

Pengaruh Modifikasi Latihan Passing dengan Menggunakan *Cone* dalam Peningkatan Keterampilan Mengolah Bola

Yodi*, Hadi Pajariato, Irsan Kahar

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Palopo, Indonesia

* Correspondence: yodiump377@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the effect of modifying passing training using cones in improving the skills of managing SBB Sinar Muda Mappadeceng bolas. The research method used is experimental. The population in this study was 55 people with a sample size of 20 people. Data collected from pretest and posttest, data management using IBM SPSS Statistic 22 software. The results showed that the normality test with Shapiro-Wilk can be known that this data is normally distributed because the posttest value (933) > from 0.05, so the data is normally distributed. Furthermore, the results of the homogeneity test can be seen that sig. is .168, because the value of .168 > 0.05 it can be concluded that the data variance is homogeneous. Finally, the hypothesis test shows the Asymp.Sig (2-tailed) t_{value} (0.000 < 0.05). students in the good enough category only numbered 4 students (20%), 6 students (30%) were sufficient, and 10 students (50%) were not good enough. Whereas in the posttest students in the very good category amounted to 3 students (15%), 10 students (50%) were good, and 7 students (35%) were quite good. So it can be said that the modification of passing training using cones has an effect in improving the skills of managing the ball SSB Sinar Muda Mappadeceng.

Keywords: Cone; modification; passing practice; skill; managing the ball.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari modifikasi latihan passing dengan menggunakan cone dalam peningkatan keterampilan mengelola bola SBB Sinar Muda Mappadeceng. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Adapun populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 55 orang dengan jumlah sampel yaitu 20 orang. Data dikumpulkan dari *pretest* dan *posttest*, pengelolaan data menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistic 22. Hasil penelitian menunjukkan uji normalitas dengan Shapiro-Wilk dapat diketahui bahwa data ini berdistribusi normal karena nilai *posttest* (933) > dari 0,05 maka data berdistribusi normal. Selanjutnya hasil uji homogenitas dapat diketahui bahwa sig. adalah sebesar .168, karena nilai .168 > 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa varians data adalah homogen. Terakhir uji hipotesis menunjukkan Asymp.Sig (2-tailed) nilai t_{hitung} (0.000 < 0.05). siswa dengan kategori cukup baik hanya berjumlah 4 siswa (20%), 6 siswa (30%) cukup, dan 10 siswa (50%) kurang baik. Sedangkan pada posttest siswa dengan kategori sangat baik berjumlah 3 siswa (15%), 10 siswa (50%) baik, dan 7 siswa (35%) cukup baik. Maka dapat dikatakan bahwa modifikasi latihan passing dengan menggunakan cone berpengaruh dalam peningkatan keterampilan mengelola bola SSB Sinar Muda Mappadeceng.

Kata kunci: Cone; modifikasi; latihan passing; keterampilan; mengelola bola.

Received: 18 September 2024, 8 Februari 2025 | Revised: 10 Februari, 11 Maret 2025

Accepted: 27 Maret 2024 | Published: 8 April 2025



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Sepak bola merupakan olahraga bola populer yang banyak di minati oleh berbagai kalangan bukan hanya dari kalangan pria namun pada masa sekarang banyak wanita yang juga tertarik untuk bermain sepak bola (Aji & Wahyudi, 2021). Permainan sepak bola banyak mengalami modifikasi baik dari segi aturan maupun alat permainan, banyak masyarakat yang menjadikan permainan sepak bola sebagai games-games 17 agustusan dimana biasanya para pria menggunakan daster sebagai aturan permainan. Sepak bola tidak hanya sebagai ajang pertandingan serius tetapi juga di mainkan untuk mendapatkan kesenangan. Sekitar 4% orang di seluruh dunia secara aktif berpartisipasi dalam sepak bola, menjadikannya salah satu olahraga tim paling populer di dunia (Anita et al., 2020).

