Journal Sport Science and Healt of Mandalika Vol. 7 No. 3 pp. 246-258 JONTAK

Reaserch Artikel July 2026 E-ISSN 2722-3116

PENGARUH LATIHAN PASSING GIVE AND GO TERHADAP ENINGKATAN KETERAMPILAN PASSING PEMAIN FUTSAL PERSIM MANGGARAI TENGAH FC

[1*] Safrisius Jemeon, [2] Soemardiawan, [3]Ali Imran

[13]Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Mandalika
[2]Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Mandalika

*Corresponding Author e-mail: Safrinjemeon01@gamil.com

ABSTRACT

Passing is a fundamental skill in futsal because the game is played in a limited space and requires quick ball circulation, accuracy, and continuous movement. This study aimed to analyze the effect of give-and-go passing training on the improvement of passing skills among Persim Manggarai Tengah FC futsal players while considering the limitation of the pre-experimental design. This research employed a quantitative pre-experimental method with a one-group pretest-posttest design. The participants were 16 active players selected using total sampling, and all participants followed the complete research procedure from pretest to posttest. The instrument used was a 30-second passing and controlling test. The treatment consisted of a structured give-and-go passing training program conducted for six weeks with three sessions per week and organized through warm-up, core drill, and cool-down activities. Data were analyzed using descriptive statistics, the Shapiro-Wilk normality test for difference scores, and paired sample t-test at a significance level of 0.05. The results showed that the mean pretest score was 18.313 and increased to 21.375 in the posttest, with a mean difference of 3.063 points. The paired sample t-test produced $t(15) = -16.975$ and $p < 0.001$, indicating a significant improvement after the treatment. These findings suggest that give-and-go passing training is associated with a significant improvement in passing skills, particularly in accuracy, coordination, and movement after passing, although causal interpretation should be made cautiously because the study did not involve a control group.

Keywords: give-and-go training, passing skills, futsal, pre-experimental study, motor learning

Latihan passing give and go merupakan bentuk latihan kombinasi yang menekankan kemampuan mengoper bola, bergerak tanpa bola, dan menerima umpan kembali secara cepat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh latihan passing give and go terhadap peningkatan keterampilan passing pemain futsal Persim Manggarai Tengah FC dengan tetap memperhatikan keterbatasan desain pre-eksperimen. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental one-group pretest-posttest. Sampel penelitian berjumlah 16 pemain aktif yang dipilih menggunakan teknik total sampling dan seluruh pemain mengikuti rangkaian penelitian sampai posttest. Instrumen penelitian berupa tes passing dan controlling selama 30 detik. Perlakuan diberikan melalui program latihan passing give and go selama enam minggu dengan frekuensi tiga kali per minggu yang disusun melalui tahap pemanasan, latihan inti, dan pendinginan. Analisis data dilakukan melalui statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro-Wilk terhadap skor selisih, dan uji paired sample t-test pada taraf signifikansi 0,05. Hasil

penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata pretest sebesar 18,313 meningkat menjadi 21,375 pada posttest, dengan selisih rata-rata 3,063 poin. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan t(15) = -16,975 dan p < 0,001, sehingga terdapat peningkatan yang signifikan setelah perlakuan. Dengan demikian, latihan passing give and go berasosiasi dengan peningkatan signifikan keterampilan passing pemain futsal, terutama pada aspek akurasi, koordinasi, dan kesiapan bergerak setelah melakukan passing; namun, interpretasi kausal perlu dilakukan secara hati-hati karena penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol.

Kata kunci: latihan give and go, keterampilan passing, futsal, pre-eksperimen, pembelajaran motorik

PENDAHULUAN

Futsal adalah permainan beregu berkecepatan tinggi dengan dinamika ruang gerak yang sangat terbatas, sehingga keputusan taktis dan teknis harus dihasilkan dengan cepat dalam kondisi tekanan kontekstual yang khas pada lapangan lebih kecil, jumlah pemain yang relatif sedikit, serta pertahanan lawan yang agresif. Keberhasilan dalam futsal sangat ditentukan oleh penguasaan teknik dasar seperti passing, kontrol, pergerakan tanpa bola, dan koordinasi antarpemain, di mana passing tidak hanya memindahkan bola tetapi juga menjadi landasan untuk mempertahankan penguasaan bola, membangun serangan, membuka ruang, dan menciptakan peluang gol (Doewes et al., 2022, Ribeiro et al., 2022). Faktor koordinasi, keseimbangan, kekuatan kaki, serta kapasitas fisik terkait daya tahan dan kemampuan eksplosif menjadi fondasi bagi performa tembakan dan operan, sehingga pendekatan multimodel yang menggabungkan faktor fisik, teknik, serta kognisi dinilai penting untuk pengembangan pemain futsal secara menyeluruh (Agustiyanta et al., 2023; Seran et al., 2024; Sobko et al., 2023).

