



PENGARUH METODE LATIHAN BERMAIN DAN *DRILL* TERHADAP TEKNIK DASAR *PASSING* FUTSAL PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SDN MUSTIKASARI III

Muhamad Septia Nurrohman¹, Faridatul 'Ala², Asrori Yudha Prawira³, Juli Candra⁴, Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu⁵

Universitas Bhayangkra Jakarta Raya, Jl. Perjuangan no 81 Kota Bekasi, Jawa Barat

*202010625013@mhs.ubharajaya.ac.id, asrori.yudhaprawira@dsn.ubharajaya.ac.id,
ahmad.muchlisin@dsn.ubharajaya.ac.id,, juli.candra@dsn.ubharajaya.ac.id, faridatul@dsn.ubharajaya.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini menggunakan desain Pre Eksperimental dengan rancangan Two Group Pretest Posttest Design dan metode Pretest Posttest. Populasi terdiri dari 30 peserta ekstrakurikuler SDN Mustikasari III, Kota Bekasi, yang juga menjadi sampel penelitian. Instrumen yang digunakan meliputi uji coba dan pengumpulan data, kemudian dianalisis melalui uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data dari metode latihan drill (pre-test 0,049; post-test 0,030) dan metode latihan bermain (pre-test 0,82; post-test 0,14) memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sehingga hipotesis bahwa data berdistribusi normal diterima. Uji homogenitas menunjukkan bahwa data dari kedua metode latihan memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (drill 0,434; bermain 0,501), sehingga data dianggap homogen. Uji hipotesis menunjukkan bahwa metode drill (sig. 0,843) dan metode bermain (sig. 0,329) memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan teknik dasar passing futsal peserta.

Kata kunci: Futsal, *Passing*, Metode Bermain & Metode *Drill*

ABSTRACT

This study uses a Pre-Experimental design with a Two-Group Pretest-Posttest Design and Pretest-Posttest method. The population consists of 30 extracurricular participants at SDN Mustikasari III, Bekasi City, who also serve as the research sample. The instruments used include trials and data collection, which were then analyzed using normality tests, homogeneity tests, and hypothesis tests. The normality test results show that the data from the drill training method (pre-test 0.049; post-test 0.030) and the play training method (pre-test 0.82; post-test 0.14) have significance values greater than 0.05, indicating that the hypothesis that the data is normally distributed is accepted. The homogeneity test shows that the data from both training methods have significance values greater than 0.05 (drill 0.434; play 0.501), indicating that the data is considered homogeneous. The hypothesis test indicates that both the drill method (sig. 0.843) and the play method (sig. 0.329) have a significant effect on improving the participants' basic futsal passing skills.

Keywords: *Futsal, Passing, Playing Methods and Drill Methods*

PENDAHULUAN

Olahraga adalah aktivitas fisik yang membantu meningkatkan kesehatan, dan kebugaran tubuh yang melibatkan gerakan tubuh secara teratur. Olahraga merupakan aktivitas fisik yang sangat penting untuk kesehatan pikiran dan tubuh. Untuk memenuhi kebutuhan dan preferensi individu, olahraga dapat dilakukan dalam berbagai bentuk, mulai dari latihan ringan hingga latihan intensif.

Futsal adalah jenis olahraga yang dimainkan di dalam ruangan dan dimainkan oleh tim yang terdiri dari lima pemain. Secara umum posisi pemain dalam futsal dibagi menjadi 4 bagian yaitu :1.) Kiper adalah penjaga gawang yang bertanggung jawab untuk mencegah bola memasuki gawang. 2.) *Anchor* (pemain bertahan) adalah posisi di depan penjaga gawang, lebih dikenal sebagai bek dalam sepak bola. Dalam permainan futsal, peran *anchor* tidak hanya bertahan, tetapi juga mengatur permainan untuk tim atau



pemain pertama yang memulai penyerangan dan bertindak sebagai orang terakhir yang menjaga pertahanan agar tidak kebobolan.3.) *Flank* adalah pemain yang berada di sisi atau di sayap dan bertugas sebagai penghubung antara *anchor* dan *pivot*. Mereka juga berfungsi sebagai motor serangan.4.) *Pivot*, merupakan pemain depan dalam futsal atau biasa yang di sebut sebagai *striker* dalam sepak bola. *Pivot* bertugas sabagai pemain yang menyelesaikan peluang menjadi gol. Teknik – teknik penting yang harus dikuasai oleh setiap pemain futsal antara lain: mengontrol bola (*control*), mengoper bola (*passing*), menggiring bola (*dribling*) dan menendang bola (*shooting*).

