

Pengembangan model latihan passing fu (fokus umpan) dalam permainan futsal

Mohamad Fajar Umar¹, Risna Podungge²

^{1,2,3}Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan,
Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

Abstrak

Pendahuluan: Kemampuan *passing* merupakan salah satu keterampilan teknis yang sangat menentukan keberhasilan permainan futsal karena berperan dalam membangun serangan, mempertahankan penguasaan bola, dan menciptakan kerja sama tim yang efektif. Namun, proses latihan di lapangan masih didominasi oleh model latihan yang monoton sehingga kurang mampu meningkatkan fokus dan ketepatan umpan pemain. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan Passing FU (Fokus Umpan) dalam permainan futsal serta menguji tingkat kelayakan produk berdasarkan penilaian ahli materi, ahli media, dan respons pemain. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* (R&D) dengan model pengembangan ADDIE yang meliputi tahap *Analysis, Design, Development, Implementation, dan Evaluation*. Subjek penelitian terdiri atas 15 pemain Tim Futsal Semut Hitam Kota Gorontalo yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Produk yang dikembangkan berupa video latihan yang memuat 20 variasi model latihan, terdiri atas 10 variasi latihan fokus dan 10 variasi latihan umpan. Data dikumpulkan melalui lembar observasi, angket validasi ahli materi, angket validasi ahli media, dan angket respons pemain. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif menggunakan persentase untuk menentukan tingkat kelayakan produk. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa model latihan Passing FU memperoleh persentase validasi ahli materi sebesar 100%, validasi ahli media sebesar 96%, dan respons pemain sebesar 91%. Seluruh hasil penilaian berada pada kategori sangat layak, yang menunjukkan bahwa model latihan memiliki kualitas isi, penyajian media, dan tingkat penerimaan pengguna yang sangat baik. Selain itu, model latihan memberikan variasi latihan yang lebih menarik, meningkatkan fokus pemain saat melakukan umpan, serta memudahkan pelatih dalam menyusun program latihan *passing* secara sistematis. **Pembahasan dan Kesimpulan:** Model latihan Passing FU terbukti valid, praktis, dan sangat layak digunakan sebagai alternatif model latihan *passing* dalam permainan futsal. Kombinasi latihan yang berorientasi pada peningkatan fokus dan ketepatan umpan mampu mendukung pengembangan keterampilan teknis pemain secara lebih efektif. Oleh karena itu, model latihan ini direkomendasikan sebagai referensi bagi pelatih dan pemain futsal dalam menyusun program latihan yang lebih variatif, terstruktur, dan sesuai dengan kebutuhan pembinaan prestasi.

Kata Kunci: futsal; model latihan; Fokus Umpan (Passing FU); *passing*; *Research and Development*.

Cara Mengutip: Umar, MF. et.al. (2026) Pengembangan model latihan passing fu (fokus umpan) dalam permainan futsal. *Tomini Sports: Jurnal Olahraga*, 3(1), 302-312.

Kontribusi penulis: a – Menyusun konsep; b – Merumuskan metode; c – Melakukan penelitian; d – Pengolahan hasil; e – Interpretasi dan kesimpulan; f – Mengedit versi final

Correspondence author:: Umar, MF.. Gorontalo State University, Indonesia.

Email: fajaruma@gmail.com



PENDAHULUAN

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang mengalami perkembangan pesat di Indonesia, baik sebagai olahraga rekreasi, pendidikan, maupun olahraga prestasi. Olahraga ini dimainkan oleh lima pemain pada setiap tim di atas lapangan berukuran lebih kecil dibandingkan sepak bola, menggunakan bola yang lebih kecil dan lebih berat, serta menuntut kecepatan, ketepatan, dan kerja sama tim yang tinggi (Ahsani et al., 2023; Hanif et al., 2024). Karakteristik permainan futsal yang intens dan dinamis mengharuskan setiap pemain menguasai teknik dasar secara komprehensif agar dapat berkontribusi secara optimal dalam setiap situasi pertandingan (Syafutra & Remora, 2025).