Passing merupakan teknik dasar utama dalam futsal yang membentuk aliran serangan; ketepatan, kekuatan, dan kedataran umpan sangat krusial untuk akurasi penerimaan rekan satu tim (Ahsani et al., 2023; Anjanika et al., 2023; Hanafi, 2023). Penekanan pada teknik dasar passing (inside foot) dan peran koordinasi antarpemain diulas luas dalam berbagai studi eksperimental yang menunjukkan bahwa latihan passing yang terstruktur meningkatkan ketepatan dan kualitas umpan (Doewes et al., 2022b; Sari & Nugraha, 2022; Vieira et al., 2021).

Model latihan passing, variasi latihan passmove, latihan wall pass, maupun latihan segitiga/segiempat terbukti meningkatkan keterampilan dasar passing dan akurasi pada pemain futsal ekstrakurikuler maupun tim

sekolah/universitas (Suhardianto & Janwar, 2023). Studi lain menyoroti pentingnya faktor fisik seperti koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kekuatan kaki dalam meningkatkan kemampuan passing dan shooting (Akmal et al., 2023; Al-Sultani, 2024) Analisis jarak passing profesional menunjukkan variasi short/medium/long pass sebagai pedoman desain latihan yang tepat untuk meningkatkan kontrol bola dan tempo serangan (Serrano et al., 2021).

Latihan futsal yang efektif menekankan integrasi teknik passing dengan situasi permainan nyata melalui latihan small-sided games (SSG) dan pola give-and-go. SSG 3v3–4v3 telah terbukti meningkatkan akurasi passing, kecepatan keputusan, serta kemampuan taktis-teknis secara simultan (Ramadhan et al., 2023; Fitrian et al. 2023). Latihan give-and-go secara berulang merangsang pergerakan aktif setelah operan, yang penting untuk menciptakan ruang di ruang sempit serta meningkatkan first touch, komunikasi, dan kerja sama (Arsil et al., 2023). Uji beban kerja pada skema SSG menunjukkan peningkatan area latihan yang relevan dengan permainan (Rico-González et al., 2022; Filho et al., 2022). Secara praktis, kombinasi latihan passing dengan kontrol, pergerakan setelah operan, dan penerimaan umpan kembali dalam pola permainan mini-court lebih representatif terhadap dinamika futsal cepat (Gomes et al., 2025).

Hasil penelitian menunjukkan give and go meningkatkan passing pada futsal/sepak bola (peningkatan akurasi, koordinasi) melalui beberapa studi eksperimental/relawan kecil, termasuk penelitian yang menilai dampaknya pada tim futsal lokal dan kelompok usia (Dhae et al., 2023; Djaba, 2022). Pendekatan latihan ini juga dapat dimodifikasi melalui skala permainan kecil (3v3/4v3) untuk meningkatkan frekuensi tindakan teknik passing dan keputusan cepat (Juhanis et al., 2023). Keuntungan tambahan tercermin pada pendekatan SSG yang meningkatkan jumlah tindakan teknis seperti passing dibandingkan dengan latihan generik (Costa et al., 2021).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh latihan passing give and go terhadap peningkatan keterampilan passing pada Tim Futsal Persim Manggarai Tengah FC Tahun 2026.

Reaserch Artikel July 2026 E-ISSN 2722-3116

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental dalam bentuk one-group pretest-posttest design. Desain ini melibatkan satu kelompok subjek yang diberikan tes awal, perlakuan berupa latihan passing give and go, dan tes akhir. Desain ini digunakan untuk mengetahui perubahan keterampilan passing pemain sebelum dan sesudah perlakuan, namun tidak menggunakan kelompok kontrol sehingga kesimpulan kausal perlu ditafsirkan secara hati-hati.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain aktif Tim Futsal Persim Manggarai Tengah FC. Sampel penelitian berjumlah 16 pemain yang dipilih menggunakan teknik total sampling atau sampling jenuh karena seluruh anggota populasi dijadikan subjek penelitian. Penggunaan total sampling dipandang sesuai karena jumlah populasi relatif kecil dan seluruh pemain mengikuti rangkaian program latihan.

