



Pengaruh Model Latihan Permainan Unit 4-2 Menggunakan Dua Sentuhan Dan Satu Sentuhan Terhadap Kemampuan Melakukan *Ground Passing* Dalam Permainan Futsal Pada Atlet Futsal SMANKO Provinsi Bengkulu

The Effect of Unit 4-2 Training Models Using Two Touches and One Touch on Ground Passing Skills in Futsal Among Futsal Athletes at SMANKO Bengkulu Province

Fatwa¹, Ari sutisyana², Andika Prabowo³, Andes Permadi⁴, Dian Pujiyanto⁵

¹²³⁴⁵*Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu Jl. WR Supratman, Kandang Limun, Kec. Muara Bangka Hulu, Sumatera, Bengkulu 38371, Indonesia*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh model latihan permainan unit 4-2 menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan terhadap peningkatan kemampuan ground passing dalam permainan futsal pada atlet SMANKO Provinsi Bengkulu. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain pretest-posttest satu kelompok (one group pretest-posttest design) yang melibatkan 30 atlet futsal sebagai sampel penelitian. Instrumen penelitian berupa tes keterampilan ground passing yang dilakukan sebelum dan sesudah penerapan model latihan. Hasil uji t memperoleh nilai $t_{hitung} = 28,56 > t_{tabel} = 1,699$, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir setelah diberi perlakuan. Nilai rata-rata kemampuan ground passing meningkat dari 6 pada pretest menjadi 8 pada posttest, dengan mayoritas atlet berada pada kategori “Baik Sekali” (77%). Temuan ini membuktikan bahwa model latihan permainan unit 4-2 dengan dua sentuhan dan satu sentuhan efektif dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar ground passing futsal. Model ini menekankan pengambilan keputusan cepat, kontrol bola yang efisien, dan akurasi operan dalam konteks permainan nyata, sehingga direkomendasikan sebagai strategi latihan berbasis permainan untuk mengoptimalkan performa teknik futsal di tingkat pelajar.

Kata Kunci : Latihan 4-2, Ground Passing, Futsal

Abstract

This study aims to analyze the effect of the 4-2 unit game training model using two touches and one touch on improving ground passing skills in futsal among athletes at SMANKO Bengkulu Province. This study used an experimental method with a one-group pretest-posttest design involving 30 futsal athletes as research samples. The research instrument was a ground passing skill test conducted before and after the application of the training model. The t-test results obtained a t-count = 28.56 > t-table = 1.699, which means that there was a significant effect between the initial test results and the final test results after the treatment. The average ground passing ability score increased from 6 on the pretest to 8 on the posttest, with the majority of athletes in the “Very Good” category (77%). These findings prove that the 4-2 unit game training model with two touches and one touch is effective in improving basic futsal ground passing skills. This model emphasizes quick decision-making, efficient ball control, and passing accuracy in a real game context, so it is recommended as a game-based training strategy to optimize futsal technical performance at the student level.

Keywords: 4-2 Training, Ground Passing, Futsal

PENDAHULUAN

Futsal merupakan olahraga yang menuntut kecepatan, ketepatan, dan keterampilan teknik, salah satunya adalah kemampuan melakukan *ground passing*. *Ground passing* yang baik memungkinkan terjadinya kerjasama tim yang efektif dan menciptakan peluang mencetak gol. Latihan dengan model permainan unit 4-2 menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan merupakan pendekatan yang berorientasi pada situasi permainan nyata. Model ini melatih pemain untuk berpikir cepat, mengontrol bola dengan efisien, dan mengoper dengan tepat dalam tekanan SMANKO Provinsi Bengkulu sebagai salah satu sekolah dengan kegiatan futsal yang aktif, menjadi lokasi penting untuk menguji efektivitas model latihan ini terhadap keterampilan passing