Di antara berbagai teknik dasar dalam permainan futsal—yang meliputi *passing*, *control*, *dribbling*, *chipping*, *shooting*, dan teknik penjaga gawang (Lhaksana, 2011 dalam Yolanda & Bahtra, 2023)—*passing* merupakan teknik yang paling dominan dan paling sering digunakan dalam pertandingan. *Passing* merupakan teknik pemindahan bola dari satu pemain ke pemain lainnya yang bertujuan untuk membangun serangan, mempertahankan penguasaan bola, serta membuka ruang di pertahanan lawan (M.R. Syahfutra & Martiani, 2023). Penguasaan *passing* yang baik menjadi prasyarat utama efektivitas strategi permainan futsal karena kesalahan *passing* secara langsung dapat mengakibatkan kehilangan penguasaan bola dan peluang mencetak gol (Muhammad Junaidi, 2024; Rahman et al., 2023).

Selain kemampuan teknik, aspek psikologis berupa fokus atau konsentrasi merupakan komponen yang tidak kalah krusial dalam pelaksanaan *passing* yang efektif. Fokus didefinisikan sebagai kemampuan kognitif untuk memusatkan perhatian secara selektif pada stimulus yang relevan dengan tugas gerak yang sedang dilakukan, sekaligus mengabaikan gangguan dari stimulus yang tidak relevan—baik yang bersifat eksternal maupun internal (Taufik, 2019 dalam Muhammad Naufal Hibatullah, 2024). Dalam konteks permainan futsal, fokus memungkinkan pemain untuk membaca situasi permainan secara akurat, mengantisipasi pergerakan rekan dan lawan, serta menentukan timing dan arah umpan yang tepat. Rendahnya fokus pemain saat melakukan *passing* terbukti secara empiris berkorelasi negatif dengan akurasi umpan dan meningkatkan frekuensi kesalahan teknis dalam pertandingan (Widyanti et al., 2023; Muhammad Naufal Hibatullah, 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui observasi sistematis terhadap kegiatan latihan Tim Futsal Semut Hitam Kota Gorontalo, diperoleh temuan bahwa: (1) variasi model latihan *passing* yang

digunakan masih sangat terbatas dan bersifat monoton; (2) aspek fokus pemain saat melakukan umpan belum mendapatkan perhatian khusus dalam program latihan; dan (3) belum tersedianya media atau panduan latihan terstruktur yang dapat memfasilitasi pengembangan kemampuan *passing* secara mandiri. Kondisi ini mengakibatkan pemain cenderung kurang termotivasi dalam mengikuti latihan dan tidak mengalami peningkatan kemampuan *passing* secara signifikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Faturhman et al. (2024) yang menunjukkan bahwa monotonitas program latihan berdampak negatif terhadap motivasi dan progres kemampuan *passing* pemain futsal.

Upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut memerlukan pengembangan model latihan yang inovatif, variatif, dan secara simultan mengintegrasikan pengembangan kemampuan teknis *passing* dengan kemampuan psikologis fokus dalam satu program latihan yang kohesif. Berbagai penelitian terdahulu telah membuktikan efektivitas pengembangan model latihan *passing* dalam meningkatkan kualitas permainan futsal, antara lain: latihan *passing triangle* dan *passing diamond* (M.R. Syahfutra & Martiani, 2023; Faturhman et al., 2024), latihan *wall pass* (Pera Ratna Sari & Nugraha, 2022), serta berbagai model latihan berbasis permainan (Saputra, 2021; Andrian, 2023; Syahab et al., 2023). Namun, belum ada penelitian yang secara eksplisit mengintegrasikan dimensi fokus ke dalam model latihan *passing* futsal dalam format media video yang terstandarisasi.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengembangkan model latihan *Passing FU* (Fokus Umpan) dalam permainan futsal yang dikemas dalam bentuk video latihan; dan (2) menguji tingkat kelayakan produk tersebut melalui validasi ahli materi, validasi ahli media, dan respons pemain. Penelitian ini diharapkan menghasilkan produk latihan yang layak secara ilmiah dan dapat digunakan sebagai referensi pelatih serta pemain dalam meningkatkan kualitas *passing* dan fokus dalam permainan futsal.