Kriteria inklusi penelitian meliputi pemain aktif Persim Manggarai Tengah FC, mengikuti latihan secara rutin, bersedia mengikuti seluruh tahapan penelitian, dan berada dalam kondisi fisik yang memungkinkan untuk menjalani tes serta latihan. Kriteria eksklusi meliputi pemain yang mengalami cedera, tidak mengikuti rangkaian perlakuan secara lengkap, atau tidak hadir pada salah satu tahap pengukuran utama.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah tes passing dan controlling selama 30 detik. Tes ini dilakukan dengan cara pemain menendang bola ke dinding pantul dari belakang garis batas yang berjarak 2,5 meter, kemudian menahan bola pantulan dan menendangnya kembali secara berulang selama 30 detik. Skor diperoleh dari jumlah passing dan controlling yang dilakukan secara sah. Prosedur tes dilaksanakan dengan ketentuan sebagai berikut: pemain berdiri di belakang garis batas, bola diarahkan ke bidang pantul, setiap passing dihitung sah apabila dilakukan dari belakang garis dan bola dapat dikontrol kembali, sedangkan passing tidak dihitung apabila pemain melewati garis atau bola tidak dapat dikuasai sesuai aturan tes. Skor yang lebih tinggi menunjukkan keterampilan passing dan controlling yang lebih baik.

Instrumen ini digunakan untuk mengukur ketepatan, kecepatan, koordinasi, dan konsistensi pemain dalam melakukan passing. Berdasarkan dokumen penelitian, instrumen memiliki koefisien validitas empiris sebesar 0,572 dan reliabilitas test-retest sebesar 0,91 yang termasuk kategori tinggi. Penyebutan validitas diperjelas sebagai koefisien validitas empiris, bukan validitas permukaan, agar sesuai dengan pelaporan instrumen kuantitatif.

Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga tahap. Pertama, tahap pretest dilakukan untuk memperoleh data awal keterampilan passing pemain sebelum diberikan perlakuan. Kedua, tahap treatment dilakukan melalui latihan passing give and go selama enam minggu dengan frekuensi tiga kali per minggu. Ketiga, tahap posttest dilakukan untuk mengetahui keterampilan passing pemain setelah program latihan selesai. Program penelitian terdiri atas 18 pertemuan, yaitu satu pertemuan pretest, enam belas pertemuan perlakuan, dan satu pertemuan posttest. Dengan demikian, jumlah sesi latihan efektif adalah 16 sesi, sedangkan dua sesi lainnya digunakan untuk pengukuran awal dan akhir. Setiap sesi latihan disusun dalam tiga tahap, yaitu pemanasan, latihan inti give and go, dan pendinginan.

Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti memperoleh izin dari pihak tim/pelatih dan menjelaskan tujuan serta prosedur penelitian kepada pemain. Pemain juga diarahkan untuk mengikuti pemanasan dan pendinginan agar risiko cedera selama program latihan dapat diminimalkan.

Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensial dengan bantuan SPSS. Statistik deskriptif digunakan untuk mengetahui nilai rata-rata dan standar deviasi pretest serta posttest. Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro-Wilk terhadap skor selisih posttest dan pretest karena data berasal dari satu kelompok yang diukur berpasangan. Uji homogenitas tidak dijadikan dasar utama karena penelitian ini tidak membandingkan dua kelompok independen.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan paired sample t-test dengan taraf signifikansi 0,05. Pelaporan hasil dilengkapi dengan derajat kebebasan, nilai signifikansi, interval kepercayaan 95%, dan ukuran efek Cohen's dz agar kekuatan peningkatan dapat dibaca secara statistik dan praktis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk mengetahui perubahan keterampilan passing pemain sebelum dan sesudah diberikan latihan passing give and go. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari pretest ke posttest sebagaimana ditampilkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Keterampilan Passing

Variabel	Mean	N	Standar Deviasi
Pretest	18,313	16	1,078
Posttest	21,375	16	1,088

Berdasarkan Tabel 1, nilai rata-rata pretest sebesar 18,313 meningkat menjadi 21,375 pada posttest. Selisih rata-rata sebesar 3,063 poin menunjukkan bahwa keterampilan passing pemain mengalami peningkatan setelah diberikan latihan passing give and go. Apabila dibandingkan dengan nilai rata-rata awal, peningkatan tersebut setara dengan sekitar 16,72%.

