



## Pengaruh Latihan *Diamond Passing* terhadap Ketepatan *Passing* Futsal SMAN 13 Bandar Lampung

Muhammad Prastyo Utomo<sup>1</sup>, Arifai<sup>2</sup>, Reza Adhi Nugroho<sup>3</sup>

Universitas Teknokrat Indonesia<sup>1,2,3</sup>

utomo735@gmail.com

Received: 2 November 2023

Accepted: 3 Desember 2023

Published: 25 Desember 2023

### Abstract

The aim of this research is to determine the effect of *Diamond Passing* training on *Passing Speed* at State High School 13 Bandar Lampung. This research uses an experimental method with "one group pre-test-post-test". The test instrument used is the *passing precision* test. With a confidence level = 95% or  $(\alpha) = 0.05$ , the number of samples for and known  $df$  is 19, then we get  $t_{table} = 1.729$ . Based on the calculation results obtained, the value of  $t_{count} = 10.002$ , so  $t_{count} > t_{table} : 10.002 > 1.729$  with a significance of  $0.000 > 0.05$ , then  $H_a$  is accepted, in other words it can be concluded that there is an increase in *passing accuracy* after training with the *diamond passing* method. The training method applied at SMA N 13 in 16 meetings showed a significant influence. Although not all students are able to get very good results. If students practice using this method and with the right intensity, it will really be possible for students to be able to pass in the very good category.

**Keywords:** *diamond passing*, *passing accuracy*

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *Diamond Passing* terhadap Ketepatan *Passing* Sma Negeri 13 Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan "one group pre-test-post-test". Instrument tes yang digunakan adalah tes ketepatan *passing*. Dengan tingkat kepercayaan = 95% atau  $(\alpha) = 0.05$ , banyaknya sampel untuk dan di ketahui  $df$  adalah 19, maka di peroleh  $t_{tabel} = 1,729$ . Berdasarkan hasil perhitungan di peroleh nilai thitung = 10,002, jadi  $thitung > t_{tabel} : 10,002 > 1,729$  dengan signifikasi  $0.000 > 0.05$  maka  $H_a$  di terima, dengan kata lain dapat di simpulkan bahwa ada peningkatan akurasi *passing* setelah dilakukan latihan dengan metode *passing diamond*. Metode pelatihan diterapkan di SMA N 13 sebanyak 16 kali Pertemuan itu menunjukkan pengaruh yang signifikan. Meski tidak semua siswa mampu mendapatkan hasil yang sangat bagus. Jika siswa berlatih dengan metode ini serta dengan intensitas tepat, akan benar-benar memungkinkan siswa mampu memiliki *passing* dengan kategori sangat baik.

**Kata kunci:** *diamond passing*, ketepatan *passing*

### To cite this article:

Utomo, M. P., Arifai & Nugroho, R. A. (2023) Pengaruh Latihan *Passing Diamond* dan *Passing Triangle* terhadap Keterampilan *Passing* Futsal SMAN 13 Bandar Lampung. *JouPE: Journal of Physical Education* Vol 4, No. 2

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani tidak jauh dari olahraga, olahraga merupakan suatu bentuk gerakan tubuh atau aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh berulang – ulang. Olahraga yang memerlukan banyak gerakan salah satunya cabang olahraga futsal merupakan salah satu cabang digemari oleh sebagian besar manusia bahkan mendapat minat dari masyarakat Indonesia. Futsal digemari pada kalangan ditingkat sekolah dari tingkat daerah, nasional, hingga internasional lalu untuk ditingkat usia digemari anak – anak, dewasa, dan

orang tua. Tujuan dari permainan Futsal ini untuk memasukan bola ke gawang musuh sebanyakya dan mempertahankan gawang dari kebobolan musuh. Untuk memperoleh kemenangan bahkan prestasi harus didukung oleh teknik dasar yang baik.

Futsal dapat dimainkan oleh siapa saja, baik pria maupun wanita, baik tua maupun muda. Dengan melakukan olahraga futsal banyak manfaat yakni pertumbuhan fisik, mental, serta sosial. Olahraga futsal banyak perkembangan dari tahun ke tahun dengan banyaknya klub baru serta pemain yang bagus setiap tahunnya denganditunjang lagi sering diadakannya turnamen antar klub dan event – event antar pelajar sekolah. Futsal sendiri salah satu cabang olahraga miniature dari sepakbola yang banyak diminati oleh masyarakat di dunia termasuk Indonesia. Dalam melakukan permainan futsal tentu saja butuh keahlian khusus seperti menggiring bola, kelincahan, kecepatan, dan kecerdasan.

