



PENGARUH LATIHAN *BALL FEELING* DENGAN LATIHAN KOORDINASI TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN *DRIBBLING* BOLA PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SMP NEGERI 1 CISAAT

Virgie Friyandika Mudhofar¹, Chairul Umam Ramadhan² & Faiz Faozi³

STKIP Bina Mutiara Sukabumi
virgiefriyandikamudhofar@gmail.com

Article Info

History Articles
Received:
13 July 2022
Accepted:
20 Sep 2022
Published:
25 Sept 2022

Keywords: *Exercise, ball feeling, coordination, dribbling, futsal.*

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan ball feeling dengan latihan koordinasi terhadap peningkatan kemampuan dribbling bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat. Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode eksperimen, dengan one group pretest-posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 1 Cisaat yang berjumlah 20 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling, perlakuan dilakukan selama 16 kali pertemuan. Instrumen yang digunakan untuk tes kemampuan dribbling bola adalah instrumen tes dribbling menurut (Rahma Dewi, Muhammad Takwa Pakpahan, 2018:4, dimaksud dalam Rina Aryati, 2022:49). Teknik analisis data menggunakan uji t paired sample t test dengan membandingkan hasil pretest dengan posttest pada kelompok eksperimen. Hasil uji hipotesis diperoleh nilai t sebesar 18,886 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai sig 0,000 < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa nilai tersebut berkorelasi kuat sehingga H₀ ditolak dan H₁ diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan latihan ball feeling dengan latihan koordinasi terhadap peningkatan kemampuan dribbling bola futsal permainan pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat. Persentase peningkatan kemampuan menggiring bola dengan latihan ball feeling dengan latihan koordinasi (16,95 %).

This study aims to determine the effect of ball feeling exercises with coordination exercises on improving ball dribbling ability in futsal extracurricular students at SMP Negeri 1 Cisaat. This research is a study that uses experimental methods, with a one-group pretest-posttest design. The population in this study was futsal extracurricular students at SMP Negeri 1 Cisaat which amounted to 20 students. Sampling technique using purposive sampling method, treatment was carried out for 16 meetings. The instrument used for the ball dribbling ability test is the dribbling test instrument by (Rahma Dewi, Muhammad Takwa Pakpahan, 2018: 4, referred to in Rina Aryati, 2022: 49). The data analysis technique uses a t paired sample t test by comparing the pretest results with the posttest in the experimental group. The results of the hypothesis test obtained a value of t 18.886 and the significance value was 0.000. Because the sig value is 0.000 < 0.05, it can be concluded that the value is strongly correlated so that H₀ is rejected and H₁ is accepted, meaning that there is a significant influence on ball feeling exercises with coordination exercises on improving ball dribbling ability in futsal games in futsal extracurricular students at SMP Negeri 1 Cisaat. Percentage increase in ball dribbling ability with ball feeling exercises with coordination exercises (16.95 %).

INTRODUCTION

Futsal menjadi salah satu olahraga yang sangat digemari masyarakat umum di Indonesia saat ini baik oleh anak-anak, remaja, dewasa, bahkan lansia. Baik pria ataupun wanita. Adapun salah satu cabang olahraga yang paling banyak diminati yaitu futsal. Kholil & Nurkadri (2021: 139) Olahraga ini banyak diminati masyarakat terutama di kalangan kaum muda, bahkan sampai saat ini juga masih banyak diminati para golongan orang dewasa untuk dimanfaatkan sebagai hiburan bahkan ajang silaturahmi.

Futsal sudah ada disekolah dalam kegiatan ekstrakurikuler untuk menampung bakat siswa siswi. Bahkan diluar sekolah juga sudah ada Akademi atau Club Futsal dalam pembinaan pemain yang berbakat. Dalam bermain futsal pemain harus menguasai jenis-jenis teknik dasar, dengan menguasai teknik futsal dapat menguasai atau memainkan bola dalam situasi apa pun.

Berdasarkan pola gerakannya, *dribbling* bola melibatkan beberapa unsur gerakan dari beberapa anggota tubuh. Dalam permainan futsal gerakan *dribbling* bola memiliki beberapa bentuk gerakan yaitu dengan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, ataupun telapak kaki (*sole*). Agar melakukan gerakan *dribbling* bola dapat dilakukan dengan baik, bagian-bagian tubuh yang terlibat di dalam gerakan *dribbling* bola harus di koordinasikan dengan baik. Purnomo dan Irawan (2021: 71) *dribbling* merupakan teknik penting dalam permainan futsal, dengan penguasaan teknik yang baik akan memudahkan pemain untuk melewati lawan, mengatur tempo pertandingan hingga sampai untuk mencetak gol dan memenangkan sebuah pertandingan. Untuk menghasilkan teknik *dribbling* yang baik, terdapat beberapa unsur penunjang yaitu *ball feeling* dan koordinasi yang baik.