Uji normalitas dilakukan terhadap skor selisih posttest dan pretest untuk memenuhi asumsi utama paired sample t-test. Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk terhadap Skor Selisih

Data	Sig.	Keterangan
Skor Selisih Posttest-Pretest	0,743	Normal

Berdasarkan Tabel 2, nilai signifikansi uji normalitas skor selisih sebesar 0,743 atau lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, skor selisih dinyatakan berdistribusi normal sehingga pengujian hipotesis dapat dilanjutkan dengan paired sample t-test.

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample t-test dan Ukuran Efek

Variabel	Mean Difference	t(df)	Sig.	95% CI	Cohen's dz
Pretest-Posttest	-3,063	-16,975 (15)	<0,001	2,679-3,447	4,24

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh nilai t(15) sebesar -16,975 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Tanda negatif pada nilai t menunjukkan bahwa perhitungan dilakukan dengan urutan pretest dikurangi posttest, sedangkan arah perubahan sebenarnya menunjukkan peningkatan skor pada posttest. Interval kepercayaan 95% untuk peningkatan rerata berada pada rentang 2,679 sampai 3,447 poin, dan nilai Cohen's dz sebesar 4,24 menunjukkan ukuran efek yang sangat besar.

Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka H0 ditolak dan Ha diterima. Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan passing sebelum dan sesudah diberikan latihan passing give and go. Dengan demikian, latihan passing give and go berkaitan dengan peningkatan signifikan keterampilan passing pada Tim Futsal Persim Manggarai Tengah FC Tahun 2026, meskipun desain penelitian belum memungkinkan peneliti menyimpulkan hubungan kausal secara mutlak.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan passing give and go mampu meningkatkan keterampilan passing pemain futsal. Peningkatan nilai rata-rata dari 18,313 menjadi 21,375 menunjukkan adanya perubahan kemampuan teknis setelah pemain mengikuti program latihan selama enam minggu. Hasil uji paired sample t-test yang signifikan memperkuat bahwa peningkatan tersebut bukan terjadi secara kebetulan, melainkan berkaitan dengan perlakuan latihan yang diberikan secara terstruktur. (Filho et al., 2022; Medina et al., 2021). latihan give and go memberikan pengalaman gerak yang sesuai dengan karakter permainan futsal. Setelah melakukan passing, pemain tidak berhenti, tetapi segera bergerak mencari ruang untuk menerima umpan kembali. Pola ini melatih pemain untuk memperbaiki timing, arah umpan, kekuatan passing, koordinasi, serta kesiapan menerima bola. (Camara et al., 2021).

Pendekatan latihan give-and-go dalam futsal beresonansi dengan prinsip kekhususan latihan, karena pola umpan disertai pergerakan tanpa bola menumbuhkan timing, arah umpan, kekuatan passing, koordinasi, dan kesiapan menerima bola di tekanan lawan (Kusuma et al., 2023). Penelitian lain menunjukkan bahwa akurasi dan kekerasan serta kestabilan teknik passing dapat ditingkatkan melalui pengulangan gerakan secara intensif dan pembukaan ruang pasca-passing untuk menjaga kontinuitas serangan (Arifin et al., 2022). Dengan demikian, pemain memperoleh pengalaman latihan yang lebih kontekstual dibandingkan latihan passing statis.