Ekstrakurikuler merupakan gabungan dari dua kata yakni ekstra dan kurikuler. Ekstra diartikan suatu hal yang ada di luar yang seharusnya untuk dilaksanakan, yang mana kedudukannya sebagai tambahan. Sedangkan kurikuler berhubungan dengan kurikulum, yaitu sebuah rancangan yang telah dipersiapkan oleh suatu lembaga pendidikan yang digunakan untuk mewujudkan berbagai tujuan yang telah ditentukan pada lembaga pendidikan (Shilviana & Hamami, 2020). Berdasarkan hasil *pra-riiset* peneliti melihat ada beberapa siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SDN Mustikasari III dalam menggunakan teknik dasar *passing* bola futsal masih ada yang keliru dalam melakukannya. Oleh karena itu, metode latihan bermain dan *drill* diterapkan untuk memperbaiki kemampuan passing siswa. Yang dimaksud latihan bermain adalah beberapa pemain melakukan bentuk permainan *passing*. Sedangkan latihan *drill* adalah sebuah metode latihan terstruktur dan berulang ulang untuk mengasah keterampilan atau taktik. Dengan bentuk latihan tersebut diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *passing* siswa serta bertujuan agar siswa dapat melakukan passing dengan baik dan tepat.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Variabel yang akan diteliti adalah variabel bebas dan variabel terikat, dimana variabel bebas adalah metode latihan bermain dan *drill* sedangkan variabel terikatnya adalah meningkatkan teknik dasar *passing* futsal. Pada penelitian ini akan membagi sampel menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok (A) metode bermain dan kelompok (B) *drill* dalam menarik sampel 30 siswa yang akan digunakan sebagai objek penelitian, Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik sampel jenuh (*non probability sampling*) dimana semua anggota populasi digunakan sebagai sampel dan menggunakan populasi yang relatif kecil.

Pengumpulan data adalah proses sistematis untuk mengumpulkan informasi atau fakta yang relevan guna menjawab pertanyaan penelitian, menguji hipotesis, atau mengevaluasi hasil dari suatu studi. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes, observasi dan dokumentasi. Data yang telah terkumpul selanjutnya akan diadakan pengolahan data untuk mencari sebuah kesimpulan. Adapun langkah-langkah yang penulis tempuh untuk menguji diterima atau ditolaknya hipotesis dan menjawab pertanyaan permasalahan penulis menggunakan rumus-rumus sebagai berikut :

1. Uji Prasyarat

Pengujian Persyaratan Analisis Pengujian prasyarat analisis ini menggunakan uji normalitas dan uji homogenitas.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan adalah uji Kolmogorov-Smirnov bertujuan untuk mengetahui data yang dimiliki peneliti bersifat normal

3. Uji homogenitas

Homogenitas Uji homogenitas varians bertujuan untuk melihat apakah data *pre-test* dan *post-test* yang diperoleh. $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka dikatakan. Homogen, jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka dikatakan tidak homogen.

4. Uji hipotesis

Setelah melakukan uji normalitas dan uji homogenitas, maka selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis untuk mengetahui apakah pengaruh metode bermain dan *drill* terhadap teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler di SDN Mustikasari III. Hasil analisis yang diperoleh menggunakan uji-t.

H1 = Terdapat pengaruh metode latihan bermain dan latihan *drill* terhadap teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler di SDN Mustikasari III.

H0 = Tidak Terdapat pengaruh metode latihan bermain dan metode latihan *drill* terhadap teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler di SDN Mustikasari III.



Jika hasil analisis yang diperoleh menggunakan uji-t, nilai ($T_{hitung} < T_{tabel}$) maka terdapat pengaruh yang signifikan, jika ($T_{hitung} > T_{tabel}$) maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan.