Latihan *ball feeling* merupakan salah satu bentuk latihan kemampuan individu yang dilakukan oleh pemain dengan bagian kaki agar dapat menguasai, mengolah, dan mengarahkan perasaan bola. Menurut Kadir (2012: 34), diacu dalam Wijaya, Y, S (2015: 20) mengatakan bahwa latihan *ball feeling* adalah “kehalusan perasaan seluruh bagian tubuh kecuali tangan yang mempengaruhi tingkat penguasaan bola”. Untuk dapat memiliki teknik futsal yang sempurna dan benar maka pemain futsal wajib memiliki *ball feeling* yang baik. Berbagai aspek *ball feeling* yang timbul kaitan adanya rasa kepekaan ataupun perasaan terhadap pada saat menguasai bola, menerima bahkan menendang bola dengan baik. Seorang pemain futsal harus memiliki keterampilan bermain yang sangat bagus agar mencapai tujuan tersebut maka harus menggunakan beberapa metode latihan yang tepat yaitu diantaranya dengan latihan *ball feeling* dan koordinasi. Penguasaan bola yang bagus agar tetap berada dalam penguasaannya dan tidak bisa direbut oleh lawan.

Menurut Adityatama (2017: 94) koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan (Rodeardo, 2018). Koordinasi diperlukan hampir disemua cabang olahraga futsal. Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan selain *ball feeling* yang baik koordinasi juga merupakan komponen yang berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* seorang pemain futsal. Supriadi (2015: 79) mengatakan komponen koordinasi merupakan komponen yang mempengaruhi pelaksanaan gerak keterampilan, di mana untuk menghasilkan gerakan yang baik, lugas, indah, dan kehalusan gerak dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan gerakan akhir dan terus-menerus sampai bola diberikan ke teman atau lepas dari kaki, sehingga untuk dapat menghasilkan menggiring bola dan *ball feeling* yang baik dan cepat diperlukan komponen koordinasi. Dengan komponen fisik tersebut pemain dapat melakukan gerakan dengan baik dan cepat sesuai dengan tahap gerakan itu sendiri. Untuk melakukan latihan koordinasi bisa dengan menggunakan bola ataupun tanpa bola, serta bisa dengan menggunakan alat sederhana seperti corong, *cones*, ataupun *drill*. Serta latihan tersebut dapat di variasikan sesuai dengan kebutuhan pelatih.

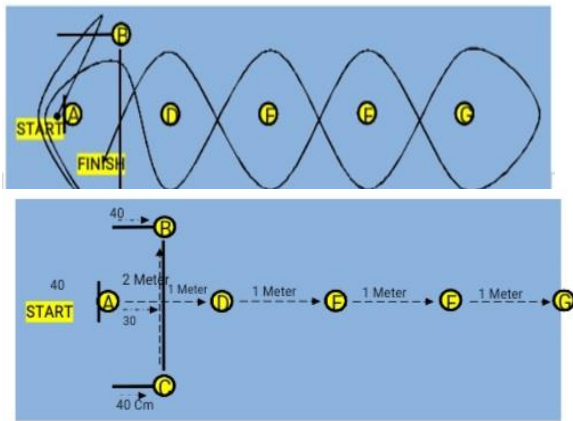
Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pelatih, menyatakan bahwa latihan *ball feeling* jarang sekali diterapkan, dan koordinasi para siswa ekstrakurikuler futsal tersebut sebagian besar belum cukup baik, latihan *ball feeling* yang diberikan kepada siswa hanya *juggling*, kucing bola, dan mengayun bola di tempat sehingga siswa mudah jenuh dengan latihan yang diberikan pelatih. Salah satu model latihan untuk meningkatkan keterampilan bermain futsal dengan memiliki *ball feeling* dan koordinasi yang baik, banyak variasi latihan *ball feeling* dan latihan koordinasi untuk diterapkan kepada pemain futsal siswa ekstrakurikuler di SMP tersebut, disini peneliti akan mencoba menerapkan variasi latihan *ball feeling* dan latihan koordinasi kepada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat sehingga banyak bakat-bakat yang bisa diasah disekolah tersebut.