Latihan teknik-taktis seperti give-and-go dan small-sided games secara konsisten meningkatkan keterampilan passing dan ketepatan passing di futsal maupun sepak bola, terutama ketika dilakukan dalam ruang permainan sempit atau kondisi pertandingan nyata menunjukkan bahwa pengulangan terstruktur pada teknik dasar passing meningkatkan akurasi melalui pembentukan pola motorik otomatis (Halimah & Purbangkara, 2023; Predyawan et al., 2024). Beberapa studi menunjukkan efektivitas drill dan latihan berbasis situasi terhadap peningkatan ketepatan passing siswa ekstrakurikuler futsal, dengan data pretest-posttest menunjukkan peningkatan signifikan (Hakim et al., 2022; Karimullah et al., 2021).

latihan give and go dan konsep latihan futsal sebaiknya diintegrasikan sebagai bagian sesi teknis secara bertahap, mulai dari pola tanpa tekanan hingga situasi permainan kecil untuk transfer keterampilan (passing, kontrol, pergerakan tanpa bola, kerja sama) (Djaba, 2022; Ramadhan et al., 2023). Beberapa studi menunjukkan efektivitas latihan berbasis permainan kecil (SSG) dan variasi drill terhadap peningkatan passing, dribbling, dan agility, meski sebagian desain penelitian bersifat

satu kelompok tanpa kontrol (keterbatasan umum) (Cahyadi et al., 2023; Marsuna et al., 2024). Literatur juga mendukung penggunaan desain eksperimental dengan kelompok kontrol, sampel lebih besar, periode latihan lebih panjang, serta pengukuran retensi dan performa pertandingan untuk evaluasi yang lebih komprehensif (Weiler et al., 2025).

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan. Pertama, desain penelitian menggunakan one-group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol, sehingga faktor luar di luar perlakuan tidak sepenuhnya dapat dikendalikan. Kedua, jumlah sampel relatif kecil dan hanya berasal dari satu tim futsal, sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati. Ketiga, penelitian hanya mengukur keterampilan passing dalam periode latihan tertentu dan belum menguji retensi keterampilan atau dampaknya terhadap performa pertandingan resmi. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, sampel yang lebih luas, dan pengukuran lanjutan pada situasi pertandingan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa latihan passing give and go memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan passing pemain futsal Persim Manggarai Tengah FC Tahun 2026. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata dari 18,313 pada pretest menjadi 21,375 pada posttest, dengan selisih rata-rata 3,063 poin. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi 0,000 < 0,05, sehingga latihan passing give and go terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan passing pemain futsal.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa rekomendasi yang dapat disampaikan sebagai berikut:

1. Bagi pelatih, latihan passing give and go dapat digunakan sebagai salah satu program latihan teknik yang terstruktur untuk meningkatkan akurasi passing, koordinasi, komunikasi, dan pergerakan tanpa bola pemain futsal.
2. Bagi pemain, latihan ini perlu dilakukan secara konsisten dengan memperhatikan kualitas teknik, timing, dan kesiapan bergerak setelah melakukan passing agar hasil latihan dapat diterapkan dalam pertandingan.

3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian dapat dikembangkan dengan menggunakan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, periode latihan yang lebih panjang, serta pengukuran performa pertandingan agar efektivitas latihan dapat dianalisis secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Agustiyanta, Gontara, S. Y., Doewes, R. I., & Adirahma, A. S. (2023). Correlation between momentum and ball speed in shooting movements of female futsal players. Sport Tk-Revista Euroamericana De Ciencias Del Deporte, 38. https://doi.org/10.6018/sportk.587521

Ahsani, R., Nugraha, U., & Yanto, A. H. (2023). Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Ketepatan Passing pada Futsal di BWSS VI Kota Jambi. Cerdas Sifa Pendidikan, 12(2), 75–83. https://doi.org/10.22437/csp.v12i2.27134

Akmal, A., Hidayat, R., Fahmi, A., & Riswanto, A. H. (2023). Shooting Accuracy of Hippermaku Futsal Team in Palopo City: The Role of Physical Conditions. Juara Jurnal Olahraga, 8(1), 478–484. https://doi.org/10.33222/juara.v8i1.2801

Al-Sultani, A. S. O. (2024). The effect of applied exercises to develop the physical and skill abilities of futsal players with mild mental disabilities. Techhub Journal, 7. https://doi.org/10.47577/techhub.v7i.106

Anjanika, Y., Ali, M., & Ramadhani, E. R. (2023). Pengaruh Variasi Latihan Passmove Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Futsal. Cerdas Sifa Pendidikan, 12(1), 39–48. https://doi.org/10.22437/csp.v12i1.26234

Arifin, R., Hasyim, H., & Nurdiansyah, N. (2022). The Effect of Cone Drill Training on Agility Futsal Players University of Lambung Mangkurat. Kinestetik Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 6(2), 305–309. https://doi.org/10.33369/jk.v6i2.21956

Arsil, A., Setiawan, H., Okilanda, A., Ihsan, N., Komaini, A., Rozi, M. F., Arnaldo, Y., & Fıkrı, A. (2023). The Effect of Zig-Zag Dribbling and Triangle Dribbling on Futsal Skills for U13 Athlete Using Video.