HASIL dan PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis hasil data yang sudah dijelaskan diatas. Penelitian ini memiliki data yang berdistribusi normal dan homogen, serta memiliki pengaruh yang signifikan terhadap teknik dasar *passing* peserta ekstrakurikuler futsal SDN Mustikasari III Kota Bekasi melalui metode latihan *drill* dan bermain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *drill* dan bermain dalam meningkatkan teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler SDN Mustikasari III Kota Bekasi. Penelitian diawali dengan melakukan *pre-test* untuk mengetahui kemampuan *passing* atlet sebelum diberikan pelaksanaan program latihan, pelaksanaan program latihan diberikan kepada peserta ekstrakurikuler futsal SDN Mustikasari III sebanyak 16 kali pertemuan dengan metode latihan *drill* dan bermain, dan setelah program latihan sudah diberikan, dilakukan *post-test* untuk mengetahui kemampuan *passing* atlet setelah diberikan pelaksanaan program latihan metode latihan *drill* dan bermain. Pelaksanaan program latihan diberikan sebanyak 16 kali di lapangan sekolah SDN Mustikasari III Jl. Caringin Rt/Rw 005/01 Kel. Mustikasari Kec. Mustikajaya, Kota Bks, Jawa Barat. Diketahui dari hasil uji hipotesis, bahwa metode latihan *drill* dan bermain mempunyai pengaruh terhadap kemampuan teknik dasar *passing* peserta ekstrakurikuler futsal SDN Mustikasari III Kota Bekasi. Pelaksanaan metode latihan *drill* dan bermain yang dilakukan berdasarkan pada pelaksanaan program latihan yang telah dibuat, pengaruh metode latihan bermain dan *drill* terhadap teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler di SDN Mustikasari III.

Dari hasil Analisis Deskriptif dapat disimpulkan dimana *Pre-test* dilakukan untuk mengetahui kemampuan teknik dasar *passing* peserta ekstrakurikuler SDN Mustikasari III sebelum dilakukannya program latihan sebanyak 16 kali. Hasil *pre-test* kemampuan *passing* metode *drill* di peroleh skor *minimum* 0 poin, skor *maximum* 15 poin, dan mean sebesar 6,6. Sedangkan *Post-test* dilakukan untuk mengetahui kemampuan *passing* metode *drill* peserta ekstrakurikuler futsal SDN Mustikasari III yang sudah diberikan program latihan sebanyak 16 kali. Hasil *post-test* kemampuan *passing* di peroleh skor *minimum* 5 poin, skor *maximum* 20 poin, dan mean sebesar 14. Sedangkan hasil *pre-test* kemampuan *passing* metode bermain di peroleh skor *minimum* 0 poin, skor *maximum* 15 poin, dan mean sebesar 7,6. Sedangkan *Post-test* dilakukan untuk mengetahui kemampuan *passing* metode bermain peserta ekstrakurikuler futsal SDN Mustikasari III yang sudah diberikan program latihan sebanyak 16 kali. Hasil *post-test* kemampuan *passing* di peroleh skor *minimum* 5 poin, skor *maximum* 20 poin, dan mean sebesar 14.

Dari hasil Uji Normalitas terlihat bahwa data yang diperoleh dari metode latihan *drill* memiliki nilai signifikansi *pre-test* 0.049 dan nilai *post-test* 0.030, sedangkan data yang diperoleh dari metode latihan bermain nilai memiliki nilai signifikansi *pre-test* 0.82 dan nilai *post-test* 0,14. ini lebih besar dari 0,05. Karena nilai signifikansi keduanya lebih besar dari 0,05 (signifikan $> 0,05$) maka hipotesis yang menyatakan bahwa data berdistribusi normal itu diterima. Kesimpulan yang dapat ditarik yaitu data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi normal.

Dari hasil Uji Homogenitas variabel penelitian diketahui bahwa nilai signifikansi metode latihan *drill* sebesar 0.434 lebih besar dari 0,05 ($0.434 > 0,05$), sedangkan nilai signifikansi metode latihan bermain sebesar 0.501 lebih besar dari 0,05 ($0.501 > 0,05$) Karena signifikansi lebih besar dari 0,05 maka hipotesis yang menyatakan bahwa data diperoleh dari 30 sampel yang homogen. Kesimpulan yang dapat diambil yaitu data *pre-test* dan *post-test* memiliki populasi yang homogen.

Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh metode latihan bermain dan *drill* terhadap teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler SDN Mustikasari III kota bekasi. Dari hasil Uji hipotesis *output passing* metode *drill* dapat kita lihat bahwa sig.(2-tailed) $0,843 < 0,05$, sedangkan *output passing* metode bermain dapat kita lihat bahwa sig.(2-tailed) $0,329 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dalam metode latihan *drill* dan bermain dalam meningkatkan teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler SDN Mustikasari III kota bekasi.