METHODS

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen, jenis eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pra-experimental design*. Menurut V. Wiratna Sujarweni (2014: 39) penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan yang dapat dicapai (diperoleh) dengan menggunakan prosedur-prosedur statistik atau cara lain dari kuantifikasi (pengukuran). Menurut Sugiyono (2014: 109) mengatakan bahwa *pra-experimental design* ialah rancangan yang meliputi hanya satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji.

Berdasarkan beberapa macam metode penelitian eksperimen diatas, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pre Test – Post Test Design*, yaitu penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja yang dipilih secara *random* dan tidak dilakukan tes kestabilan dan kejelasan keadaan kelompok sebelum diberi perlakuan. Dalam penelitian ini, dari populasi 20 orang pemain dipilih 10 orang pemain dengan cara pengambilan sampel yakni menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2016: 85) *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tes *dribbling* yang disusun oleh Rahma Dewi dan Muhammad Taqwa Pakpahan dengan hasil analisis diperoleh nilai r sebesar 0,8912.



Gambar 3.2 Pelaksanaan Instrumen Tes
 Sumber: (Rahma Dewi, Muhammad Takwa Pakpahan, 2018: 3, diacu dalam Rina Aryati, 2022: 19)

Tabel 3.5 Norma Kecepatan *Dribbling*

Sumber: (Rahma Dewi, Muhammad Takwa Pakpahan, 2018: 4, diacu dalam Rina Aryati, 2022: 20)

Kategori	Waktu (Detik)
Baik Sekali	< 11,91
Baik	11,91-13,20
Sedang	13,21-14,50
Kurang	14,51-15,80
Kurang Sekali	> 15,80

Tabel 3.6 Kategori Norma

Sumber: (Rahma Dewi, Muhammad Takwa Pakpahan, 2018: 4, diacu dalam Rina Aryati, 2022: 20)

Batas Skor	Waktu (Detik)	Nilai	Kategori
13,86+(1,5×1,30)	15,81	E	Kurang Sekali
13,86+(0,5×1,30)	14,51	D	Kurang
13,86-(0,5×1,30)	13,21	C	Sedang
13,86-(1,5×1,30)	11,91	B	Baik
13,86-(1,5×1,30)	11,91	A	Baik Sekali

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kecepatan *dribbling* bola melewati *cones*. Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data *pretest dribbling* bola melewati *cones* sebelum sampel diberikan perlakuan (*treatment*), dan data *posttest* setelah sampel diberikan perlakuan (*treatment*) dengan menggunakan metode latihan *ball feeling* dan koordinasi.

Sebelum dikatakan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas dan uji homogenitas data.

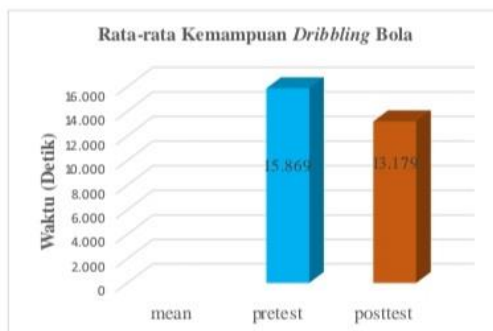
RESULTS AND DISCUSSION

Hasil yang telah didapat melalui *pre-test* dan *post-test*, diketahui peningkatan kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat:

Tabel 4.3 Data Hasil Analisa

No	Nama	Waktu Tempuh/Detik		
		Pre Test	Post Test	Selisih
1	Davi	17,55	14,34	3,21
2	Zaki	16,23	13,18	3,05
3	Ali	14,16	12,02	2,14
4	Deffon	14,96	13,05	1,91
5	Gilang	17,02	14,17	2,85
6	Ardi	15,65	13,10	2,55
7	Asrizal	16,22	13,15	3,07
8	Hilman	14,89	12,50	2,39
9	Raffi	15,65	13,08	2,57
10	Galih	16,36	13,20	3,16
Jumlah		158,69	131,79	26,9
Mean		15,869	13,179	2,69
Std. Deviation		1,0245	0,68055	0,45040722
Skor Minimal		17,55	14,34	1,91
Skor Maksimal		14,16	12,02	3,21
Median		15,935	13,125	2,71

Berdasarkan tabel tersebut rata-rata peningkatan kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat setelah melaksanakan *treatment* selama 16 pertemuan adalah 2,69 detik. Rerata peningkatan kemampuan *dribbling* bola siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat pada saat *pre test* adalah 15,87 detik, dan rerata keterampilan menggiring bola siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat pada saat *post test* adalah 13,18 detik.