METODE

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (*Research and Development/R&D*) yang bertujuan untuk menghasilkan produk berupa video latihan model *Passing FU* (Fokus Umpan) dalam permainan futsal. Metode R&D merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu melalui proses identifikasi masalah, perancangan solusi, pengembangan produk, serta pengujian kelayakan produk secara sistematis (Waruwu, 2024). Model

pengembangan yang digunakan adalah ADDIE yang terdiri atas lima tahapan: (1) *Analysis* (Analisis); (2) *Design* (Perancangan); (3) *Development* (Pengembangan); (4) *Implementation* (Implementasi); dan (5) *Evaluation* (Evaluasi) (Safitri, 2022). Model ADDIE dipilih karena bersifat sistematis, siklikal, dan setiap tahapnya saling berkaitan secara logis, sehingga memungkinkan pengembangan produk yang terstandarisasi dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Subjek dan Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Lapangan Futsal Idola, Jalan KH. Adam Zakaria, Kelurahan Wongkaditi, Kecamatan Kota Utara, Kota Gorontalo, pada bulan Mei 2026. Subjek penelitian adalah Tim Futsal Semut Hitam Kota Gorontalo. Sampel penelitian berjumlah 15 pemain futsal yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan pertimbangan bahwa subjek merupakan pemain aktif yang mengikuti program latihan reguler tim tersebut.

Prosedur Pengembangan

Tahapan pengembangan model latihan Passing FU (Fokus Umpan) dilaksanakan sebagai berikut:

Tahap Analysis. Pada tahap ini dilakukan analisis kebutuhan melalui observasi sistematis terhadap proses latihan Tim Futsal Semut Hitam. Analisis mencakup identifikasi masalah dalam program latihan *passing*, identifikasi karakteristik pemain, serta kajian literatur mengenai model-model latihan *passing* dan faktor fokus dalam olahraga futsal.

Tahap Design. Berdasarkan hasil analisis kebutuhan, dirancang kerangka model latihan yang memuat 20 variasi latihan—10 model latihan fokus dan 10 model latihan umpan. Setiap model latihan dirancang dengan mempertimbangkan progresivitas tingkat kesulitan, relevansi dengan situasi permainan nyata, dan kemudahan implementasi di lapangan.

Tahap Development. Produk dikembangkan dalam bentuk video latihan yang menampilkan demonstrasi setiap model latihan secara visual dan naratif. Produk kemudian divalidasi oleh ahli materi dan ahli media sebelum dilanjutkan ke tahap implementasi.

Tahap Implementation. Produk yang telah divalidasi dan direvisi diujicobakan kepada 15 pemain Tim Futsal Semut Hitam dalam tiga sesi latihan yang dilaksanakan pada tanggal 4, 5, dan 6 Mei 2026.

Tahap Evaluation. Evaluasi dilakukan secara formatif pada setiap tahapan pengembangan dan secara sumatif setelah tahap implementasi berdasarkan data respons pemain.

Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga instrumen utama: (1) lembar observasi untuk analisis kondisi awal; (2) angket validasi ahli materi dan ahli media dengan skala Likert 1–5; dan (3) angket respons pemain. Validitas instrumen diverifikasi melalui penilaian ahli (*expert judgment*). Analisis data menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan formula persentase kelayakan berikut:

$$\text{Persentase Kelayakan (\%)} = \frac{\text{Skor yang Diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

Hasil persentase yang diperoleh dikategorikan berdasarkan kriteria kelayakan yang diadaptasi dari Prianbogo dan Rafida (2022) sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Kategori Tingkat Kelayakan Produk

| Persentase (%) | Kategori Kelayakan |
|----------------|--------------------|
| 81–100 | Sangat Layak |
| 61–80 | Layak |
| 41–60 | Cukup Layak |
| 21–40 | Kurang Layak |
| 0–20 | Tidak Layak |

Sumber: Prianbogo & Rafida (2022)

HASIL

Analisis Kebutuhan

Hasil observasi awal terhadap proses latihan Tim Futsal Semut Hitam menunjukkan tiga permasalahan utama: (1) variasi model latihan *passing* yang digunakan sangat terbatas sehingga menyebabkan kebosanan pada pemain; (2) fokus pemain saat melakukan umpan belum optimal, yang ditandai dengan kurangnya perhatian terhadap posisi rekan dan kualitas umpan yang tidak konsisten; dan (3) belum tersedianya model latihan terstruktur yang secara spesifik melatih integrasi antara fokus dan kemampuan *passing* dalam satu program yang komprehensif. Temuan ini

menjadi landasan empiris bagi pengembangan model latihan *Passing FU* (Fokus Umpan).