Sepak bola dikategorikan sebagai olahraga yang termasuk dalam domain pendidikan jasmani (Kahar et al., 2022). Sepak bola termasuk cabang olahraga yang dikenal luas serta telah mendapatkan popularitas di kalangan masyarakat Indonesia. Di Sulawesi Selatan, olahraga ini telah banyak dilakukan oleh masyarakat, serta oleh pelajar dan individu muda. Ini dimungkinkan karena aksesibilitas sarana dan prasarana, serta ketersediaan alat dan perlengkapan yang memadai. Secara khusus, di Sulawesi Selatan, banyak olahraga yang mulai dikenal oleh masyarakat, sepak bola menjadi salah satu olahraga paling populer di dunia (Kuntjoro, 2020).

Agar berhasil memasukkan bola ke gawang lawan dan menghentikan lawan mencetak gol dengan menjauhkan bola dari gawang sendiri, pemain sepak bola harus mampu menguasai bola (Darwanta et al., 2024). Pemain sepak bola harus fokus pada taktik mendasar untuk menjadi profesional dalam olahraga ini (Fajrin et al., 2021). Salah satu olahraga bola yang populer di lapangan rumput persegi panjang yang datar adalah sepak bola (Pratama, 2020). Menguasai bakat bermain sepak bola membutuhkan prosedur latihan yang panjang dan konstan untuk mencapai keunggulan selama latihan dan kompetisi (Dahlan et al., 2020).

Teknik dalam olahraga mengacu pada pendekatan atau strategi khusus yang digunakan oleh seorang individu atau pemain untuk menyelesaikan gerakan atau tugas tertentu dalam olahraga dengan sukses dan efisien (Rahman & Padli, 2020). Teknik mengoper bola sangat penting untuk partisipasi pemain dalam olahraga ini. Mengoper melibatkan pemindahan bola dari satu titik awal hingga titik yang ditentukan, yang memungkinkan pergerakannya. Teknik ini mencakup tiga jenis operan pendek, operan menengah, dan operan panjang. Mengoper adalah landasan permainan sepak bola, karena serangan dibangun melalui serangkaian manuver operan. Dalam konteks sepak bola, passing mengacu pada tindakan terampil memindahkan bola dari satu pemain ke yang lain (Aprianto et al., 2020).

Keakuratan operan kepada rekan setim sangat penting ketika melakukan manuver operan. Memastikan bola dikirim secara akurat ke penerima yang dituju, diperlukan latihan yang konsisten dan fokus yang teguh pada akurasi. Dalam permainan sepak bola, mengumpan merupakan tindakan memindahkan momentum bola dari satu pemain ke lainnya (Hakim & Ulpi, 2023). Mengoper dengan kaki bagian dalam biasanya lebih disukai karena area permukaannya yang lebih luas, yang memungkinkan operan yang lebih mudah dan lebih akurat ke pemain lain. Kaki bagian dalam memberikan permukaan menendang yang lebih besar, menghasilkan kontrol bola dan presisi yang lebih baik saat mengoper.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa setiap pemain harus memiliki teknik mengoper yang diperlukan untuk memindahkan bola secara efektif dan membangun kecepatan permainan, sehingga menghasilkan pertandingan yang taktis dan efisien (Wardana et al., 2018). Teknik mengoper dikategorikan menjadi empat jenis operan ke dinding, operan terobosan, operan menyilang, dan operan diagonal. Selain itu, penguasaan keterampilan mengoper sangat penting untuk keberhasilan penguasaan pendekatan ini (Nanag, 2023). Keterampilan menggiring bola adalah teknik dasar yang digunakan dalam manajemen bola. Menggiring bola adalah tindakan mengeksekusi serangkaian gerakan terkoordinasi untuk menyesuaikan posisi seseorang dengan cepat dan akurat sambil mempertahankan kontrol atas bola (Mappaompo, 2024). Peneliti melakukan observasi di SSB Sinar Muda Mappedeceng.