Ground passing yang dilakukan secara cepat dan akurat sangat berpengaruh terhadap ritme permainan, karena memungkinkan tim untuk berpindah dari pertahanan ke serangan secara efisien. Namun demikian, berdasarkan hasil pengamatan awal di lapangan, banyak atlet pelajar yang masih mengalami kesulitan dalam melakukan passing secara tepat, baik dari segi akurasi, waktu, maupun pemilihan arah operan. Kondisi ini menunjukkan bahwa dibutuhkan model latihan yang tidak hanya fokus pada aspek teknik, tetapi juga pada konteks permainan sebenarnya. Masalah yang sering ditemukan dalam latihan futsal di tingkat sekolah adalah kurangnya variasi model latihan yang menyerupai situasi pertandingan sesungguhnya. Model latihan permainan unit 4-2 menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan diyakini dapat meningkatkan efektivitas teknik passing karena mendekatkan latihan pada kondisi permainan yang nyata. Dalam model ini, empat pemain berperan sebagai pengumpan (*offensive unit*) dan dua pemain sebagai pengganggu (*defensive unit*), dengan pembatasan jumlah sentuhan bola untuk meningkatkan kualitas keputusan dan akurasi passing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model latihan permainan unit 4-2 menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan terhadap kemampuan *ground passing* atlet futsal SMANKO Provinsi Bengkulu.

Salah satu pendekatan latihan yang dapat digunakan adalah model permainan unit 4-2 yang menggunakan metode dua sentuhan dan satu sentuhan. Dalam model ini, empat pemain bertugas mempertahankan bola (unit penyerang), sedangkan dua pemain bertugas merebut bola (unit bertahan). Pembatasan jumlah sentuhan mendorong pemain untuk

berpikir dan bertindak cepat dalam mengambil keputusan, sehingga melatih akurasi dan kecepatan passing dalam tekanan waktu dan ruang yang terbatas. Model latihan ini mendekatkan pemain pada kondisi nyata permainan dan diyakini dapat meningkatkan keterampilan teknis secara lebih efektif dibanding latihan teknik konvensional yang bersifat repetitif dan terpisah dari konteks permainan. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh model latihan permainan unit 4-2 menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan terhadap kemampuan melakukan ground passing dalam permainan futsal pada atlet SMANKO Provinsi Bengkulu. Menurut Suharno (2016), salah satu cara paling efektif untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar futsal adalah dengan memberikan latihan yang bersifat situasional dan menyerupai kondisi permainan yang sebenarnya. Latihan yang bersifat game-based dapat meningkatkan kemampuan teknis sekaligus memperkuat pemahaman taktik permainan. Salah satunya adalah model permainan unit 4-2.

METODE

Penelitian ini menggunakan Teknik eksperimen merupakan metodologi penelitian yang dipergunakan dalam penelitian ini. Pendekatan ini dipergunakan oleh pemahaman bahwa penelitian eksperimental pada dasarnya adalah percobaan untuk mengetahui dampak atau hasil suatu terapi. Hal ini didukung oleh teori metode eksperimen yang dipelopori oleh Arikunto (2016) Ia mengklaim bahwa dengan mengurangi atau menghilangkan unsur- unsur yang berpotensi meresahkan, peneliti dapat menggunakan eksperimen untuk membangun hubungan sebab akibat (hubungan kausa) antara dua aspek yang sengaja mereka bangun.

Hipotesis pre-test dan post-test harus digunakan dalam desain penelitian eksperimental, dan pola eksperimen harus konsisten dengan variabel-variabel yang termasuk dalam tujuan penelitian. Pretest diberikan sebelum terapi dalam pendekatan desain ini. Hal ini memungkinkan pemahaman yang lebih akurat tentang hasil terapi, dan temuan pretest berfungsi sebagai evaluasi awal pengobatan sebelum ujian akhir. Berikut penjelasan desain Pre-test dan Post-Test:

Teknik analisis data kuantitatif digunakan untuk mengkaji data dari responden atau sumber lain. Menyortir data berdasarkan jenis responden dan variabel, membuat tabulasi

data dari seluruh responden, menampilkan data setiap variabel yang diteliti, dan melakukan perhitungan untuk memvalidasi hipotesis adalah contoh kegiatan analisis data. (Sugiyono, 2021). Untuk menentukan diterima atau ditolaknya hipotesis pada tingkat signifikan, peneliti harus melakukan uji prasyarat terlebih dahulu sebelum melanjutkan ke uji-t. Uji prasyarat mengharuskan data berdistribusi normal, sehingga harus dilakukan uji normalitas dan homogenitas 5%.