Gambar 4.1 Grafik Peningkatan Rata-rata Kemampuan Dribbling

Setelah data *pretest* dan *posttest* peningkatan kemampuan *dribbling* bola siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat diketahui, kemudian dibandingkan rerata *pretest* dan *posttest*, sebagai berikut. Berdasarkan hasil analisis uji *t paired sample t test* diperoleh nilai *t* 18,886 dan signifikasinya 0,000. Dikarenakan nilai $\text{sig } 0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa nilai tersebut berkorelasi kuat sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, berarti terdapat pengaruh yang signifikan latihan *ball feeling* dengan latihan koordinasi terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat.

Diketahui rata-rata *pretest* sebesar 15,8690 dan rata-rata *posttest* sebesar 13,1790 kemudian *mean different* atau hasil keseluruhan *pretest posttest* sebesar 2,69000. Untuk mengetahui besarnya peningkatan kemampuan *dribbling* bola dengan latihan *ball feeling* dan latihan koordinasi dalam penelitian ini menggunakan rumus peningkatan persentase.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh persentase peningkatan pada peningkatan kemampuan *dribbling* bola dengan latihan *ball feeling* dengan latihan koordinasi sebesar 16,95%. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui persentase peningkatan pada peningkatan kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat dengan latihan *ball feeling* dengan latihan koordinasi mempunyai peningkatan yang baik.

Berdasarkan analisis data dan hasil penelitian diperoleh peningkatan yang signifikan terhadap sampel yang diteliti. Dengan demikian latihan *ball feeling* dengan latihan koordinasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat. Dapat diterima hal tersebut disebabkan oleh faktor latihan *ball feeling* dengan latihan koordinasi tersebut. Dan diperoleh persentase peningkatan kemampuan *dribbling* bola dengan latihan *ball feeling* dan latihan koordinasi (16,95%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori menurut (Weil Coerver, 1985: 85, diacu dalam Pratama Gilang Ramadhan, 2018: 56) seorang pakar sepakbola asal Belanda pernah menangani Tim Nasional Indonesia beberapa tahun yang lalu menyatakan bahwa pemain yang memiliki kemampuan yang baik dalam *ball feeling* maka pemain tersebut akan lebih mudah melakukan teknik-teknik baru.

Lebih lanjut menurut (Weil Coerver, 1985: 41, diacu dalam Pratama Gilang Ramadhan, 2018: 56) dengan latihan *ball feeling* untuk menguasai teknik-teknik dasar, kelenturan dan kelincahan pada hakikatnya sudah ikut dilatihkan pula, sebab latihan-latihan itu merupakan gerakan-gerakan keseluruhan yang mengaktifkan pergelangan kaki maupun pinggul. Di dalam pendapat tersebut disebutkan bahwa ketika seorang pemain memiliki kemampuan *ball feeling* yang baik maka pemain tersebut akan lebih mudah dalam melakukan teknik futsal, salah satunya yaitu teknik *dribbling* bola dimana dalam melakukan *dribbling* bola sangat ditentukan oleh kesesuaian sentuhan kaki dengan bola agar bola tetap dalam penguasaan.

Dari hasil Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yohanes Sidik Wijaya (2015), menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari hasil latihan *ball feeling* dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola siswa SSB Baturetno usia 13 tahun. Hasil tersebut dikarenakan *ball feeling* mendukung melatih unsur kombinasi komponen dalam menggiring bola yaitu kemampuan mengontrol bola dan melakukan gerak tipu. Oleh karena itu latihan *ball feeling* memang efektif dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola siswa SSB Baturetno usia 13 tahun.

Dengan demikian para peneliti telah sepakat baik latihan *ball feeling* atau pun latihan koordinasi dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* bola yang telah dilaksanakan oleh peneliti di lapangan yang dilakukan terhadap siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh yang signifikan pada latihan *ball feeling* dengan latihan koordinasi terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* bola dalam permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cisaat dengan persentase peningkatan kemampuan *dribbling* bola dengan latihan *ball feeling* dengan latihan koordinasi sebesar (16,95 %).