Setelah mengamati aktifitas latihan dan melihat metode yang diterapkan oleh pelatih dengan hanya menggunakan cone yang disusun secara vertikal tanpa ada pola yang dibentuk dan juga sangat monoton sehingga membuat pemain sangat jenuh serta kurangnya pergerakan respon cepat saat melakukan latihan. Maka dari itu perlu adanya modifikasi latihan passing dengan menggunakan cone sebagai alat latihan dalam meningkatkan keterampilan mengolah bola pada pemain sepak bola. Menggunakan cone dapat efektif dalam peningkatan keterampilan mengolah bola pemain sepak bola. Merujuk pada uraian di atas, tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menguji pengaruh modifikasi latihan passing menggunakan cone dalam peningkatan keterampilan mengolah bola pada pemain sepak bola SSB Sinar Muda Mappedeceng.

Metode

Penelitian ini menerapkan metodologi eksperimental, yang merupakan teknik penelitian yang dimanfaatkan untuk menentukan dampak intervensi spesifik pada individu yang berbeda dalam lingkungan yang terkontrol. Mengamati efek dari sebuah terapi adalah tujuan yang konsisten dari penelitian eksperimental. Penulis akan melakukan prosedur eksperimental pada partisipan dalam studi ini yang akan mendapatkan perlakuan tertentu sepanjang waktu (variabel bebas). Setelah periode eksperimen berakhir, penulis akan menganalisis dampak dari perlakuan terhadap variabel terikat (Mubarok et al., 2019). Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih untuk menjadi contoh representatif dari populasi yang lebih besar, sedangkan istilah "populasi" mengacu pada kelompok atau kategori lengkap dari orang-orang yang diteliti (Nur et al., 2018).

Adapun populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 55 orang terbagi atas kelompok umur U-10 tahun 10 orang, U-11 tahun 10 orang, U-12 tahun 20 orang, U-13 dan 14 tahun 15 orang. Adapun sampel pada penelitian ini 20 orang dengan kelompok umur 12 tahun. Diungkapkan oleh (Khozim & Nugroho, 2022) sampel ialah bagian dari populasi yang memiliki jumlah dan ciri-ciri tertentu. Purposive sampling merupakan teknik sampel yang diterapkan dalam studi ini, yang merupakan strategi non-acak ketika peneliti secara sengaja memilih individu atau kasus tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Lenaini, 2021).

Sebuah alat pengukur diperlukan untuk menghimpun data yang relevan. Dalam penelitian ini, istilah "instrumen" mengacu pada alat khusus yang dipergunakan dengan cara tertentu untuk menghimpun data (Masrudin et al., 2023). Alat yang dipergunakan dalam studi

ini untuk menilai keterampilan mengolah bola sebagai pengukuran *pretest* dan *posttest* adalah menggiring bola. Menggiring bola merupakan kemampuan motorik yang melibatkan manuver dan mempertahankan kontrol bola dalam olahraga sepak bola (Faqih et al., 2023). Mengenai instrumen serta perlengkapan yang diterapkan pada penelitian ini.

Tes menggiring bola merupakan salah satu metode yang diterapkan dalam proses pengumpulan data penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk menghimpun dua jenis data data *pretest*, yang mengukur performa dribbling sampel sebelum menerima perlakuan, dan data *posttest*, yang mengukur performa dribbling sampel setelah penerapan latihan passing yang telah dimodifikasi. Pendekatan statistik deskriptif merupakan metode analisis data yang diterapkan. Informasi yang dihimpun untuk setiap item tes mewakili perkiraan hasil tes para atlet dari setiap tes.