Adanya pengaruh pada teknik dasar *passing* peserta dikarenakan metode latihan *drill* dan bermain dapat memperbanyak pengulangan sentuhan dengan bola dan membuat anak lebih senang karena latihan yang diberikan tidak monoton, dan peserta harus lebih banyak mengambil keputusan dengan cepat dalam suatu



permainan sehingga dapat melatih mental, fisik, dan teknik mereka untuk lebih tenang dalam penguasaan bola yang akan melatih kemampuan teknik dasar *passing*.

Metode latihan *drill* dan bermain yang diterapkan kepada peserta ekstrakurikuler futsal SDN Mustikasari III Kota Bekasi selama 16 kali pertemuan menunjukkan pengaruh yang signifikan. Meskipun belum semua atlet mampu memiliki kemampuan teknik dasar *passing* pada kategori sangat baik. Jika atlet berlatih dengan metode latihan ini, serta dengan intensitas yang tepat, maka akan sangat memungkinkan atlet untuk memiliki kemampuan teknik dasar *passing* dengan kategori sangat baik

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti. Hipotesis yang diajukan dapat terbukti memiliki pengaruh yang signifikan. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan sebagai berikut. Bahwa pengaruh metode latihan bermain dan *drill* terhadap teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler di SDN Mustikasari III Kota Bekasi sangat berpengaruh terhadap keterampilan teknik dasar *passing* futsal peserta, hal ini dikarenakan dengan penerapan metode latihan yang tepat akan memperoleh hasil maksimal. Selain itu, metode latihan bermain dan *drill* memberikan pengaruh yang lebih baik dari metode latihan sebelumnya. Hal ini dikarenakan oleh banyak peserta yang lebih senang dengan menggunakan metode latihan bermain dan *drill* ini karena metode latihan ini tidak menjenuhkan atlet, selain membuat atlet tidak jenuh dalam sesi latihan metode latihan bermain ini juga mengasah keterampilan teknik dasar *passing*, selain itu kemampuan berpikir secara cepat akan menjadi lebih baik.

Dari uji normalitas metode *drill* memiliki nilai *pretest* 0,049 dan *posttest passing* sebesar 0,030 lebih besar dari (0,200 > 0,05) karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka normalitas data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal. Sedangkan uji normalitas metode bermain memiliki nilai *pretest* 0,082 dan *posttest passing* sebesar 0,014 lebih besar dari (0,200 > 0,05) karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka normalitas data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal. dari hasil Uji Homogenitas variabel penelitian metode latihan *drill* ini diketahui memiliki nilai *passing* signifikansi sebesar 0,434 lebih besar dari 0,05 (0,434 > 0,05). Sedangkan Uji Homogenitas variabel penelitian metode latihan *drill* ini diketahui memiliki nilai *passing* signifikansi sebesar 0,501 lebih besar dari 0,05 (0,501 > 0,05). Kesimpulan yang dapat diambil yaitu data *pre-test* dan *post-test* metode bermain dan *drill* memiliki sampel 15 metode bermain dan 15 metode *drill* yang bersifat homogen.

Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh metode latihan bermain dan *drill* terhadap teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler di SDN Mustikasari III kota bekasi. Dari hasil Uji hipotesis *output passing* metode *drill* dapat kita lihat bahwa sig.(2-tailed) 0,843 < 0,05, sedangkan *output passing* metode bermain dapat kita lihat bahwa sig.(2-tailed) 0,329 < 0,05 yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dalam metode latihan *drill* dan bermain dalam meningkatkan teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler SDN Mustikasari III kota bekasi.

Metode latihan merupakan cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* terutama dalam permainan futsal, sehingga pemilihan metode latihan yang sangat direkomendasikan, serta latihan harus disesuaikan dengan karakteristik anak pada setiap cabang olahraga. Dan hasil analisis statistik antara *pre-test* dan *post-test* pengaruh metode latihan bermain dan *drill* terhadap teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler di SDN Mustikasari III Kota Bekasi menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan, namun ada sedikit perbedaan antara metode latihan bermain dan *drill* dimana metode latihan *drill* memiliki hasil yang lebih sedikit signifikan besar di bandingkan metode latihan bermain dapat kita liat berdasarkan hasil data *post-test* di atas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Haris. (2020). *Pengaruh Latihan Metode Drill Dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Passing Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smk Negeri 4 Malang*.
- Agung Yudha Catur Rizal. (2020). *Sport Science And Education Journal Indonesia Pengaruh Latihan Passing Dengan Metode 3 Vs 3 Terhadap Ketepatan Passing Futsal Sport Science And Education Journal*. 38–45.