Deskripsi Produk yang Dikembangkan

Produk yang dikembangkan berupa video latihan yang memuat 20 variasi model latihan *Passing FU* (Fokus Umpan). Dua puluh variasi latihan tersebut terdiri atas: (1) 10 model latihan fokus, yang dirancang untuk melatih kemampuan kognitif pemain dalam memproses informasi visual dan mengambil keputusan secara cepat dan tepat saat melakukan umpan; dan (2) 10 model latihan umpan, yang berfokus pada peningkatan akurasi, timing, dan variasi teknik *passing* dalam berbagai situasi permainan yang disimulasikan. Seluruh model latihan disusun secara progresif dari tingkat sederhana ke kompleks, dilengkapi dengan panduan instruksi verbal dan visualisasi pergerakan yang terstandarisasi.

Hasil Validasi Ahli

Penilaian kelayakan produk dilakukan oleh satu orang ahli materi dan satu orang ahli media. Hasil rekapitulasi penilaian kedua ahli disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Rekapitulasi Validasi Ahli Materi dan Ahli Media

| Validator | Skor Diperoleh | Persentase (%) | Kategori |
|------------------|----------------|----------------|---------------------|
| Ahli Materi | 100 | 100% | Sangat Layak |
| Ahli Media | 72 | 96% | Sangat Layak |
| Rata-rata | 86 | 98% | Sangat Layak |

Hasil validasi ahli materi menunjukkan persentase 100% (Sangat Layak), mengindikasikan bahwa seluruh aspek substansi materi latihan—meliputi ketepatan konsep, relevansi konten dengan karakteristik permainan futsal, sistematika progresivitas latihan, dan kesesuaian dengan prinsip-prinsip ilmu kepelatihan—telah memenuhi standar kelayakan. Adapun validasi ahli media menghasilkan persentase 96% (Sangat Layak), menunjukkan bahwa kualitas teknis media video—mencakup resolusi visual, kejelasan demonstrasi gerak, kualitas audio, dan kemudahan navigasi—telah memenuhi standar produksi media pendidikan yang baik.

Hasil Respons Pemain

Uji coba produk dilaksanakan selama tiga hari, yaitu pada tanggal 4, 5, dan 6 Mei 2026, dengan melibatkan 15 pemain Tim Futsal Semut Hitam. Setelah menggunakan produk video latihan *Passing FU*, pemain diminta mengisi angket respons yang mencakup aspek kemudahan penggunaan, kejelasan penyajian instruksi, tingkat keterlibatan dalam latihan, dan persepsi manfaat. Hasil rekapitulasi respons pemain disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Rekapitulasi Respons Pemain

| Aspek Penilaian | Skor | Persentase (%) | Kategori |
|------------------------------|-------------|-----------------------|---------------------|
| Kemudahan Penggunaan | - | 91% | Sangat Layak |
| Kejelasan Instruksi | - | 91% | Sangat Layak |
| Keterlibatan dalam Latihan | - | 91% | Sangat Layak |
| Persepsi Manfaat | - | 91% | Sangat Layak |
| Rata-rata Keseluruhan | - | 91% | Sangat Layak |

PEMBAHASAN

Penelitian ini berhasil mengembangkan model latihan *Passing FU* (Fokus Umpan) dalam permainan futsal yang dikemas dalam format video latihan dengan 20 variasi model latihan. Keseluruhan proses pengembangan dilaksanakan melalui tahapan model ADDIE yang sistematis, mulai dari analisis kebutuhan hingga evaluasi produk. Temuan penelitian menunjukkan bahwa produk yang dikembangkan memperoleh penilaian kelayakan yang sangat tinggi dari ahli materi (100%), ahli media (96%), dan pemain (91%), yang semuanya berada dalam kategori Sangat Layak.