Tabel 1. Norma tes penilaian mengolah bola

Nilai Keterampilan	Kategori
22,01-23,04	Sangat baik
23,05-25,07	Baik
25,08-27,10	Cukup Baik
27,11-29,13	Cukup
29,14-32,16	Kurang Baik

Penelitian ini mempergunakan pendekatan empiris. Analisis data penelitian merupakan perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* setelah perlakuan. Memanfaatkan uji normalitas serta uji hipotesis melalui alat statistik SPSS for Windows versi 22. Mengetahui apakah distribusi data yang akan dianalisis berdistribusi normal merupakan tujuan dari uji normalitas. Melalui SPSS 22 untuk membantu dalam menerapkan Shapiro-Wilk Test untuk mengevaluasi normalitas distribusi data. Apabila p-value melebihi 0,05, maka dianggap bahwa data terdistribusi secara teratur. Sebaliknya, data dianggap tidak normal apabila p-value analisis kurang dari 0,05. Rerata dari data *pretest* dan *posttest* dibandingkan dengan mempergunakan uji-t, yang dipergunakan dalam perangkat lunak SPSS 22 untuk pengujian hipotesis. Hipotesis alternatif (H_a) ditolak bila nilai t_{hitung} lebih kecil dari nilai t_{tabel} . Sebaliknya, hipotesis alternatif (H_a) diterima apabila nilai t_{hitung} lebih besar dari nilai t_{tabel} .

Hasil

Tabel 2. Nilai *pretest* siswa dalam tes mengolah bola sebelum (*treatment*) latihan modifikasi passing.

No	Nama Siswa	Skor
1	Fikri	31,22
2	Alfat	30,64
3	Fahri	27,92
4	Sakir	28,59
5	Affan	26,68
6	Aqib	26,13
7	Arzaka	29,16
8	Aril	30,46
9	Asril	32,59

10	Dafit	28,41
11	Awing	26,52
12	Fiki	28,48
13	Wahyu	28,20
14	Irfan Maulana	30,31
15	Fatir	30,40
16	Adam Elfis	29,63
17	Fauzi	31,05
18	Fariz	29,18
19	Habibi	27,81
20	Fauzan	26,58
Total		579,87
Nilai rata-rata		28,99

Mengacu pada data di atas yang menunjukkan nilai *pretest* siswa. Peneliti menemukan bahwa nilai tertinggi siswa yaitu 26,13 dan nilai terendah yaitu 32,59. Dengan nilai rata-rata siswa 28,99

Tabel 3. Nilai keterampilan mengolah bola (*pretest*)

No	Nilai Keterampilan	Kategori	Frekuensi	%
1	22,01-23,04	Sangat baik	0	0%
2	23,05-25,07	Baik	0	0%
3	25,08-27,10	Cukup Baik	4	20%
4	27,11-29,13	Cukup	6	30%
5	29,14-32,16	Kurang Baik	10	50%
Total			20	100%

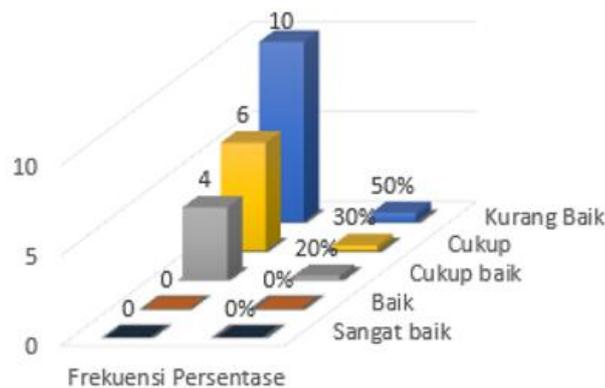


Diagram 1. Hasil *pretest*

Tabel dan diagram tersebut mengindikasikan bahwa sebelum mendapatkan perlakuan, tidak ada siswa (0%) yang masuk dalam kategori sangat baik, tidak ada siswa (0%) kategori baik, 2 siswa (20%) kategori cukup baik, 6 siswa (30%) kategori cukup, dan 10 siswa (50%) kurang baik. Data di atas mengindikasikan bahwa mayoritas siswa termasuk dalam kategori kinerja di bawah rerata, ini menandakan bahwa kemampuan mengolah bola siswa sebelum diberikan treatment masih kurang baik.

