yang dilakukan pada 31 atlet ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia, diperoleh distribusi skor pada empat indikator penilaian. Sebanyak 6 atlet memperoleh skor tertinggi dengan total nilai 10, 3 atlet memperoleh nilai 9, 6 atlet memperoleh nilai 8, 11 atlet memperoleh nilai 7, 4 atlet memperoleh nilai 6, dan 1 atlet memperoleh nilai terendah yaitu 5. Data ini memberikan gambaran awal mengenai variasi kemampuan passing peserta sebelum diberikan perlakuan latihan.

Berdasarkan hasil post-test keterampilan passing pada 31 atlet ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia, diperoleh distribusi skor pada empat indikator penilaian sebagai berikut: 6 atlet memperoleh skor tertinggi dengan total nilai 20, 3 atlet memperoleh nilai 19, 4 atlet memperoleh nilai 18, 8 atlet memperoleh nilai 17, 7 atlet memperoleh nilai 16, dan 2 atlet memperoleh nilai terendah yaitu 15. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan skor secara keseluruhan dibandingkan pre-test, meskipun variasi kemampuan antar peserta masih terlihat.

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
pretest	31	5.00	10.00	7.7742	1.43084
posttest	31	15.00	20.00	17.5806	1.58691
Valid N (listwise)	31				

Gambar 1 Descriptive Statistics

Berdasarkan data pada Gambar diatas, hasil pretest dan posttest terhadap 31 sampel menunjukkan adanya peningkatan skor keterampilan passing. Pada pretest, nilai terendah adalah 5, nilai tertinggi 10, rata-rata 7,77, dan standar deviasi 1,43084. Sementara itu, pada posttest nilai terendah meningkat menjadi 15, nilai tertinggi 20, rata-rata 17,58, dan standar deviasi 1,58691. Perbedaan rata-rata antara pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan. Untuk memastikan efektivitas peningkatan tersebut, dilakukan pengujian hipotesis melalui uji normalitas dan homogenitas sebagai syarat penggunaan analisis statistik parametrik. Apabila syarat tersebut tidak terpenuhi, maka digunakan analisis statistik non-parametrik.

Hasil Analisis Data

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian ini menggunakan metode Shapiro-Wilk dengan bantuan program IBM SPSS Statistics 26. Hasil analisis uji normalitas ditampilkan dalam tabel yang memuat nilai signifikansi (Sig.) untuk masing-masing variabel pretest dan posttest. Apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), maka data dinyatakan berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (Sig. < 0,05), maka data tidak berdistribusi normal.

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest	.222	31	<,001	.902	31	.008
posttest	.191	31	.005	.905	31	.010

a. Lilliefors Significance Correction

Gambar 2 Hasil Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Gambar 4.2, diperoleh nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,08 untuk pretest dan 0,10 untuk posttest pada latihan teknik passing menggunakan metode rondo. Karena kedua nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), maka data dinyatakan berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas terpenuhi sehingga data dapat dianalisis menggunakan uji statistik parametrik.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui kesamaan variansi dan menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari data populasi yang homogen.

Tests of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
pretest dan posttest	Based on Mean	1.614	5	25	.193
	Based on Median	1.070	5	25	.400
	Based on Median and with adjusted df	1.070	5	15.853	.413
	Based on trimmed mean	1.582	5	25	.202

Gambar 3 Hasil Uji Homogenitas

Berdasarkan hasil uji homogenitas yang ditunjukkan pada Gambar 4.3, diperoleh nilai signifikansi based on mean sebesar 0,193 dan based on median sebesar 0,400. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian bersifat homogen.

Paired Samples Test										
		Paired Differences					Significance			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	One-Sided p	Two-Sided p
					Lower	Upper				
Pair 1	Pret-Test - Post-Test	-9.80645	1.49263	.26809	-10.35395	-9.25895	-36.580	30	<,001	<,001

Gambar 4 Hasil Uji t Berpasangan

Berdasarkan hasil t berpasangan yang ditampilkan pada gambar diatas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,01. Nilai ini lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 (Sig. < 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest.