HASIL

Sampel di penelitian ialah atlet futsal SMANKO provinsi Bengkulu. Seluruh sampel terlebih dahulu mengikuti pemeriksaan pendahuluan (*pretest*) untuk menentukan kemampuan teknik *ground passing* atlet futsal SMANKO provinsi Bengkulu. Ketika melakukan tes *ground passing* atlet Sepuluh kali, jika diberi kesempatan untuk menendang ke target yang sudah ditentukan dengan sebanyak mungkin. Setelah *pretest* dilakukan seluruh atlet mengikuti program latihan permainan unit 4-2 menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan Ini adalah komponen penelitian hari yang direncanakan. Pemain akan dinilai kembali menggunakan ujian yang sama setelah menyelesaikan program pelatihan atau terapi, khususnya tes tersebut *ground passing* dengan diberikan kesempatan sepuluh kali kesempatan menendang ke target sebanyak mungkin untuk mencari hasil yang terbaik

Tabel 1. Deskripsi Statistik Awal

No	Deskripsi Statistik	Jumlah
1	Nilai Minimum	3
2	Nilai Maksimum	8
3	<i>Mean</i> (rata-rata)	6
4	N (Jumlah sampel)	30
5	Standar Deviasi	1,295

Data tersebut menggambarkan hasil pengukuran dari 30 sampel ($N = 30$) dengan rentang nilai antara 3 hingga 8. Nilai rata-rata (*mean*) sebesar 6 menunjukkan bahwa secara umum sebagian besar data berada di sekitar angka tersebut. Standar deviasi sebesar 1,295 menandakan bahwa terdapat tingkat variasi yang sedang di antara nilai-nilai data. Artinya, sebagian besar skor berada dalam kisaran $\pm 1,295$ dari rata-rata (yakni antara sekitar 4,7 sampai 7,3). Dengan demikian, distribusi data dapat dikatakan relatif homogen, karena penyebaran nilai tidak terlalu lebar dibandingkan dengan rentang totalnya ($8 - 3$

= 5). Nilai mean yang berada di tengah rentang juga menunjukkan bahwa sebaran data cenderung normal atau simetris, tanpa adanya indikasi kuat terhadap pencilan (outlier) ekstrem. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan hasil pengukuran yang cukup konsisten dengan kecenderungan nilai menengah yang dominan pada angka.

Tabel 2. Distribusi frekuensi hasil *pretest*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Kategori	Persentase
1	8-10	6	Baik Sekali	20%
2	5-7	22	Baik	73%
3	3-4	2	Cukup	7%
4	1-2	0	Kurang	0%
5	0	0	Kurang Sekali	0%
Jumlah		30		100%

Tabel tersebut menggambarkan distribusi tingkat pencapaian atau hasil pengukuran terhadap 30 responden/sampel berdasarkan kategori kinerja atau hasil yang dinilai. Sebagian besar responden, yaitu 22 orang (73%), berada pada kategori “Baik” dengan rentang skor 5–7. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas individu memiliki performa atau capaian yang tinggi namun belum mencapai tingkat sempurna. Selanjutnya, terdapat 6 orang (20%) yang mencapai kategori “Baik Sekali” (rentang skor 8–10), menandakan bahwa sebagian kecil responden menunjukkan hasil yang sangat optimal. Sementara itu, hanya 2 orang (7%) yang masuk kategori “Cukup” (rentang skor 3–4), dan tidak ada responden (0%) yang termasuk dalam kategori “Kurang” atau “Kurang Sekali”. Distribusi ini menunjukkan bahwa: Sebagian besar responden memiliki kinerja baik hingga sangat baik (93%). Tidak ada individu yang menunjukkan performa rendah. Secara umum, tingkat pencapaian responden tergolong tinggi dan homogen, karena konsentrasi terbesar berada pada kategori “Baik”. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kualitas atau capaian keseluruhan kelompok tergolong sangat memuaskan, dan program atau intervensi yang diterapkan kemungkinan berjalan efektif dalam menghasilkan hasil yang positif.

Tabel 3. Deskripsi Statistik Tes akhir

No	Deskripsi Statistik	Jumlah
1	Nilai Minimum	5
2	Nilai Maksimum	10
3	<i>Mean</i> (rata-rata)	8
4	N (Jumlah sampel)	30
5	Standar Deviasi	1,382

Tabel 4. Distribusi frekuensi hasil *posttest*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Kategori	Persentase
1	8-10	23	Baik Sekali	77%
2	5-7	7	Baik	23%
3	3-4	0	Cukup	0%
4	1-2	0	Kurang	0%
5	0	0	Kurang Sekali	0%
Jumlah		30		100%