International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 11(1), 253–260. https://doi.org/10.13189/saj.2023.110129

Camara, L. S., França, J. G. A. de, Salles, I. P., Alecrim, J. V. da C., & Pires, G. P. (2021). Influence of a strength training program on the motor capacity of beginning basketball players. Ebm.Jss, 17(2), 103–110. https://doi.org/10.17398/1885-7019.17.103

Cahyadi, A., Rahmat, A., & Ginanjar, A. (2023). Effects of Training Methods and Achievement Motivation on Badminton Skills. Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 8(1), 111–116. https://doi.org/10.17509/jpjo.v8i1.54168

Costa, J. L. T. D., Spineli, H., Júnior, P. B., Prado, E. S., & Araújo, G. G. de. (2021). Physiological and technical demands of the small-sided and generic games in female futsal players. Motriz Revista De Educação Física, 27. https://doi.org/10.1590/s1980-65742021018120

Dhae, S., Wani, B., & Bate, N. (2023). Pengembangan Model Latihan Pasing Sdb Desain Futsal Pada Siswa Ekstra Kurikuler. Jurnal Edukasi Citra Olahraga, 3(3), 108–117. https://doi.org/10.38048/jor.v3i3.2259

Djaba, H. S. W. (2022). Small Side Game: Effectiveness of Increasing Futsal Passing. International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis, 05(08), 2234–

Doewes, R. I., Elumalai, G., & Azmi, S. H. (2022b). Development Of A Test Instrument To Measure The Basic Pass Technique In Futsal. Revista Brasileira De Medicina Do Esporte, 28(5), 456–459. https://doi.org/10.1590/1517-8692202228052022_0093

Filho, A. S. da S., Silveira, S. R., Silva, S. L., & Corrêa, U. C. (2022). Instructional Cues in Futsal Teaching, Coaching and Matches. Sportis Scientific Journal of School Sport Physical Education and Psychomotricity, 8(2), 210–226. https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.2.9024

Fitrian, Z. A., Graha, A. S., Nasrulloh, A., & Асмара, M. (2023). The Positive Impact of Small-Sided Games Training on VO₂ max and Passing Accuracy in Futsal Players. International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 11(1), 233–240. https://doi.org/10.13189/saj.2023.110127

Gomes, L. L., Gomes, S. A., Travassos, B., Ribeiro, J. N., Asín-Izquierdo, I., Castro, H. de O., & Ferreira, C. E. S. (2025). Analysis of the effects of manipulating the space and number of players in small-sided games on the external load demands of futsal athletes in different age categories. Biology of Sport, 42(3), 29–36. https://doi.org/10.5114/biolsport.2025.145917

Halimah, S., & Purbangkara, T. (2023). Pengaruh metode latihan small sided games terhadap keterampilan passing pada permainan futsal. Jurnal Porkes, 6(2), 355–369. https://doi.org/10.29408/porkes.v6i2.18298

Hakim, M. R. N., Ismaya, B., & Achmad, I. Z. (2022). Program metode latihan drill: Apakah Kemampuan Passing Siswa Dapat Meningkat? Jurnal Patriot, 4(3), 233–241. https://doi.org/10.24036/patriot.v4i3.876

Hanafi, S. (2023). Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 2 Takalar. Sportive Journal of Physical Education Sport and Recreation, 7(1), 101. https://doi.org/10.26858/sportive.v7i1.46569

Juhanis, J., Badaru, B., Hasanuddin, I., Sufitriyono, S., & Nurulita, R. F. (2023). Analysis of the level of penalty shooting ability in the futsal team. Jurnal Maenpo Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, 13(1), 16. https://doi.org/10.35194/jm.v13i1.2892

Karimullah, Moh., Sumardi, S., & Hadi, S. R. (2021). Pengaruh Modifikasi Permainan Futbas Terhadap Ketepatan Passing Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Sma Muhammadiyah 4 Surabaya. Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga), 6(1), 181–188. https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1233