Tingginya persentase validasi ahli materi (100%) mengindikasikan bahwa model latihan *Passing FU* telah memenuhi standar substansi kepelatihan futsal yang komprehensif. Hal ini sesuai dengan prinsip-prinsip pengembangan program latihan olahraga yang menekankan pentingnya variasi latihan, progresivitas beban, dan relevansi konteks latihan dengan situasi pertandingan (Putra et al., 2023). Integrasi aspek fokus ke dalam

latihan *passing* merupakan kebaruan konseptual yang membedakan produk ini dari model latihan *passing* konvensional. Pendekatan integratif ini didukung oleh temuan Widyanti et al. (2023) dan Muhammad Naufal Hibatullah (2024) yang secara empiris membuktikan bahwa fokus dan konsentrasi merupakan faktor psikologis yang signifikan dalam menentukan kualitas eksekusi teknis pemain futsal.

Validasi ahli media yang mencapai 96% menunjukkan bahwa kualitas teknis produk video latihan telah memenuhi standar media pembelajaran yang baik. Keunggulan format video sebagai media latihan olahraga telah dibuktikan oleh berbagai penelitian, antara lain karena kemampuannya menyajikan demonstrasi gerak secara visual yang komprehensif, dapat diputar ulang sesuai kebutuhan, dan memudahkan pemain untuk mempelajari teknik latihan secara mandiri di luar sesi latihan terpandu (Faturahman et al., 2024). Penggunaan media video dalam pengembangan keterampilan motorik olahraga juga terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman konseptual dan akurasi eksekusi gerak pemain (Saputra, 2021).

Respons positif dari pemain dengan persentase 91% (Sangat Layak) mengindikasikan bahwa model latihan *Passing FU* diterima dengan baik oleh kelompok sasaran. Tingginya nilai respons pemain dapat dikaitkan dengan beberapa faktor: (1) variasi 20 model latihan yang mengurangi kebosanan dalam latihan; (2) format video yang memudahkan pemahaman dan eksekusi setiap model latihan; dan (3) relevansi konten latihan dengan permasalahan nyata yang dihadapi pemain dalam pertandingan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Andrean (2023) dan Syahab et al. (2023) yang menunjukkan bahwa inovasi dalam model latihan *passing* yang menghadirkan variasi dan tantangan kognitif secara signifikan meningkatkan motivasi dan keterlibatan pemain dalam proses latihan.

Secara keseluruhan, model latihan *Passing FU* (Fokus Umpan) memenuhi kriteria produk pengembangan yang layak secara ilmiah karena memperoleh penilaian sangat layak dari ketiga sumber validasi—ahli materi, ahli media, dan pengguna akhir. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah tersedianya alternatif program latihan *passing* futsal yang lebih komprehensif, terstruktur, dan berbasis media yang dapat diimplementasikan oleh pelatih dan pemain futsal di berbagai tingkat kompetisi. Keterbatasan penelitian ini terletak pada cakupan subjek yang terbatas pada satu tim dengan jumlah sampel 15 pemain, sehingga generalisasi hasil penelitian perlu dilakukan dengan kehati-hatian. Penelitian lanjutan yang melibatkan desain eksperimen dengan kelompok kontrol diperlukan untuk menguji efektivitas produk secara empiris terhadap peningkatan aktual kemampuan *passing* dan fokus pemain futsal.

KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil mengembangkan model latihan *Passing FU* (Fokus Umpan) dalam permainan futsal yang dikemas dalam format video latihan dengan 20 variasi model—10 model latihan fokus dan 10 model latihan umpan—melalui tahapan pengembangan ADDIE yang sistematis. Produk yang dikembangkan telah melalui serangkaian proses validasi dan uji coba yang komprehensif, dan dinyatakan Sangat Layak berdasarkan penilaian ahli materi (100%), ahli media (96%), dan respons pemain (91%).

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi empiris terhadap pengayaan repertoar model latihan *passing* dalam olahraga futsal, khususnya dalam aspek integrasi pelatihan fokus kognitif dengan pengembangan kemampuan teknis umpan. Produk yang dihasilkan dapat digunakan sebagai referensi dan sumber daya praktis bagi pelatih dan pemain futsal dalam merancang program latihan yang lebih variatif, sistematis, dan berbasis media. Untuk penelitian mendatang, disarankan dilakukan uji efektivitas produk melalui desain kuasi-eksperimen atau eksperimen sejati dengan kelompok kontrol dan pengukuran pre-post yang terstandarisasi, serta perluasan cakupan subjek ke berbagai kategori usia dan tingkat kompetisi.