REFERENCES

- Abdullah, Arma (2013). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Departemen Kebudayaan, Jakarta (2013).
- Adil, A. (2012). Kontribusi kecepatan, kelincahan, dan koordinasi kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola PS. *Aspura UNM. lalara*, Volume 1, Nomor 1. 70-77.
- Akbari, Wahyu, Fitriana Puspa Hidasari, Andika Triansyah. (2021). Hubungan kelincahan, kecepatan, dan *juggling* terhadap keterampilan *dribble* futsal. Program Studi Pendidikan Jasmani. FKIP Untan Pontianak.
- Arikunto, S. (2015). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Aswitno. (2013). Meningkatkan kemampuan *dribbling* pada permainan sepakbola melalui metode latihan kelincahan pada siswa kelas V SDN Inti no. 1 Iero. *E-Journal Tadulako Physical Education, Health And Recreation*, Volume 2, Nomor 6. 65-76.
- Budiwanto, S. (2013). *Metodelogi latihan olahraga*. Malang: Penerbit Universitas Negeri Malang (UM PRESS).
- Dewi, R. & Pakpahan, M.T. (2015). Pengembangan instrumen tes *dribbling* pada olahraga futsal. *Jurnal Prestasi*, Volume 2, Nomor 3. 1-6.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga. (teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Ihsan Hidayat, Dikdik Primadani, Isna Daniyati Nursasih (2021). Tingkat kelincahan pemain futsal SMA Negeri 1 Kawali Kabupaten Ciamis. *Jurnal Keolahragaan*, Volume 7, Nomor 2. 55-62.
- Irianto, D. P. (2018). *Dasar-dasar latihan olahraga untuk menjadi atlet juara*. Bantul: Pohon Cemara.
- Jainul Ansori, Subagio, & Noor Akhmad. (2021). Pengaruh latihan *ball feeling* dan *agility* terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola. *Journal Sport Science amd Healt of Mandalika (Jontak)*, Volume 2, Nomor 1. 1-8.
- Justinus Lhaksana. (2012). *Taktik & Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Marioyono, Rahayu, S., & Rustiana, E. R. (2013). Metode latihan kelincahan dan fleksibilitas pergelangan kaki terhadap keterampilan menggiring bola. *Journal of Physical Education and Sports*, Volume 6, Nomor 1. 72-86.
- Mashud, Abd. Hamid, Said Abdillah (2019). Pengaruh komponen fisik dominan olahraga futsal terhadap teknik dasar permainan futsal. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, Volume 10, Nomor 01. 28-38.
- Muhammad Shidiq Fajar, Firman Maulana, & Bachtiar. (2021). Korelasi kelincahan, kecepatan, koordinasi, dan keseimbangan terhadap dribbling futsal. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, Volume 04, Nomor 01. 82-90.
- Mulyono, M. A (2017). *Buku Pintar Futsal*. Jakarta Timur: Anugrah.
- Nurkadri, Rois Kholil. (2021). Korelasi otot tungkai, kelincahan, dan koordinasi mata kaki terhadap kecepatan dribbling dalam permainan futsal pada pemain futsal Inang FC tahun 2021. *Journal Coaching Education Sports*, Volume 2, Nomor 1. 137-150. <http://doi.org/10.31599/ices.v2i2.706>
- Rahamad Akbar Perdana, & Musran. (2019). Tingkat pemahaman mahasiswa terhadap permainan futsal. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*, Volume 3, Nomor 2. 171-183.
- Randy Febri Tauba. (2021). Pengembangan instrumen tes *dribbling* pada permainan futsal menggunakan teknologi *mikrokontroler arduino*. *Jurnal Keolahragaan*, Volume 9 Nomor 2. 256-267. <https://doi.org/10.21831/jk.v9i2.41845>
- Rina Aryanti. (2022). Pengaruh latihan *zig-zag run* terhadap peningkatan kecepatan *dribbling* bola futsal pada atlet putri Falena Angels FC Purbalingga. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Volume 06 Nomor 02. 11-26.
- Ruli Agil Febrian, Ananda Perwira Bakti. (2021). Latihan *ball feeling* dan latihan *ladder drill* terhadap kelincahan menggiring bola pemain sepakbola. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Volume 09 Nomor 03. 381-390.
- Suganda, M. A. (2021). Hubungan kelincahan dengan menggiring bola dalam permainan sepakbola. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, Volume 03, Nomor 02. 103-115. <https://doi.org/10.35724/mjpes.v>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran jasmani*. Yogyakarta. Jogja Global Media.
- Taufik Novianto, Ginanjar Nugraheningsih. (2021). Penguasaan keterampilan dasar bermain futsal pada siswa U-15 Akademi Futsal GMS Kabupaten Lahat Sumatera Selatan. *Jurnal Olympia*, Volume 3, Nomor 1. 1-8.
- Wibowo, Y.A. & Andriyani, F.D. (2015). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah*. Yogyakarta: UNY Press Edisi Pertama.
- Yulianto, & Muhammad Sazeli Rifki (2019). Pengaruh latihan *ball feeling* dan *agility* terhadap kemampuan menggiring bola pemain futsal klub Latansa Kota Pekanbaru. *Journal Stamina*, Volume 2, Nomor 3. 196-202