Dengan demikian, latihan rondo yang diberikan pada peserta ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan keterampilan teknik passing futsal.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa metode latihan rondo memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar passing pada peserta ekstrakurikuler futsal SMP Mentari Indonesia. Data penelitian yang dianalisis melalui uji normalitas dan homogenitas menunjukkan distribusi normal serta variansi homogen, sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan uji hipotesis. Penelitian diawali dengan pre-test guna mengukur kemampuan awal peserta, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan latihan rondo sebanyak 16 kali pertemuan, dan diakhiri dengan post-test untuk mengevaluasi perkembangan kemampuan passing. Hasil analisis deskriptif menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari 7,77 pada pre-test menjadi 17,58 pada post-test, dengan perbedaan signifikan berdasarkan uji t (Sig. 0,01 < 0,05). Peningkatan ini diduga dipengaruhi oleh karakteristik latihan rondo yang bersifat variatif, interaktif, dan menyerupai kondisi permainan sesungguhnya, sehingga mendorong pengulangan gerakan secara intensif, pengambilan keputusan cepat, serta peningkatan motivasi peserta. Dengan demikian, penerapan metode latihan rondo terbukti efektif dalam mendukung pengembangan keterampilan dasar futsal, khususnya teknik passing, meskipun masih diperlukan peningkatan intensitas dan konsistensi latihan untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

DAFTAR REFERENSI

- Anggriawan, N. (2019). *Peran Fisiologi Olahraga Dalam Menunjang Prestasi*. 11(2003), 8–18.
- Anjanika, Y., Ali, M., & Ramadhani, E. R. (2023). *Jurnal cerdas sifa pendidikan*. 12, 39–48. <https://doi.org/10.22437/csp.v12i1.26234>
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Asiva Noor Rachmayani. (2020). *Analisis struktur kovarian terhadap indikator terkait kesehatan pada lansia yang tinggal di rumah, dengan penekanan pada persepsi subjektif terhadap kesehatan (No. 6)*. 6.
- Bakti, J., Bangsa, B., Limbong, A., Ridlo, A. F., & Iskandar, T. (2022). *Peningkatan kualitas bermain dalam cabang olahraga futsal*. 01, 103–110.
- Bandy, S. R. (2020). *PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP KEMAMPUAN PASSING PADA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SMAN 3 PALOPO*. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO.
- Bhayangkara, C. D. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Gerak Lokomotor Dengan Pola Pendekatan Bermain Sd Al Hanief Kota Bekasi. *Jendela Olahraga*, 3(1), 57–66. <https://doi.org/10.26877/jo.v3i1.2033>
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021a). *PENGARUH LATIHAN METODE RONDO TERHADAP KETEPATAN PASSING PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SDN PEPELEGI 2 KECAMATAN WARU KABUPATEN SIDOARJO*.
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021b). *PENGEMBANGAN VARIASI MODEL LATIHAN TEKNIK DASAR PASSING DAN SHOOTING DALAM PERMAINAN FUTSAL PESERTASA EKSTRAKURIKULER DI*

SMP MUHAMMADIYAH 2 MALANG.