Teknik dasar futsal tidak jauh berbeda dengan sepakbola. Gerakan tanpa bola merupakan gerak tanpa menggunakan bola yang dilakukan dalam permainan futsal seperti berjalan, berputar, berbelok, berkelit, berhenti secara tiba – tiba , sedangkan gerak atau teknik dengan bola merupakan gerak atau teknik dalam permainan futsal dengan menguasai bola diantaranya teknik dasar yang harus dikuasai dalam bermain utsal adalah mengumpan (*passing*), menahan bola (*control*)), menggiring bola (*dribbling*), menyundul (*heading*), dan menembak bola (*shooting*). Dalam permainan futsal teknik dasar mutlak harus dikuasai oleh seluruh pemain futsal salah satunya adalah teknik mengoper atau mengumpan bola (*shooting*) yang sangat penting untuk memenangkan pertandingan.

Dalam permainan futsal salah satu teknik yang paling dominan ialah *passing*. *Passing* dalam permainan sepakbola memiliki tujuan mengoper bola pada teman satu tim agar menciptakan ruang untuk mencetak gol. *Passing* yang baik merupakan salah satu hal yang wajib dimiliki oleh setiap pemain. Karena dengan seorang pemain yang memiliki operan atau *passing* yang baik sebuah tim akan mudah menciptakan sebuah gol. Futsal merupakan olahraga kontak fisik yang membutuhkan kekuatan fisik prima. Intensitas yang tinggi sehingga membuat perpindahan bola dalam permainan futsal sangat cepat. Hal itu mengharuskan pemain futsal memiliki kemampuan ketepatan *passing* yang baik untuk mengalirkan bola dengan cepat dan tepat.

*Passing* dalam permainan futsal merupakan teknik dasar yang digunakan untuk mengoper bola atau memindahkan momentum bola pada rekan satu tim untuk menciptakan ruang, sehingga dapat menghubungkan antara suatu pemain dengan pemain lainnya untuk menciptakan peluang dan akhirnya mencetak gol ke gawang lawan. Untuk dapat melakukan *passing* yang akurat, pemain harus melakukan secara rutin dan terus menerus supaya dapat menciptakan gerakan yang otomatis. *Passaing* yang akurat dapat digunakan oleh sebuah tim untuk dapat memberikan variasi permainan, menerobos pertahanan lawan, serta mencegah kebentuan ketika menghadapi taktik bertahan lawan dalam sebuah pertandingan. Namun jika latihan dilakukan monoton dan tanpa adanya variasi dapat menimbulkan rasa malas dan bosan pada pemain. Keterampilan *passing* dan menerima bola menjadikan penghubung kesebelasan pemain kedalam satu unit yang berfungsi lebih baik dari pada bagian – bagiannya. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan bola dengan baik setelah rekan satu tim memberikan bola.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti di SMAN 13 Bandar Lampung dalam ekstrakurikuler futsal. Berdasarkan hasil observasi ekstrakurikuler futsal. Futsal merupakan salah satu ekstrakurikuler yang banyak diminati oleh siswa, hal ini terbukti dari antusias siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal serta prestasi, tapi tidak semua siswa ekstrakurikuler futsal memiliki kemampuan dasar yang mampuni, terutama teknik mengoper bola *passing*.

Permasalahan yang terlihat dari hasil observasi, ada beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan *passing* bola futsal SMAN 13 Bandar Lampung adalah ketepatan *passing* yang tidak tepat mengarah ke teman seperti masih banyak pemain yang salah dalam melakukan teknik dasar *passing*, kesalahan lainnya pandangan saat melakukan *passing* pemain masih banyak yang melihat ke bawah atau ke bola saja sementara tujuan *passing*

ada di depan, kanan atau kiri mereka serta data tambahan prestasi futsal SMAN 13 Bandar Lampung di beberapa tahun terakhir.