Kusuma, I. D. M. A. W., Phanpheng, Y., Bulqini, A., & Prianto, D. A. (2023). The Effect of 6 Weeks of Combination of Three Cone Exercise Using Ball and High-Intensity Interval Training on the Agility and Dribbling Ability of Student Futsal Athletes. Physical Education Theory and Methodology, 23(5), 686–691. https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.5.05

Medina, J. Á., Lorente, V. M., Jose, J. R. S., & Nuviala, A. N. (2021). Construcción y validación de una herramienta de análisis observacional en futsal (AOFS-I). Revista Internacional De Medicina Y Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte, 21(84), 639–651. https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.84.001

Predyawan, R., Kusumawardhana, B., & Hadi, H. (2024). Pengaruh Metode Latihan Passing Trianggle (Segitiga) Terhadap Akurasi Passing Pemain Sepak Bola. Journal of Sport (Sport Physical Education Organization Recreation and Training), 8(2), 688–702. https://doi.org/10.37058/sport.v8i2.12274

Ramadhan, M. I., Nurfitranto, N., & Apriyanto, T. (2023). Effectiveness of Small Side Games 3v3 And 4v3 Training On Passing Accuracy In The Men's Futsal Team, Jakarta State University. Competitor Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga, 15(3), 642. https://doi.org/10.26858/cjpko.v15i3.53397

Ribeiro, J. N., Monteiro, D., Gonçalves, B., Brito, J., Sampaio, J., & Travassos, B. (2022). Variation in Physical Performance of Futsal Players During Congested Fixtures. International Journal of Sports Physiology and Performance, 17(3), 367–373. https://doi.org/10.1123/ijspp.2020-0922

Rico-González, M., Puche-Ortuño, D., Clemente, F. M., Aquino, R., & Pino-Ortega, J. (2022). The Most Demanding Exercise in Different Training Tasks in Professional Female Futsal: A Mid-Season Study through Principal Component Analysis. Healthcare, 10(5), 838. https://doi.org/10.3390/healthcare10050838

Sari, P. R., & Nugraha, U. (2022). Pengaruh Latihan Wall Pass Terhadap Ketepatan Passing Tim Futsal Putri Tanjung Jabung Barat. Indonesian Journal of Sport Science and Coaching, 4(1), 91–99. https://doi.org/10.22437/ijssc.v4i1.19343

Seran, M. R., Sumaryanti, S., & Munir, A. (2024). Correlation of Balance, Coordination, and Power of Leg Muscles to the Quality of Shooting Ability in Futsal Games. International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis, 07(04). https://doi.org/10.47191/ijmra/v7-i04-43

Serrano, C., Felipe, J. L., García-Unanue, J., Giménez, J., Jiménez, L., Ibáñez, E., Hernando, E., Gallardo, L., & Sánchez-Sánchez, J. (2021). Modeling Dynamical Positional Physical Data on Field Zones Occupied by Playing Positions in Elite-Level Futsal: A Comparison Between Running Velocities, Accelerations, and Decelerations. The Journal of Strength and Conditioning Research, 37(1), 200–206. https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000004156

Sobko, I. N., Nakonechnyi, I., Bludov, H., & Huziuk, Y. (2023). Factors determining the structure of sports training of a student futsal team. Health-Saving Technologies Rehabilitation and Physical Therapy, 4(1), 81–90. https://doi.org/10.58962/hstrpt.2023.4.1.81-90

Suhardianto, S., & Janwar, M. (2023). Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Pemain Ekstrakurikuler Smp Kartika Xx-2 Makassar. Dharmas Education Journal (De_journal), 4(2), 624–630. https://doi.org/10.56667/dejournal.v4i2.1142

Vieira, L. H. P., Kalva-Filho, C. A., Santinelli, F. B., Clemente, F. M., Cunha, S. A., Schimidt, C. V., & Barbieri, F. A. (2021). Lateral Preference and Inter-limb Asymmetry in Completing Technical Tasks During Official Professional Futsal Matches: The Role of Playing Position and Opponent Quality. Frontiers in Psychology, 12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.725097

Weiler, H., Ennigkeit, F., Altmann, S., Steindorf, L., Spielmann, J., & Englert, C. (2025). Investigating the isolated effects of a soccer-specific mental fatigue manipulation on different task types. Frontiers in Psychology, 16. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1655221