Berdasarkan tabel di atas, hasil tes akhir menunjukkan bahwa dari 30 sampel, nilai yang diperoleh berada dalam rentang 5 hingga 10, dengan rata-rata (mean) sebesar 8. Hal ini mengindikasikan bahwa secara umum kemampuan peserta setelah perlakuan atau pembelajaran berada pada tingkat sangat baik. Nilai standar deviasi sebesar 1,382 menunjukkan adanya variasi hasil yang relatif kecil, artinya sebagian besar peserta memperoleh nilai yang tidak jauh berbeda dari rata-rata. Dengan demikian, distribusi nilai cenderung homogen dan terkonsentrasi pada tingkat capaian tinggi. Secara keseluruhan, data ini memperlihatkan bahwa hasil tes akhir mengalami peningkatan signifikan dibandingkan kondisi awal (jika dibandingkan dengan pretest), serta menunjukkan efektivitas program atau metode yang diterapkan.

Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa mayoritas peserta, yakni 23 orang (77%), termasuk dalam kategori “Baik Sekali” dengan rentang nilai 8–10. Sementara itu, 7 orang (23%) berada pada kategori “Baik” (rentang nilai 5–7). Tidak ada peserta yang tergolong dalam kategori “Cukup,” “Kurang,” maupun “Kurang Sekali.” Hasil ini memperlihatkan bahwa: Seluruh peserta (100%) mencapai kategori baik hingga sangat baik. Tidak ditemukan peserta dengan capaian rendah. Nilai rata-rata yang tinggi (8) dan dominasi kategori “Baik Sekali” menunjukkan peningkatan kemampuan signifikan setelah perlakuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa program pembelajaran atau intervensi yang dilakukan sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar atau performa

peserta. Tingkat pencapaian yang tinggi dan sebaran nilai yang homogen memperkuat bukti bahwa peserta telah menguasai materi dengan sangat baik

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Data Penelitian

Data Penelitian	L_a	L_{tabel}	Kesimpulan
Sebelum Perlakuan	0,114	0,161	Distribusi Normal
Sesudah Perlakuan	0,128	0,161	

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan hasil perhitungan, nilai L_{hitung} sebelum perlakuan (0,114) dan sesudah perlakuan (0,128) keduanya lebih kecil dari L_{tabel} (0,161). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data baik sebelum maupun sesudah perlakuan berdistribusi normal. Hal ini menunjukkan bahwa data memenuhi salah satu asumsi penting untuk dilakukan uji parametrik (uji t), karena distribusi normalitas terpenuhi.

Tabel 6. Hasil Uji Homogenitas

No.	Variabel	Standar Deviasi	Varians (S^2)
1	Tes Awal	1,295	1,68
2	Tes Akhir	1,382	12,01

Uji homogenitas bertujuan untuk melihat apakah kedua kelompok data (tes awal dan tes akhir) memiliki varian yang relatif sama atau homogen. Berdasarkan tabel di atas, nilai varians antara tes awal (1,68) dan tes akhir (1,91) tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Artinya, data memiliki tingkat penyebaran yang seragam (homogen). Dengan demikian, asumsi homogenitas terpenuhi, yang berarti bahwa data layak untuk dianalisis menggunakan uji statistik parametrik seperti uji t (paired sample t-test).

Tabel 7. Uji T berdasarkan hasil tes awal dan tes akhir

No	N	Tes Awal Dan Akhir		Ket
		t_{hitung}	t_{tabel}	H_a
1	30	28,56	1,699	Signifikan

Uji t (paired sample t-test) dilakukan untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal (pretest) dan tes akhir (post test). Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai $t_{hitung} = 28,56$ dan $t_{tabel} = 1,699$ pada taraf signifikansi 0,05 ($\alpha = 5\%$). Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($28,56 > 1,699$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir. Dengan kata lain, perlakuan atau intervensi yang diberikan dalam penelitian berdampak signifikan terhadap

peningkatan hasil tes peserta. Nilai t yang sangat besar menunjukkan adanya peningkatan yang kuat dan konsisten setelah perlakuan diberikan

Perlakuan yang diterapkan dalam penelitian terbukti efektif dan signifikan secara statistik dalam meningkatkan hasil belajar atau performa peserta. Data memenuhi seluruh asumsi uji parametrik (normalitas dan homogenitas), sehingga kesimpulan ini dapat dinyatakan valid dan reliabel secara empiris.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi peneliti di lapangan menemukan faktor internal yaitu kurangnya kesadaran atlet dalam mengetahui model Unit latihan permainan 4- 2 dengan satu sentuhan dan dua sentuhan vs kemampuan mengoper tanah. Latihan untuk meningkatkan *ground passing* dilakukan dengan menggunakan latihan model unit 4-2 satu sentuhan yang merupakan salah satu latihan yang berfokus pada passing, Penelitian (Kusuma, 2014) bertajuk “Model latihan permainan 4-1 dengan menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan mempunyai arah positif dan berpengaruh signifikan terhadap kemampuan *ground passing* pada permainan futsal” mendukung temuan penelitian ini.