Tabel 4. Nilai *posttest* siswa dalam tes mengolah bola setelah (treatment) latihan modifikasi passing.

No	Nama Siswa	Skor
1	Fikri	24,39
2	Alfat	25,01
3	Fahri	22,44
4	Sakir	22,75
5	Affan	22,05
6	Aqib	23,11
7	Arzaka	22,85
8	Aril	25,35
9	Asril	24,27
10	Dafit	23,24
11	Awing	23,38
12	Fiki	25,21
13	Wahyu	24,53
14	Irfan Maulana	25,72
15	Fatir	26,36
16	Adam Elfis	25,49
17	Fauzi	24,31
18	Fariz	24,01
19	Habibi	27,09
20	Fauzan	24,79
Total		486,35
Nilai rata-rata		24,31

Mengacu pada data di atas yang menunjukkan nilai *posttest* siswa. Peneliti menemukan bahwa nilai tertinggi siswa yaitu 22,44 dan nilai terendah yaitu 26,36. Dengan nilai rata-rata siswa 24,31.

Tabel 5. Nilai keterampilan mengolah bola (*posttest*)

No	Nilai Keterampilan	Kategori	Frekuensi	%
1	22,01-23,04	Sangat baik	3	15%
2	23,05-25,07	Baik	10	50%
3	25,08-27,10	Cukup Baik	7	35%
4	27,11-29,13	Cukup	0	0%
5	29,14-32,16	Kurang Baik	0	0%
Total			20	100%

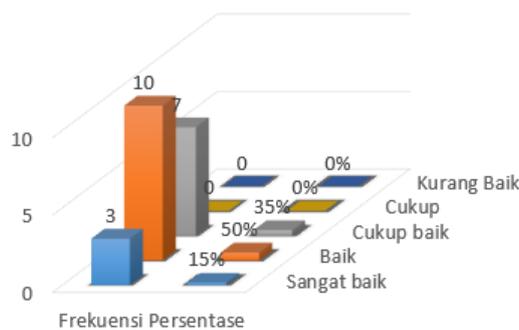


Diagram 2. Hasil *posttest*

Tabel dan diagram batang menunjukkan bahwa setelah pelatihan, 35% siswa diklasifikasikan sebagai "sangat baik", 50% "baik", 15% "cukup baik", dan tidak ada yang "cukup baik" atau "buruk". Data yang disajikan di atas memperlihatkan bahwa mayoritas siswa masuk dalam kategori "baik", yang mengindikasikan bahwa kemampuan mereka dalam menangani bola telah meningkat setelah menerima pelatihan.

Tabel 6. Uji normalitas

No.	Variabel	N	K-SZ	Sig.	α	Ket
1	Pretest	20	.967	.687	.05	Normal
2	posttest	20	.980	.933	.05	Normal



Diagram 3. Hasil normalitas

Mengacu pada tabel dan diagram yang ada, hasil uji normalitas dengan memanfaatkan uji Shapiro-Wilk mengindikasikan bahwa data terdistribusi secara normal. Ini disebabkan nilai *posttest* (.933) lebih dari 0.05, yang mengindikasikan distribusi normal.

Tabel 7. Tes homogenitas

Kelompok	Levene Statistik	df1	df2	Sig.	Ket
Pretest- posttest	1.979	1	38	.168	Normal

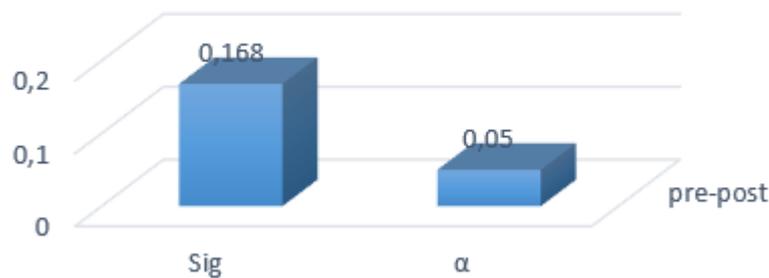


Diagram 4. Hasil uji homogenitas

Mengacu pada tabel yang tersedia, hasil uji homogenitas mengindikasikan tingkat signifikansi 0,168. Karena angka ini lebih tinggi dari 0,05, sehingga dinyatakan bahwa varians data tersebut homogen.