Dari hasil observasi awal yang dilakukan, maka peneliti berfikir cara yang tepat untuk melatih atau meningkatkan ketepatan *passing* yang lebih baik dari sebelumnya. Latihan *passing diamond* merupakan bentuk latihan yang dipilih untuk melatih keterampilan teknik dasar *passing* dan meningkatkan ketepatan *passing* para pemain. Latihan ini dipilih karena paling sesuai dengan kenyataan pada saat pertandingan dan membuat pemain menjadi terbiasa dengan *game* situasi dan diharapkan dapat mengurangi kesalahan *passing* dan meningkatkan ketepatan *passing*. Oleh karena itu untuk membuktikannya peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul Pengaruh Latihan Diamond *Passing* Terhadap Ketepatan *Passing* Futsal SMAN 13 Bandar Lampung.

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen. Menurut (Sugiyono, 2013) metode penelitian eksperimen bisa diartikan menjadi metode penelitian yang dipakai untuk mencari pengaruh perlakuan terhadap yang lainnya dalam kondisi yang terkendali. Desain yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest – Posttest*, yaitu penelitian yang terdiri dari *pretest* sebelum diberikan perlakuan supaya dapat mengetahui tes awal karena akan dibandingkan keadaan sebelum diberikan perlakuan (Sugiyono, 2013).

Tabel 3. 1. *One Group Pretest – Posttest*

O1	X	O2
Nilai Pretest	Treatment	Nilai Posttest

### Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi menurut (Sugiyono, 2013) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain futsal SMAN 13 Bandar Lampung berjumlah 20 orang.

#### 2. Sampel

Sampel menurut (Sugiyono, 2013) adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pada penelitian ini teknik sampel yang akan diambil yaitu *sampling jenuh* (Sugiyono, 2013) adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 13 Bandar Lampung 20 orang.

### Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sesuatu yang berbentuk apa aja yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga memperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan. Menurut (Sugiyono, 2013) variabel yang akan digunakan sebagai berikut:

- 1) Variabel Independen atau bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Didalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah latihan *diamond passing*.
- 2) Variabel Dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah ketepatan *passing*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Hasil Penelitian*

Penelitian ini dilakukan dengan metode eksperimen yaitu pemberian model pelatihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pemain futsal di SMA N 13 Bandar Lampung. Secara keseluruhan, penelitian ini dilakukan dalam tiga tahap. Tahap pertama yaitu pengumpulan data awal (*pre-test*), tujuannya adalah untuk Mengetahui kemampuan sampel sebelum dilakukannya *treatment*. Selanjutnya tahap kedua Kelompok eksperimen diberikan model latihan *passing diamond*. Untuk tahap ketiga yaitu melakukan *post-test* dengan tujuan mengukur kemampuan akhir sampel setelah diberikan perlakuan dan mengikuti program latihan.

Subyek atau sampel penelitian ini adalah tim futsal SMA N 13 Bandar Lampung yang berjumlah 20 pemain. Tempat latihan penelitian ini adalah di lapangan SMAN 13 Bandar Lampung. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21 Agustus sampai dengan hingga 25 September. Perlakuan dilakukan sebanyak 16 kali ditambah dengan frekuensi latihan 3 (tiga) kali per minggu, khususnya hari Senin, Rabu, dan Jumat.

### **Desripsi Data**

Data yang digunakan untuk melakukan analisis data penelitian adalah akurasi *passing* futsal pada seluruh sampel yang ada, sebelum dan sesudah mendapat pelatihan *passing diamond*. Gambaran umum hasil data dapat dilihat pada tabel berikut:

*Tabel Hasil tes awal dan tes akhir*

No	Nama	Pretest	Kategori	Posttest	Kategori
1	TA	15	KS	34	S
2	DI	25	K	32	S
3	NA	20	KS	36	B
4	AF	29	K	45	BS
5	RO	32	S	39	B
6	RI	30	S	36	B
7	FA	12	KS	25	K
8	IN	19	KS	30	S
9	AZ	32	S	37	B
10	AM	25	K	32	S
11	AG	37	B	50	BS
12	OK	10	KS	24	K
13	YO	12	KS	28	K
14	AL	34	S	38	B
15	AD	26	K	29	K
16	DA	30	S	42	BS
17	FE	22	KS	34	B
18	RI	24	K	32	S
19	DN	37	B	44	BS
20	AR	19	K	35	S

Hasil Tes Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
Pretest	20	10	37	24,50	8.269
Posttest	20	24	50	35,10	6.672

Dari tabel diatas, hasil yang diperoleh sebelum diberikan Model latihan passing diamond adalah rata-rata atau mean (24,50), simpangan baku atau std deviation (8,269), hasil terendah 10, hasil tertinggi 37. Data yang diperoleh setelah diberikan Model latihan passing diamond adalah sebagai berikut rata-rata atau mean (35,10),simpangan baku atau std deviation (6,672), hasil terendah 24, hasil tertinggi 50.