Latihan model permainan unit 4-2 dua sentuhan juga digunakan dalam penelitian ini untuk menjaga kontrol dan passing dalam menguasai dan bermain futsal, dari hasil latihan didapat adanya perubahan yang dirasakan atlet dalam kemampuan *ground passing* setelah dilakukannya model latihan permainan unit 4- 2 dua sentuhan, Pengaruh Permainan 4-2 Kucing dan Tikus One Touch dan Two Touch Terhadap Kemampuan Akurasi Passing Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 3 Pemalang merupakan penelitian lain yang mendukung hal tersebut (Sinaba et al., 2020).

Temuan penelitian berdasarkan perhitungan data menunjukkan bahwa tingkat kemampuan secara umum *ground passing* atlet futsal SMANKO Provinsi Bengkulu sebelum diberikan perlakuan model latihan permainan unit 4-2 dua sentuhan dan satu sentuhan, Tiga puluh pesaing dalam kelompok sangat baik mengikuti ujian pertama. baik, dan cukup. Setelah diberikan perlakuan 30 atlet menjadi kategori baik sekali dan baik, rata-rata *ground passing* mereka meningkat dari 6 menjadi 8 dengan selisih 2. Temuan statistik hipotesis (H_a) yang disarankan memuaskan, dan terdapat peningkatan kemampuan yang signifikan *ground passing* dengan taraf signifikan 5% ($\alpha=0,05$) -1,699 < 28,57 > 1,699. Sehingga dapat disimpulkan bahwa model latihan permainan unit 4-2

Pemain futsal SMANKO Provinsi Bengkulu dapat meningkatkan kemampuan *ground passing* pada saat permainan dengan memanfaatkan dua dan satu sentuhan.

KESIMPULAN

Model latihan permainan unit 4-2 yang mempergunakan Kemampuan pemain futsal dalam mengoper bola di permukaan tanah dipengaruhi oleh dua dan satu sentuhan SMANKO Provinsi Bengkulu setelah diberikan perlakuan, menurut data hasil penelitian uji t yaitu mempertunjukkan bahwasanya $t_{hitung}=28,57 > t_{tabel}=1,699$. Bagi atlet futsal SMANKO Provinsi Bengkulu, model latihan unit 4- 2 yang menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan merupakan metode Aktivitas yang mungkin berdampak signifikan terhadap kemampuan pemain dalam mengoper bola di tanah selama pertandingan.

Bagi siswa harus latihan dengan disiplin dan bersungguh-sungguh agar tercapai tujuan dalam meraih prestasi terbaik. Sebagai alat bagi pelatih untuk menilai efektivitas latihan futsal, khususnya kemampuan *ground passing*, dan sebagai pedoman dalam latihan. Bagi atlet, agar dapat mempelajari dan meningkatkan model latihan permainan unit 4-2 menggunakan dua sentuhan dan satu sentuhan untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Hal ini dapat dijadikan acuan oleh peneliti dengan berbagai populasi atau sampel jika memilih untuk melakukan penelitian ini di zaman yang akan tiba.

Daftar Pustaka

- Arifin, R. (2014). Persepsi Guru Terhadap Implementasi Kurikulum 2013 Bidang Keahlian Teknik Bangunan Di Smk Negeri 2 Yogyakarta. *Fakultas Teknik. Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Arikunto, S. (2014). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.
- Atiq, A. (N.D.). Pengaruh Model Permainan Terhadap Hasil Passing Sepak Bola Pada Kelas Viii Smpn 4 Sambas. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (Jppk)*, 3(7).
- Fahrizqi, E. B. (2018). Hubungan Panjang Tungkai, Power Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Passing Pada Pemain Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Futsal Perguruan Tinggi Teknokrat. *Journal Of Sport (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, And Training)*, 2(1), 32–42.
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik Dan Taktik: Pengaruhnya Terhadap Keterampilan Bermain Futsal. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 143–155.