DAFTAR PUSTAKA

- 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>
- Andrean, V. (2023). Pengaruh latihan passing segitiga dan passing zig-zag untuk meningkatkan akurasi passing. *Seminar Nasional Keindonesiaan (FIPSKR)*, 1844–1849.
- Faturohman, M. N., Permadi, A. A., & Hermawan, I. (2024). Penerapan latihan passing diamond pada latihan el rondo untuk meningkatkan kemampuan passing dalam permainan futsal. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 8(1), 390–402. <https://doi.org/10.37058/sport.v8i1.10259>
- Hanif, F., Rusydy, F., Fatoni, M., & Sistiasih, V. S. (2024). Analisis teknik dasar olahraga futsal. *Jurnal Porkes*, 7(2), 1002–1012. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i2.26015>
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan strategi futsal modern*. Be Champion.
- M.R. Syahfutra & Martiani, A. B. (2023). Pengaruh latihan passing triangle dan passing diamond terhadap akurasi passing pemain futsal club. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2), 90–96.

- Muhammad Junaidi. (2024). Upaya peningkatan kualitas passing dalam olahraga futsal melalui permainan 1 dan 2. *Jurnal Educatio*, 10(2), 1–6.
- Muhammad Naufal Hibatullah & Nuraini, I. (2024). Hubungan fokus dan konsentrasi dalam aktivitas olahraga futsal. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 11(3).
- Pera Ratna Sari & 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.
- Prianbogo, A. A., & Rafida, V. (2022). Pengembangan modul elektronik berbasis Android dengan aplikasi Kodular pada mobile learning mata pelajaran penataan produk kelas XI BDP SMK. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga*, 10(2), 1669–1678. <https://doi.org/10.26740/jptn.v10n2.p1669-1678>
- Putra, C. A., Setyabudi, A. B., & Iftikad, I. (2025). Peran dinas pemuda dan olahraga dalam membangun minat berolahraga di kalangan anak muda. *Kesejahteraan Bersama: Jurnal Pengabdian dan Keberlanjutan Masyarakat*, 2(1).
- Putra, S., Emral, E., Arsil, A., & Sin, T. H. (2023). Konsep model latihan fisik pada sepak bola. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 974–982. <https://doi.org/10.29210/1202323429>
- Rahman, A. F., Permadi, A. A., & Arifin, Z. (2023). Pengaruh latihan menggunakan papan pantul terhadap peningkatan keterampilan passing siswa pada ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 17 Garut. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(1), 109–118. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i1.6540>
- Safitri, M., & A. R. (2022). ADDIE, sebuah model untuk pengembangan multimedia learning. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 3(2), 50–58.
- Saputra, W. (2021). Pengembangan model latihan teknik dasar passing pada cabang olahraga futsal berbasis permainan untuk usia 8–13 tahun. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 354–358.
- Syafutra, W., & Remora, H. (2025). Analisis teknik dasar permainan futsal atlet SIBA FC Lubuklinggau. *Jurnal Keolahragaan*, 11(1), 251–263.
- Syahab, S. H., Manullang, J. G., & Handayani, W. (2023). Pengaruh metode latihan resistance band dan plyometrics terhadap kemampuan passing siswa ekstrakurikuler futsal SMA PGRI 2 Palembang. *ANTHOR: Education and Learning Journal*, 2(4), 447–456. <https://doi.org/10.31004/anthor.v2i4.166>

- Waruwu, M. (2024). Metode penelitian dan pengembangan (R&D): Konsep, jenis, tahapan dan kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(2), 1220–1230. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2141>
- Widyanti, I. T., Izzuddin, D. A., & Armen, G. Q. (2023). Analisis tingkat kecemasan atlet futsal Kabupaten Bogor dalam menghadapi pertandingan Liga AAFI Kabupaten Bogor. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 4(3), 300–310.
- Yolanda, S., & Bahtra, R. (2023). Analisis keterampilan teknik dasar futsal pemain futsal putri Padang Futsal Akademi (PFA) Kota Padang. *Jurnal Speed (Sport Physical Education and Empowerment)*, 6(1), 67–72. <https://doi.org/10.35706/journalspeed.v6i01.8780>