Tabel 8. Uji hipotesis

Variabel	Sig.	α
Pretest- posttest	0.000	0.05

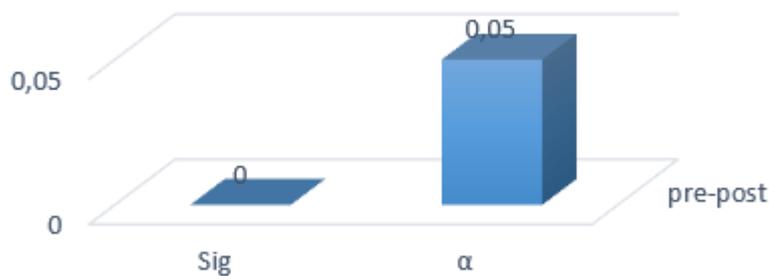


Diagram 5. Hasil uji hipotesis

Mengacu pada tabel serta gambar yang ada, hasil uji hipotesis mengindikasikan bahwa data memperlihatkan perbedaan yang substansial antara hasil *pretest* serta *posttest* para siswa. Uji statistika mengindikasikan bahwa nilai Asymp.Sig (2-tailed) t lebih rendah dari 0.05, mengindikasikan bahwa penelitian ini signifikan secara statistik dan memiliki dampak yang besar.

Pembahasan

Penelitian ini di lakukan di Lapangan sepak bola Desa Mappedeceng dengan melaksanakan 16 kali latihan modifikasi passing menggunakan cone, dan untuk pengambilan datanya melalui tes *pretest* dan *posttest*. 20 anak dari SSB Sinar Muda Mappadeceng, yang semuanya berusia 12 tahun, menjadi sampel penelitian ini. Latihan modifikasi latihan passing dengan menggunakan cone dilakukan untuk meningkatkan keterampilan mengolah bola pada siswa SSB Sinar Muda Mappedeceng ternyata memeberikan pengaruh yang signifikan. Pengaruh tersebut dapat dilihat dari nilai *pretest* siswa 28,99 dan nilai rerata *posttest* siswa. 24,31.

Selanjutya dapat pula dilihat dari persentase jumlah siswa pada pretest yaitu siswa dengan kategori cukup baik hanya berjumlah 4 siswa (20%), 6 siswa (30%) cukup, dan 10 siswa (50%) kurang baik. Sedangkan pada *posttest* siswa dengan kategori sangat baik berjumlah 3 siswa (15%), 10 siswa (50%) baik, dan 7 siswa (35%) cukup baik. Ini menandakan bahwa terjadi peningkatan kemampuan siswa dalam mengelola bola dengan baik. Uji statistik yang dilakukan dengan mempergunakan SPSS mengindikasikan bahwa data terdistribusi secara normal mengacu pada hasil uji normalitas dengan Shapiro-Wilk. Ini terlihat dari nilai *posttest* (.933) yang lebih tinggi dari 0.05.

Selain itu, hasil uji homogenitas mengungkapkan bahwa nilai sig. 0.168 yang juga lebih tinggi dari 0,05. Dinyatakan bahwa varians data tersebut seragam, dan hasil uji hipotesis mengindikasikan bahwa nilai *pretest* dan *posttest* siswa signifikan secara statistik. Uji statistika mengindikasikan bahwa nilai Asymp.Sig (2-tailed) *t* lebih rendah dari 0.05, mengindikasikan bahwa penelitian ini berdampak signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan latihan modifikasi latihan passing dengan menggunakan cone ini efektif untuk meningkatkan keterampilan mengolah bola pada siswa SSB Sinar Muda Mappedeceng. Penelitian ini selaras dengan studi (Wahyudi, 2023) dengan judul “Pengaruh penerapan metode latihan yang bervariasi dengan mempergunakan media cone terhadap kemampuan menggiring bola pemain sepakbola U-15 SSB United Sarolangun Kabupaten Sarolangun”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh beberapa metode latihan dengan memanfaatkan media cone terhadap keterampilan menggiring bola.