- Comission, E. (2019). *DAMPAK EKSTRAKURIKULER TERHADAP SISWA DAN SISWI DI MAN 1 TANJUNG JABUNG BARAT*. 4(1), 1–23.
- Danny, S., Sapto, A., & Usman, W. (2019). Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Futsal Menggunakan Model Latihan Bervariasi Terhadap Tim Futsal Sma Negri 2 Kota Probolinggo. *Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Futsal Menggunakan Model Latihan Bervariasi Terhadap Tim Futsal Sma Negri 2 Kota Probolinggo*, 1–13.
- Diuli, M. R. P. (2025). *Pengaruh latihan Rondo terhadap keterampilan menyerang pada tim*. 2(1), 62–66. <https://doi.org/10.37905/jrpi.v2i1.30148>
- Doewes, R. I., Elumalai, G., & Azmi, S. H. (2022). Development of a test instrument to measure the basic pass technique in futsal. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 28(5), 456–459.
- Dwinka, A., Sembiring, L. T. A. B., & Anggara, D. (2023). Analisis Kondisi Fisik Team Futsal di SMKN 3 Lebong. *Journal Of Dehasen Educational Review*, 4(02), 173–180. <https://doi.org/10.33258/joder.v4i02.4494>
- Eka, G., Darmawan, B., & Ganesha, U. P. (2019). *berpasangan statis, (2) pengaruh. 1(2)*.
- Faridatul, A., Prawira, A. Y., Prabowo, E., & Gemael, Q. A. (2021). *MODEL PEMBELAJARAN OLAHRAGA FUTSAL ANAK USIA DINI*. 4, 19–26.
- Fikri, Z., & Fahrizqi, E. B. (2021). Penerapan Model Latihan Variasi Passing Futsal Di Ekstrakurikuler Sman 1 Liwa. *Journal of Physical Education (JouPE)*, 2(2), 23–28. <http://jim.teknokrat.ac.id/index.php/pendidikanolahraga/index>
- Ginting, P., Darmayasa, P., Satyawan, M., Artanayasa, W., & Parta, Y. (2022). Minat Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 10(1), 48–53. <https://doi.org/10.23887/jiku.v10i1.41318>
- Hera, R. (2020). Akademi Futsal Kota Pontianak. *Jurnal Online Mahasiswa Arsitektur Universitas Tanjungpura*, 8(1), 149.
- Hrp, W. S., Kurniawan, R., Nova, A., & Keterampilan, A. H. (2024). *PENGARUH VARIASI LATIHAN PASSING ON TARGET TERHADAP PASSING FUTSAL PADA CLUB ADI PUTRA FC LANGSA Abstrak : Permasalahan dalam penelitian pada atlet klub Futsal Adi Putra FC terlihat masih seringnya terjadi kesalahan pada saat melakukan passing ke teman ,. https://ejurnalunsam.id/index.php/jors/issue/view/504*.
- Husyaeri, E., & Saleh, B. M. (2022). Metode Latihan Drill Untuk meningkatkan kemampuan Passing pada permainan Futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(2), 521–525. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1966>
- Idris, F., Febi Kurniawan, & Akhmad Dimiyati. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Dan Movement Without The Ball Futsal Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas Berbasis Games Kompetisi. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 71–82. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.330>
- Ii, B. A. B. (20019). *No Title*. 6–33.
- Imam, C., Sukriadi, S., & Prabowo, E. (2022). Model Pembelajaran Passing Futsal Menggunakan Metode Cooperative Tipe Student Teams-Achievement Division Di Smp Pandu Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 11(2), 255–264. <https://doi.org/10.31571/jpo.v11i2.4538>
- Kurniawan, R., Ala, F., Olahraga, P. K., Pendidikan, F. I., Bhayangkara, U., & Raya, J. (2021). *Journal of Sport Science and Physical Education*. 2(1), 15–20.
- Kurniawan, R., Prabowo, E., & Yudhaprawira, A. (2020). Pelatihan Terapi Ice Bath Untuk

- Recovery Cabang Olahraga Futsal Pada Tim Cosmo Futsal Club Jakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UBJ*, 3(1), 59–66. <https://doi.org/10.31599/jabdimas.v3i1.57>
- M. Husen. (2019). *PENGARUH METODE LATIHAN EL RONDO DAN CIRCLE PASSING DRILL TERHADAP KETEPATAN PASSINGSEPAKBOLA (Studi eksperimen pada siswa KU 13-14 SBB Bhaladika Semarang Tahun 2015)*.
- Madrasah, D. I., & Negeri, A. (2024). *DALAM PENGEMBANGAN BAKAT MINAT PESERTA DIDIK*.
- Muhammad Dandung Nur Arsaaha, & Fahrial Amiq. (2024). Pengaruh Latihan El Rondo terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Tim Futsal SMAN 3 Nganjuk. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(4), 36–44. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i4.3254>
- Muhammad Sidik, N., Kurniawan, F., & Effendi, R. (2021). Pengaruh Latihan Sepakbola Empat Gawang Terhadap Kemampuan Passing Stopping Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Islam Karawang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 60–67. <https://doi.org/10.35706/jlo.v2i1.4434>
- Nadzifah, W., Mulya, G., Narlan, A., & Priana, A. (2024). *Journal of Physical Education and*. 4(1), 13–24.
- Norifansyah, N., Arifin, R. A., & Amirudin, A. A. (2024). Analisis Tingkat Passing dan Control Pemain Futsal di Ekstrakurikuler SMPN 13 Banjarbaru. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(2), 224–231. <https://doi.org/10.46838/spr.v5i2.523>
- Nurrohman, M. S., Prawira, A. Y., Candra, J., Pasaribu, M. N., Bhayangkra, U., Raya, J., Barat, J., Bekasi, K., Bermain, M., & Drill, M. (n.d.). *TEKNIK DASAR PASSING FUTSAL PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SDN MUSTIKASARI III*. 32–37.
- Pasaribu, A. M. N. (2020). Modul Guru Pembelajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. In *Tes dan Pengukuran Olahraga*. www.ypsimbanten.com
- Prabowo, D. P. (2020). MODEL-BASED SMALL-sided FUTSAL PASSING GAMES For Under 16 years. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(02), 165–175. <https://doi.org/10.21009/gjik.112.08>
- Praniata, A. R., Kridasuwarsa, B., & Puspitorini, W. (2019). Model Latihan Passing Futsal Berbasis Small Sided Games Untuk Siswa Sekolah Menengah Atas. *Journal Sport Area*, 4(1), 191. <http://journal.uir.ac.id/index.php/JSP/article/view/2364>
- Rahmalia, A., Armen, M., & Ala, F. (2022). Tingkat Kecemasan Atlet Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Sepak Bola Usia 21 Tahun Putra Wijaya Fc. *Jurnal Muara Olahraga*, 4(2), 31–38. <https://doi.org/10.52060/jmo.v4i2.826>
- Riza, S., Desreza, N., Asnawati, Sudiyanto, H., Andrio, Osuke Komazawa, Ni Wayan Suriastini, Endra Dwi Mulyanto, Ika Yulia Wijayanti, Maliki, D. D. K., Statistik, B. P., Muszalik, M., Dijkstra, A., Kdziora-Kornatowska, K., Zielińska-Wiczowska, H., Kornatowski, T., Ritonga, N. L., Marlita, L., Saputra, R., Yamin, M., Susyanti, S., Nurhakim, D. L., Syamsidar, ... Indrawati, L. (2019). PENGARUH VARIASI PERMAINAN TERHADAP HASIL PASSING PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMA NEGERI 10 PONTIANAK. *BMC Public Health*, 5(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12260-z%0Ahttps://doi.org/10.1186/s12889-022-13062-7%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.cegh.2021.100907%0Ahttp://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing%0Ahttps://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/355%0Ahttp://p>