- Fikri, Z., & Fahrizqi, E. B. (2021). Penerapan Model Latihan Variasi Passing Futsal. *Journal Of Physical Education*, 2(2), 23–28.
- Fitri, A. Z., & Haryanti, N. (2020). Metodologi Penelitian Pendidikan: Kuantitatif, Kualitatif, Mixed Method Dan Research And Development. *Malang: Madani Media*.
- Hatta, M. (2018). *Media Sosial, Sumber Keberagaman Alternatif Remaja (Fenomena Cyberreligion Siswa Sma Negeri 6 Depok Jawa Barat)*. Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Uin Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Haryono, dkk. 2021. “Alat Pelontar Bola Futsal ZPD Untuk Keterampilan Teknik Permainan Futsal.” P. 162 in *Ahlimedia Press*, edited by Y. Umayu. Malang: Ahlimedia Press (Anggota IKAPI: 264/JTI/2020).
- Hulfian, Lalu. 2020. “Pengaruh Latihan Boomerang Run Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal.” *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi* 3(1):9–14.
- Idris, F., & Dimyati, A. (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), 75–84.
- Juniarsyah, A. D., Apriantono, T., & Adnyana, I. K. (2017). Karakteristik Fisiologi Pemain Futsal Profesional Dalam Dua Pertandingan Berturut- Turut. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 2(2), 31
- Kahansyah, I., Subarjah, H., & Supriyadi, T. (2018). Pengaruh Modifikasi Permainan Kucing- Kucingan Terhadap Kemampuan Passing Pada Permainan Sepak Bola. *Sportive*, 3(1), 21–30.
- Marzuki, I. (2022). Pengaruh Model Latihan 4-1 Menggunakan Dua Sentuhan Terhadap Keterampilan Passing Sepak Bola Pemain M2 United Tahun 2020. *Journal Sport Science, Health And Tourism Of Mandalika (Jontak)*, 3(2), 55– 62.
- Mulyono.2017. “Hubungan Power Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Dribbling Bola Futsal Di Tim Futsal SMA.” *Educative Sportive* 3(03): 43- 47.
- Munyanti, D. (2017). Manfaat Bermain Kucing-Kucingan Dalam Latihan Sepak Bola. *Diambil Dari: [Http://Scdc. Binus. Ac. Id/Sepakbola/2017/02/Manfaat- Bermain-Kucing-Kucingan-Dalam- Latihan-Sepakbola/](http://Scdc.Binus.Ac.Id/Sepakbola/2017/02/Manfaat-Bermain-Kucing-Kucingan-Dalam-Latihan-Sepakbola/)*.(29 Juli 2019).
- Naser & Ali.2016.”Pengaruh latihan Variasi Passing Terhadap Peningkatan passing pada Tim Putra UKM Futsal STKIP PGRI Pacitan.”*Paper Knowledge. Toward a Media History of Document*: 6-33.
- Nuryadi et al. 2017. *Buku Ajar Dasar-Dasar Statistik Penelitian*.
- Rafi Afdholul Fauzi, & Khamim Hariyadi. (2021). Pengaruh Model Latihan Ground Pass Terhadap Passing Permainan Sepakbola Pada SSB Perisai Muda Trenggalek KU 14-16 Di Gandusari. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 2(2), 180–186. <https://doi.org/10.46838/spr.v2i2.123>

- Sinaba, B. C., Zhannisa, U. H., & Royana, I. F. (2020). Pengaruh Permainan 4-2 Kucing-Kucingan Satu Sentuhan Dan Dua Sentuhan Terhadap Kemampuan Ketepatan Passing Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Sma Negeri 3 Pematang Jaya. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(1), 29–35.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. In *Alfabeta*
- Sugiyono, F. X. (2017). *Neraca Pembayaran: Konsep, Metodologi Dan Penerapan* (Vol. 4). Pusat Pendidikan Dan Studi Kebanksentralan (Ppsk) Bank Indonesia. Sugiyono. 2021. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suryanata, A. A., Pelana, R., & Setiakarnawijaya, Y. (2021). Dribbling Futsal Training Model Based On Game For Senior High School. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 12(04), 314–325.
- Syafrizal, R., Suherman, A., & Saptani, E. (2018). Pengaruh Permainan Sepakbola Kucing-Kucingan Terhadap Passing Dan Control Dalam Sepakbola. *Sportive*, 3(1), 621–630.