Simpulan

Mengacu pada pemaparan temuan serta pembahasan di atas, sehingga simpulan bahwa penerapan latihan passing modifikasi menggunakan cone memberikan dampak positif dalam meningkatkan keterampilan mengolah bola pada siswa SBB Sinar Muda Mappedeceng. Ini terbukti dari hasil uji *t* yang memperlihatkan data berdistribusi normal berdasarkan uji Shapiro-Wilk. Nilai *posttest* (933) lebih tinggi dari 0,05, yang mengindikasikan distribusi data yang normal. Terlebih lagi, temuan uji homogenitas mengindikasikan nilai signifikansi 0,168. Karena nilai ini lebih tinggi dari 0,05, maka dapat ditarik simpulan bahwa varians data homogen. Adapun hasil uji hipotesis memperoleh nilai Asymp.Sig (2-tailed) *t* 0,000 ($0,000 < 0,05$) yang mengindikasikan bahwa penelitian ini signifikan atau berpengaruh secara statistik. Ini terlihat dari nilai rerata *posttest* (28,99) lebih kecil dibandingkan dengan nilai rerata *pretest* (24,31), sehingga menghasilkan selisih sebesar 4,68.

Dengan demikian, dapat ditarik simpulan bahwa penggunaan latihan passing yang dimodifikasi dengan cone berdampak cukup besar terhadap peningkatan kemampuan pengolahan bola pada siswa SBB Sinar Muda Mappedeceng. Rekomendasi yang dapat diberikan merujuk pada temuan penelitian yang telah disimpulkan Para atlet, khususnya pemain sepak bola, harus memperoleh pemahaman mengenai latihan modifikasi passing berbasis kerucut untuk meningkatkan keterampilan penanganan bola mereka. Para peneliti dan instruktur olahraga, khususnya di bidang sepak bola, disarankan untuk fokus pada latihan passing sebagai salah satu bentuk latihan untuk meningkatkan keterampilan mengolah bola. Para penulis yang ingin melakukan penelitian tambahan disarankan untuk menggunakan modalitas latihan yang sesuai dengan penelitian mereka dan dapat diterapkan pada demografi yang lebih luas.

Pernyataan Penulis

Pernyataan ini menegaskan bahwa karangan saya dan tim belum pernah dimuat pada jurnal atau media sejenis manapun, dan merupakan karya asli penulis. Apabila dikemudian hari ditentukan bahwa artikel tersebut tidak diubah dan telah diterbitkan, saya sebagai penulis bersedia menghadapi sanksi yang dijatuhkan oleh pengelola Jurnal Porkes.