### *Hasil Uji Prasyarat*

#### **Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui uji statistik mana yang sesuai digunakan untuk menjawab hipotesis penelitian. Hasil perhitungan untuk mengecek normalitas disajikan pada tabel berikut:

*Tabel. Uji Normalitas*

Data	Statistic	df	Sig
Pretest-Posttest	0,749	20	0,629

Dari hasil tabel diatas menunjukkan bahwa data memperoleh nilai sig ( $p$ ) > 0,05. Yang artinya nilai sig 0,629 lebih besar dari 0,05 Hasilnya dapat disimpulkan bahwa data penelitian mempunyai distribusi normal.

#### **Uji Homogen**

Uji keseragaman atau uji homogen berguna untuk menguji kemiripan sampel, yaitu sampel yang homogen atau tidak varian yang diambil dari populasi. Kriteria homogenitas, Jika signifikansi > 0,05 maka data homogen sedangkan nilai signifikansi < 0,05 maka data tidak homogen. Hasil pengujian homogenitas penelitian ini ditunjukkan pada Tabel 4.3 sebagai berikut:

*Tabel Uji Homogenitas*

Kelompok	Levene statistc	Sig	Keterangan
Posttest	1,722	0,206	Homogen

Berdasarkan hasil pengujian keseragaman akurasi passing futsal, dihitung nilai signifikansi > 0,05, nilai sig (0,206) lebih besar dari 0,05 dengan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa variansinya homogen.

#### **Uji Hipotesis**

Menguji perbedaan antara pre-test dan posttest dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan akurasi passing sebelum melakukan latihan yang. Kajian perbedaan mean hasil data pre-test dan posttest latihan psssing diamond dapat dilihat pada tabel.

Tabel Uji T

Kelompok	Rata-rata	T-Hitung	T-Tabel	Sig (2 tailed)
Pretest-postets	10,600	10,002	1,729	0,000

Hipotesis yang di gunakan:

Ha: Terdapat Pengaruh Latihan *Diamond Passing* Terhadap Ketepatan *Passing* Futsal SMAN 13 BandarLampung.

Ho: Tidak Terdapat Pengaruh Latihan *Diamond Passing* Terhadap Ketepatan *Passing* Futsal SMAN 13 BandarLampung.

Dengan tingkat kepercayaan = 95% atau ( $\alpha$ ) = 0.05, banyaknya sampel untuk dan di ketahui df adalah 19, makadi peroleh ttabel = 1,729. Berdasarkan hasil perhitungan di peroleh nilai thitung = 10,002, jadi thitung > ttabel : 10,002 > 1,729 dengan signifikasi 0.000 > 0.05 maka Ha di terima, dengan kata lain dapat di simpulkan bahwa ada peningkatan akurasi passing setelah dilakukan latihan dengan metode *passing diamond*.

### Pembahasan

Menurut (Ibrahim, 2018) *passing* sangat dibutuhkan dalam permainan sepakbola maupun futsal karena menjadi suatu teknik dasar pada pemain, ini disebabkan karena sepanjang permainan futsal menggunakan *passing* sebagai perpindahan bola dari kaki ke kaki. (Irfan et al., 2020). Menurut (Anbi & Alsaudi, 2021) ketepatan atau akurasi *passing* dalam futsal sangat penting maka, perlu upaya meningkatkan ketepatan *passing* guna menyempurnakan keterampilan yang dimiliki pemain. Akurasi *passing* dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu sasaran yang di tuju. Sasaran dapat berupa jarak atau suatu objek (Turnip, 2020). Ketepatan *passing* adalah kemampuan dalam menempatkan/mengoper bola ke sasaran sesuai dengan tujuan dengan kaki sebagai medianya (Adani, 2015). Supaya dapat berjalan sesuai dengan rencana maka pemain harus melakukan latihan yang rutin agar terjadi otomatisasi sehingga dapat memiliki kemampuan ketepatan *passing* yang tinggi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan *passing diamond* mempunyai pengaruh terhadap akurasi *passing*. Hal ini dibuktikan dari hasil pengolahan dan analisis data, rata-rata peningkatan sebelum dan sesudah tes yaitu dari 24,50 menjadi 35,10. Latihan *passing diamond* merupakan model latihan yang dapat digunakan dalam *passing suport*. Menurut pelatih SMA N 13 Bandar Lampung dengan adanya model latihan *diamond* diharapkan para pelatih dapat menjadikan model latihan ini sebagai acuan latihan atau mungkin model latihan *diamond* dapat dikembangkan dan disesuaikan dengan situasi tim.