- Amin, H. M. (2018). *Bagian Dalam , Kaki Bagian Luar Dan Punggung Kaki Terhadap Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola Sma Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun 2018*. 1, 178–184.
- Arifudin, O. (2022). Optimalisasi Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Membina Karakter Peserta Didik. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 829–837. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i3.492>
- Asbanu, R., & Triansyah, A. (2018). *Pengaruh Metode Bermain Terhadap Hasil Passing Bola Futsal Pada Ekstrakurikuler*. 1–9.
- Daryadi, I. F., Pendidikan, J. C., Olahraga, K., Bhayangkara, U., & Raya, J. (2023). Pengaruh Metode Latihan Bermain Dalam Meningkatkan Teknik Dasar Passing Terhadap Atlet Usia 10-12 Tahun Akademi Always Futsal Kota Bekasi. *Desember*, 7(2), 70–76. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpsi/index>
- Dedi Aryadi, Ayi Rahmat, M. R. (2021). *Efektivitas Kemampuan Passing Dekat Sepak Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar*. 1(1), 42–48.
- Deri1, A. M., Umar2, & Damrah2. (2019). 5,512 > T. 52–63.
- Dikdik Zafar Sidik. (2020). Prinsip Latihan Dalam Olahraga. *Wordpress. Com*.
- Fatoni, F. Z. Al, & Prianto, D. A. (2022). Pengaruh Metode Latihan Small Sided Games Terhadap Ketepatan Passing Mendatar Siswa Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(2016), 108–113.
- Fikri, Z., & Fahrizqi, E. B. (2021). Penerapan Model Latihan Variasi Passing Futsal Di Ekstrakurikuler Sman 1 Liwa. *Journal Of Physical Education (Joupe)*, 2(2), 23–29.
- Firmansyah, M. I. (2018). Perbandingan Efektivitas Passing Menggunakan Kaki Ketepatan Passing Pendek Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di Smp Negeri 3 Cibadak Kabupaten Sukabumi Tahun 2018. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani*, 185–189.
- Hartanto, Y., Insanisty, B., & Arwin, A. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournaments Untuk Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Kaki Bagian Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas X Teknik Informatika Smk Negeri 8 Bengkulu Utara. *Kinestetik*, 1(2), 68–74. <https://doi.org/10.33369/jk.v1i2.3466>
- I Gusti Putu Ngruh Adi Santika, S.Pd., M. F. (2019). Pengukurankomponen Biomotorik Mahasiswa Putrasemester Vkelas A Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Ikip Pgri Bali. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi volume 1 : Hal.85 –92*, 549, 40–42.
- Indrawan, M. N., & Primaditya, P. (2021). Desain Sepatu Futsal League Striker Dengan Fitur 3d Touch Bumper Pada Medial Sepatu Guna Meningkatkan Kemampuan Kontrol Penerimaan Bola. *Jurnal Sains Dan Seni Its*, 10(1), 1–8. <https://doi.org/10.12962/j23373520.v10i1.60913>
- Irwanto, E. (2020). Pengaruh Metode Resiprokal Dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), 10–20. <http://www.journal.ikipgripta.ac.id/index.php/olahraga/article/view/570>
- J Lhaksana. (2011). Taktik & Strategi Futsal Modern. *Books.Google.Com*, 108.
- Latif, A. F. (2018). *Perbandingan Aerobic Capacity Pemain Futsal Berdasarkan Posisi (Anchor, Flank Dan Pivot)*. 1–23.
- Mahardika, A., & Heynoek, F. P. (2019). Proseding Fik-Um 2018 Implementasi Olahraga, Kesehatan Dan Pendidikan Jasmani Terhadap Upaya Peningkatan Karakter Anak Bangsa. *Researchgate, July 2018*.
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model Latihan Dribling Sepakbola Untuk Pemula Usia Sma. *Sport Science And Education Journal*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.823>
- Oktaviani, A. A. (2019). *Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal Di Sdit Muhammadiyah Al-Kautsar*. 1–23.
- Prabowo, Hanif Doewes, M. (2019). *Olahraga Futsal Sebagai Gaya Hidup Masyarakat Sragen Futsal Sports As A Lifestyle For Sragen People*. April.
- Prawira, A. Y. (2021). Pengaruh Metode Latihan Drill Dan Metode Latihan Berpasangan Terhadap Kemampuan Pukulan Lob Pada Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis Di Sma Gonzaga Jakarta. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitasi (Joker)Aga Kebugaran Dan Rehabilitasi (Joker)*,