Daftar Pustaka

- Aji, A. T., & Wahyudi, H. (2021). Pengaruh Latihan T-Sprint Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepak Bola di SSB Mitra Fc U-19 Kabupaten Sumenep. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(4), 321–330. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/42785>
- Anita, F., Adi, S., & Andiana, O. (2020). Survei Minat dan Motivasi Wanita Memilih Olahraga Sepakbola pada Tim Persikoba Putri Kota Batu. *Jurnal Sport Science*, 10(2), 113–122. <https://doi.org/10.17977/um057v10i2p113-122>
- Aprianto, W., Julian, N., & Indrawati, P. (2020). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Ketepatan Passing pada Pemain Sepak Bola. *Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan*, 5(2), 96–104. <https://doi.org/10.5614/jskk.2020.5.2.4>
- Dahlan, F., Hidayat, R., & Syahrudin, S. (2020). Pengaruh Komponen Fisik dan Motivasi Latihan Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 126–139. <https://scholarhub.uny.ac.id/jolahraga/vol8/iss2/3/>
- Darwanta, R. S., Atradin, A., Arsil, A., & Zulbahri, Z. (2024). Profil Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Siswa Kegiatan SMPN 1 Batang Anai pada Kegiatan Ekstrakurikuler. *Jurnal JPDO*, 7(1), 191–199. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/1659>
- Fajrin, S. N., Agustiyawan, A., Purnamadyawati, P., & Mahayati, D. S. (2021). Literature Review : Hubungan Koordinasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola pada Pemain Sepak Bola. *Indonesian Journal of Physiotherapy*, 1(1), 6–12. <https://doi.org/10.52019/ijpt.v1i1.2605>
- Faqih, F. A., Supriatna, S., Hanief, Y. N., & Roesdiyanto, R. (2023). Hubungan antara Antropometri dan Biomotor dengan Keterampilan Menggiring dalam Permainan Sepak Bola. *COMSERVA Indonesian Journal of Community Services and Development*, 2(12), 2995–3003. <https://doi.org/10.59141/comserva.v2i12.706>
- Hakim, N., & Ulpi, W. (2023). Football: Drill Increasing Method Passing Ability. *Halaman Olahraga Nusantara Jurnal*, 6(I), 276–286. <https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/hon/article/view/9774>
- Kahar, I., Pandi, A., Jalil, R., & Riswanto, A. H. (2022). Pengaruh Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Passing Sepak Bola Kaki Bagian dalam. *Jurnal Menssana*, 7(1), 1–11. <http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/277>
- Kuntjoro, B. F. T. (2020). Rasisme dalam Olahraga. *Jurnal Penjakora*, 7(1), 69–77. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v7i1.19503>
- Khozim, N., & Nugroho, R. A. (2022). Hubungan Bmi dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola. *Sport Science and Education Journal*, 3(2), 36–43. <https://doi.org/10.33365/Ssej.V3i2.2220>
- Lenaini, I. (2021). Teknik Pengambilan Sampel Purposive dan Snowball Sampling. *Jurnal Historis*, 6(1), 32–39. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/historis/article/view/4075>
- Mappaompo, M. A. (2024). Keseimbangan dan Kelincahan Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1), 1–11. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i1.23728>
- Masrudin, M., Kahar, I., & Suarja, S. (2023). Latihan Resistance Band dan Skipping : Pengaruh

- Terhadap Peningkatan Kemampuan Shooting Sepak Bola Persema. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 12(1), 134–150. <https://doi.org/10.31571/jpo.v12i1.5599>
- Mubarok, R. R. S., Narlan, A., & Millah, H. (2019). Pengaruh Latihan Long Passing Menggunakan Sasaran Berurutan Terhadap Ketepatan Long Passing dalam Permainan Sepak Bola. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(2), 98–103. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i2.1150>
- Nanag, N. (2023). Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Sepak Bola dengan Gaya Mengajar Cooperative Learning. *Sport Pedagogy Journal*, 12(1), 39–55. <https://doi.org/10.24815/spj.v12i1.31634>
- Nur, H. W., Nirwandi, N., & Asmi, A. (2018). Hubungan Sarana Prasarana Olahraga Terhadap Minat Siswa dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMAN 1 Batipuah Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal Menssana*, 3(2), 93–102. <http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/82>
- Pratama, J. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Sepak Bola Melalui Drill Modifikasi Bola pada Siswa Kelas IV SDN Meduri V Tahun 2019/2020. *Jurnal JAS*, 1(1), 1–9. <https://ejournal.stkipmodernngawi.ac.id/index.php/JAS/article/view/151>
- Rahman, K. S., & Padli, P. (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola. *Jurnal Patriot*, 2(2), 369–379. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/562>
- Wahyudi, M. (2023). Pengaruh Variasi Latihan Menggunakan Media Cone Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Sepakbola U-15 SSB United Kabupaten Sarolangun.
- 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 Olahraga)*, 3(2), 194–201. <http://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/kejaora/article/view/212>