- Said, M. (2024). Inovasi Latihan Rondo: Meningkatkan Kemampuan Passing Tim Futsal Rondo Training Innovation: Improving the Passing Ability of Futsal Team. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 4(1), 57–64. <https://ijophya.org/index.php/ijophya>
- Seluma, S. M. A. N. (2023). *ANALISIS PELAKSANAAN PROGRAM LATIHAN EKSTRAKURIKULER FUTSAL PUTRI SKRIPSI OLEH : DIAN PRAMANA SAPUTRA EKSTRAKURIKULER FUTSAL PUTRI SMA NEGERI 2 SELUMA*.
- Setiyadi, A. (2016). *Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Keterampilan Passing Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Smp the Effects of Small Sided Games Exercise Towards the Passing Skills of*. 1–6.
- Sudarta. (2022). *Pengaruh Metode Latihan Rondo Terhadap Peningkatan passing dan control Pemain Futsal Di SMK Wachid Hasyim 2 Surabaya*. 16(1), 1–23.
- Sugiarto, T., Tomi, A., & Fauzi, I. A. (2022). Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Passing Futsal Menggunakan Metode Drill. *Sport Science and Health*, 2(3), 210–214. <https://doi.org/10.17977/um062v2i32020p210-214>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (M. Dr. Ir. Sutopo. S.Pd. (ed.); 2nd ed.). Alfabeta.
- Susi Hawindri, B. (2019). Brila Susi Hawindri. *Prosiding Seminar Nasional Peran Pendidikan Jasmani Dalam Menyangga Interdisipliner Ilmu Keolahragaan*, 284–292.
- Tya Maya Ningrum, D., Velyan Mahyudi, Y., Prayogo, G., Dwiansyah Putra, D., & Winarno, M. (2023). Diseminasi Aktivitas Fisik Menuju Kebugaran Peserta Didik SMK. *Universitas Bhayangkara, Bekasi*, 6(2), 2–9. <http://dx.doi.org/10.31851/dedikasi.v6i2.13619>
- Widiarti, E. B., Hariyanto, E., Hariyoko, H., & Wiguno, L. T. H. (2023). Pengembangan Variasi Keterampilan Passing Berbentuk Multimedia Interaktif Untuk Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 02 Batu. *Sport Science and Health*, 5(11), 1101–1109. <https://doi.org/10.17977/um062v5i112023p1101-1109>
- Wijaksono, H., Samodra, Y. T. J., & Gustian, U. (2020). *VARIASI LATIHAN UNTUK MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PASSING*. 1–8.