- 1(2), 149–157. <https://doi.org/10.35706/Joker.V1i2.5783>
- Putra, P. D. (2020). *Survey Minat Dan Motivasi Pemain Futsal Siswa Smp Negeri 21 Makassar*.
- Rinaldi Aditya Bobby Helmi. (2020). *Optimalisasi Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Menggunakan Punggung Kaki Melalui Pendekatan Variasi Pembelajaran. August 2018*, 659–665.
- Risal, A. W. (2020). *Analisis Komponen Biomotor Terhadap Keterampilan Dribble Dalam Permainan Bola Basket Pada Atlet Kabupaten Bone*.
- Roza, A. Y., Syampurma, H., Atradinal, A., Putra, A. N., & ... (2021). Keterampilan Teknik Dasar Pemain Futsal Putri Padang Futsal Academy (Pfa) Angel. *Jurnal ...*, 6(1), 67–72.
- Rudy Saputra, M. P. (2019). *Sosialisasi Teknik Dasar Dalam Permainan Futsal*.
- Setiawan, W. A., Festiawan, R., Heza, F. N., & Kusuma, I. J. (2021). *Peningkatan Keterampilan Dasar Futsal Melalui Metode Latihan Passing Aktif Dan Pasif*. 7(2), 270–278.
- Shilviana, K., & Hamami, T. (2020). Pengembangan Kegiatan Kokurikuler Dan Ekstrakurikuler. *Palapa*, 8(1), 159–177. <https://doi.org/10.36088/Palapa.V8i1.705>
- Sintaro, S., Surahman, A., & Khairandi, N. (2020). Aplikasi Pembelajaran Teknik Dasar Futsal Menggunakan Augmented Reality Berbasis Android. *Telefortech : Journal Of Telematics And Information Technology*, 1(1), 22–31. <https://doi.org/10.33365/Tft.V1i1.860>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif / Prof. Dr. Sugiyono*.
- Sularso, P. (2019). Upaya Pelestarian Kearifan Lokal Melalui Ekstrakurikuler Karawitan Di Smp Negeri 1 Jiwan Tahun 2016. *Citizenship Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.25273/Citizenship.V5i1.1181>
- Susila, L. (2021). Pengaruh Metode Latihan High Intensity Interval Training (Hiit) Dalam Meningkatkan Power Otot Tungkai Dan Kelincahan Pada Permainan Bola Voli. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan Pkm Bidang Ilmu Pendidikan)*, 2(3), 230–238. <https://doi.org/10.54371/Ainj.V2i3.86>
- Tri Hardi Saputra, Supriatna, S. (2018). Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Shooting Futsal Menggunakan Metode Drill. *International Journal Of Physical Education, Fitness And Sports*, 3(3), 11–17. <https://doi.org/10.26524/1433>
- Wahyu Cirana, Arif Rohman Hakim, & Untung Nugroho. (2021). Pengaruh Latihan Drill Smash Dan Umpan Smash Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli Pada Atlet Putra Usia 13-15 Tahun Club Bola Voli Vita Solo Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.36728/Jip.V7i1.1381>
- Waskito, R. G., & Hariyoko. (2019). Pengaruh Metode Drill Dan Metode Bermain Terhadap Hasil Belajar Passing Futsal. *Researchgate*.
- Wulandari, A. P. (2023). Optimalisasi Perencanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Di Sekolah Dasar Negeri Dan Swasta. *Pendidikan*, 2(4), 365–375.
- Yudha Prawira, A., Prabowo, E., & Febrianto, F. (2021). Model Pembelajaran Olahraga Renang Anak Usia Dini: Literature Review. *Jurnal Educatio Fkip Unma*, 7(2), 300–308. <https://doi.org/10.31949/Educatio.V7i2.995>
- Ziaputra, D., Fahmi, D. A., & Zahraini, D. A. (2021). Keefektifan Latihan Passing Bervariasi Terhadap Akurasi Passing Pada Akademi Futsal Ad Astra Semarang 2021. *Semiar Nasional Ke-Indonesiaan Vi, November*, 516–521.