Penelitian yang dilaksanakan berjalan dengan baik dan seluruh sampel pada penelitian ini sangat antusias mengikuti proses latihan, hal ini dikarenakan seluruh sampel memiliki motivasi penuh untuk peningkatan kemampuan atau skill individu yang dimiliki terutama pada teknik *passing*. Ditambah lagi pelatih yang selalu mendampingi dan memberikan keleluasaan untuk melaksanakan penelitian dengan baik dari awal hingga selesai. Metode pelatihan diterapkan di SMA N 13 sebanyak 16 kali Pertemuan itu menunjukkan pengaruh yang signifikan. Meski tidak semua siswa mampu mendapatkan hasil yang sangat bagus. Jika siswa berlatih dengan metode ini serta dengan intensitas tepat, akan benar-benar memungkinkan siswa mampu memiliki *passing* dengan kategori sangat baik

Pelatih Futsal SMA N 13 Bandar Lampung pada saat wawancara menyatakan bahwa model latihan *passing diamond* dapat meningkatkan akurasi *passing* tergantung bagaimana pelatih memberikan arahan atau *coachingpoint* yang di inginkan oleh pelatih. Dengan kata lain untuk meningkatkan akurasi *passing* futsalpelatih

harus memberikan arahan atau *coaching point* sesuai dengan kebutuhan tim.

Peneliti sudah memberikan instruksi yang jelas kepada para pemain namun masih banyak pemain yang belum mengikuti instruksi pelatih dengan baik dan benar. Poin-poin pelatihan yang perlu ditekankan adalah:

- 1) Langkah-langkah mengoper bola dengan kaki bagian dalam dijelaskan sebagai berikut: a) Persiapan: Berdiri menghadap sasaran (bola), seimbangkan kaki di samping bola, lalu arahkan kaki ke arah sasaran, bahu dan pinggul lurus ke sasaran, tekuk lutut sedikit, lalu ayunkan kaki hingga memantul, tetapkan tujuan. Kaki dalam posisi horizontal, lengan lurus jaga keseimbangan, jangan gerakkan kepala, fokuskan perhatian pada bola, b) cara melakukan: Letakkan badan di atas bola, lalu ayunkan kaki ke depan, jaga agar kaki tetap lurus, gunakan bagian dalam kaki untuk memukul bagian tengah bola, c) Lanjutkan gerakan: Geser berat badan ke depan, lalu terus bergerak searah dengan bola.
- 2) Akurasi passing adalah kemampuan seorang pemain dalam mengendalikan bola menggunakan kaki terhadap sasaran dengan jarak yang akan di tuju dengan demikian pelatih dapat mengarahkan pemain untuk menggunakan kekuatan passing sesuai dengan jarak yang di tentukan. 3) Pelatih dapat menambahkan dosis latihan atau intensitas latihan misalnya 4-5 kali dalam satu minggu selama 2 bulan atau lebih.

#### *Keterbatasan Penelitian*

1. Faktor Cuaca, Penelitian ini dilakukan di luar gedung atau outdoor, maka faktor cuaca sangat berpengaruh dalam penelitian ini misalnya hujan.
2. Faktor Kesiapan Sampel, Pengumpulan data berupa pengujian keakuratan memerlukan persiapan fisik dan mental. Persiapan fisik dapat dilakukan dengan melakukan pemanasan sebelum mengikuti tes Sampel yang siap diuji setelah dilakukan pemanasan awal tentunya akan memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan sampel yang tidak dihangatkan atau kurang dihangatkan.
3. Faktor Kemampuan Individu, Setiap individu atau sampel mempunyai kemampuan yang berbeda-beda dalam memahami penjelasan dan ilustrasi latihan yang diberikan dan dijelaskan oleh peneliti, sehingga selalu ada kemungkinan sampel melakukan kesalahan. Untuk mengatasi hal tersebut, peneliti selalu melakukan penyesuaian atau penilaian. secara keseluruhan setelah individu atau sampel menyelesaikan semua latihan yang diberikan.

#### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data di atas, dapat di ambil kesimpulan peneliti sebagai berikut:

1. Ada pengaruh latihan *passing diamond* terhadap akurasi passing futsal SMA N 13 Bandar Lampung.
2. Model latihan *passing diamond* lebih berpengaruh signifikan terhadap meningkatkan akurasi passing futsal SMA N 13 Bandar Lampung.

#### **DAFTAR PUSTAKA**



- Adani, R. (2015). *Pengaruh Latihan Small Sided-Games Terhadap Akurasi Passing Mendatar Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal MTs Mu'allimin Muhammadiyah Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Aditya, R. (2017). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Akurasi Passing Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola Smk 2 Mei Bandar Lampung. In *Universitas Lampung*. Universitas Lampung.
- Alkhadaaf, D. M., & Syafii, I. (2019). Pengaruh Latihan Diamond Pass Dan Small Side Game Terhadap Ketepatan Passing Sepakbola Pada Ssb Rokat Fc U-14 Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(3), 1–6.
- Anbi, M., & Alsaudi, A. S. (2021). Peningkatan Akurasi Passing Menggunakan Media Target Kardus Pada Permainan Futsal. *Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III*, 260–267.
- Dafitra, M. A., Welis, W., Fajri, H. P., & Bahtra, R. (2022). Pengaruh Latihan Passing Diamond Dan Passing Triangle Terhadap Keterampilan Passing Pemain Sepakbola Ssb Psp Bangko. *Jurnal Stamina*, 5(9), 124–131.
- Dewi, R., & Pakpahan, M. T. (2018). Pengembangan Instrumen Tes Dribbling Pada Olahraga Futsal. *Jurnal Prestasi*, 2(3), 1. <https://doi.org/10.24114/jp.v2i3.10124>
- Fahrizqi, E. B. (2018). Hubungan panjang tungkai, power tungkai unit kegiatan mahasiswa olahraga futsal perguruan tinggi teknokrat. *Journal of S.P.O.R.T*, 2(1), 32–42.

- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. CV Alfabeta.
- Syafaruddin, S. (2018). Tinjauan Olahraga Futsal. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8108>
- Hikmawan, I. (2019). *Pengaruh Latihan Passing Diamond dan Triangle Terhadap Akurasi Passing Pemain SSB Mondoteko Putra Rembang Tahun 2019*. Universitas Negeri Semarang.
- Husyaeri, E., & Saleh, B. M. (2022). Metode Latihan Drill Untuk meningkatkan kemampuan Passing pada permainan Futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(2), 521–525. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1966>
- Ibrahim, G. F. (2018). Pengembangan Model Latihan Shooting Futsal Melalui Media Aplikasi Berbasis Android Pada Usia 14 – 18 Tahun. In *Universitas Negeri Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasar sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720–731. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/664>
- Jaenudin, J., Rusdiana, A., & Kusmaedi, N. (2018). Pengembangan Media Latihan Passing Berbasis Arduino Uno dalam Cabang Olahraga Futsal. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 47. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v3i1.9925>
- Julianur. (2020). *Modul Futsal*.
- Fitriani, Z. A., Manopo, B. A. H., & Fitrianto, E. J. (2022). Pengaruh Latihan Small Sided Games Dan Latihan Rondo Terhadap Ketepatan Passing Pada Pemain Klub Futsal Aldifa Banjarmasin. *JSES: Journal of Sport and Exercise Science*, 5(2), 50–58. <https://doi.org/10.26740/jses.v5n2.p50-58>
- Hamzah, B., & Hadiana, O. (2018). Pengaruh Penggunaan Model Problem Based Learning Terhadap Keterampilan Passing Dalam Permainan Futsal. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–7.
- Handoyo, A. (2021). *Bermain Futsal*. Penerbit PT Perca.
- Hasyim & Saharullah. (2019). Dasar-Dasar Ilmu Keplatihan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Hikmah, A. N. (2023). *Pengaruh Latihan Ketepatan Dan Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Peningkatan Hasil Shooting Three Point Pada Siswi Ekstrakurikuler Bolabasket Di Sma Negeri 1 Gedong Tataan* [Universitas Lampung]. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Manik, S., & Putra Tarigan, R. (2022). Perbedaan Pengaruh Latihan Diamond Passing dengan Triangle Passing Terhadap Akurasi Passing Pada Pemain Sepakbola SSB Porkam Deli Serdang Usia 10-15 Tahun. *Jurnal Prestasi*, 6(1), 16–20. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpsi/index>
- Mashud, Hamid, A., & Abdillah, S. (2019). Pengaruh Komponen Fisik Dominan Olahraga Futsal Terhadap Teknik Dasar Permainan Futsal. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 10(1), 28–38. <https://doi.org/10.21009/gjik.101.04>
- Muta'al, T. A., & Komaini, A. (2019). Pengaruh Latihan Passing Dengan Variasi Target Terhadap Kemampuan Passing Pada Tim Sepakbola Sman 3 Bungo. *Jurnal Stamina*, 2, 12–20.
- Narlan, A., Juniar, D. T., & Millah, H. (2017). Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 245.
- Novianda, G., Kanca, I. N., & Darmawan, G. E. B. (2014). Metode Pelatihan Taktis Passing Berpasangan Statis Dan Passing Sambil Bergerak Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Control Bola Futsal. *E- Journal PKO*, 1(2), 1–13. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPKO/article/view/3551>
- Novrizal Priawan. (2018). Pengaruh Model Latihan Passing Diamond Dan Model Latihan Passing Triangle Terhadap Akurasi Passing Sepakbola Pada Pemain Persatuan Sepakbola Seluruh Tridadi (Psst) Tahun 2018. *Jurnal Pendidikan*, 2–11.
- Oktavia, R. D. P., & Hariyanto, D. (2017). Pengaruh Latihan Passing Berpasangan Statis Dan Latihan Passing Bergerak Dinamis Terhadap Ketepatan Passing Pada Permainan Futsal. *Jurnal Pendidikan, Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*, 1, 30–41.
- Praniata, A. R., Kridasuwarsa, B., & Puspitorini, W. (2019). Model Latihan Passing Futsal Berbasis small sided Games Untuk Siswa Sekolah Menengah Atas. *Journal Sport Area*, 4(1), 191. <http://journal.uir.ac.id/index.php/JSP/article/view/2364>
- Priawan, N. (2018). *Pengaruh Model Latihan Passing Diamond Dan Model Latihan Passing Triangle Terhadap Akurasi Passing Sepakbola Pada Pemain Persatuan Sepakbola Seluruh Tridadi (Psst) Tahun 2018* [Universitas Negeri Yogyakarta].
- Purwanto, S. (2015). *Pengaruh Metode Latihan Passing Bawah Sasaran* [Universitas Negeri Semarang]. <https://lib.unnes.ac.id/21152/>
- Saputra, T. H., Supriatna, & Sulistyorini. (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>



- Turnip, J. M. F. (2020). *Pengaruh Latihan Passing Aktif Segitiga Dan Segiempat Terhadap Akurasi Passing Pemain Pada Calcetto Futsal Family Club* (Vol. 21, Issue 1). Universitas Negeri Semarang.
- Umur, A., Maulidin, & Mulyani, S. E. (2021). Pengaruh Latihan Diamond Dengan Interval 1 : 1 Terhadap Kemampuan Passing Dalam Permainan Sepak Bola. *Journal Sport Science and Healt of Mandalika (Jontak)*, 2(2), 15–18.
- Zirzis, F., & Mubarak, M. Z. (2021). Hubungan Koordinasi Mata Dan Kaki Dengan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Long Passing Sepak Bola. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 18–24.

## BIOGRAFI PENULIS

	<p><b>Muhammad Prastyo Utomo</b>  Lahir di Bandar Lampung, Menyelesaikan pendidikan sekolah menengah atas di SMAN 13 Bandar Lampung jurusan ilmu pengetahuan social. Sekarang menempuh pendidikan di Universitas Teknokrat Indonesia program study S1 pendidikan olahraga. Penulis dapat dihubungi melalui e-mail : <a href="mailto:utomop735@gmail.com">utomop735@gmail.com</a></p>
	<p><b>Arifai, S.Pd., M.Pd.</b>  Penulis merupakan dosen di program studi Pendidikan Olahraga Universitas Teknokrat Indonesia sejak tahun 2022. Pendidikan sarjana yang ditempuh oleh penulis adalah S1 Pendidikan Jasmani dan Rekreasi Universitas Lampung dan melanjutkan Pendidikan S2 di Universitas Negeri Jakarta. Penulis dapat dihubungi melalui email: <a href="mailto:arifai@teknokrat.ic.id">arifai@teknokrat.ic.id</a></p>