

# Peningkatan Hasil Latihan *Passing* dalam Permainan Sepak Bola Menggunakan Metode *Drill* pada Atlet SSB Perseta

Aldhi Dimas Pangestoe<sup>1</sup>, Topo Yono<sup>2</sup>, Novy Eurika<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universitas Muhammadiyah Jember; [pangestoedhimas@gmail.com](mailto:pangestoedhimas@gmail.com)

<sup>2</sup> Universitas Muhammadiyah Jember; [pangestoedhimas@gmail.com](mailto:pangestoedhimas@gmail.com)

<sup>3</sup> Universitas Muhammadiyah Jember; [pangestoedhimas@gmail.com](mailto:pangestoedhimas@gmail.com)

**Abstrak:** Sepakbola adalah permainan populer yang melibatkan dua tim dengan 11 pemain di setiap tim. Permainan ini mengharuskan pemain menggunakan keterampilan kaki untuk memperebutkan bola dan mencetak gol ke gawang lawan. Teknik dasar dalam sepakbola termasuk mengoper bola, menggiring bola, mengontrol bola, dan menyundul bola. Latihan yang terprogram, rutin, dan disiplin sangat penting untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut. *Passing* dalam sepakbola adalah mengoperkan bola dari satu pemain ke pemain lain dalam satu tim. Keterampilan *passing* penting dalam permainan karena tujuannya adalah menciptakan ruang, mencetak gol, mempertahankan pertahanan, dan menghidupkan kembali bola setelah pelanggaran. Kaki bagian dalam sering digunakan dalam *passing* karena lebih lebar dan memungkinkan pemain untuk mengarahkan bola dengan lebih tepat. Metode *drill*, yang melibatkan pengulangan gerakan secara sistematis, dapat membantu meningkatkan penguasaan teknik dasar. Latihan *drill* juga dapat meningkatkan kondisi fisik. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil latihan *passing* pada atlet SSB Perseta dengan menggunakan metode *drill*. Penelitian ini memiliki manfaat bagi peneliti, atlet, pelatih, dan peneliti lainnya dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam *passing* sepakbola. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tindakan olahraga. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa latihan *passing* menggunakan metode *drill*, khususnya metode *triangle drill*, efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* atlet. Latihan ini membantu meningkatkan koordinasi, kecepatan, dan ketepatan *passing*. Penemuan ini memberikan bukti bahwa metode *drill* dapat digunakan sebagai pendekatan yang efektif dalam melatih teknik dan keterampilan *passing* pada atlet.

**Keywords:** *passing*, *drill*, sepak bola

DOI: <https://doi.org/10.47134/jpo.v1i1.20>

\*Correspondence: Aldhi Dimas Pangestoe

Email: [pangestoedhimas@gmail.com](mailto:pangestoedhimas@gmail.com)

Received: 11-06-2023

Accepted: 20-07-2023

Published: 25-08-2023



**Copyright:** © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

*effective approach in training passing techniques and skills for athletes.*

**Abstract:** Football is a popular game involving two teams with 11 players on each team. This game requires players to use their foot skills to compete for the ball and score goals in the opponent's goal. Basic techniques in football include passing the ball, dribbling, ball control, and heading the ball. Programmed, routine, and disciplined training is essential to master these basic techniques. *Passing* in football involves transferring the ball from one player to another within the same team. *Passing* skills are crucial in the game because their purpose is to create space, score goals, maintain defense, and restart the ball after a foul. The inside of the foot is often used in *passing* because it is wider and allows players to direct the ball more accurately. *Drill* methods, which involve systematically repeating movements, can help improve mastery of basic techniques. *Drill* training can also enhance physical conditioning. This research aims to improve *passing* training outcomes for Perseta SSB athletes using the *drill* method. This study benefits researchers, athletes, coaches, and others in enhancing understanding and skills in football *passing*. The method used in this research is the sports action method. The results obtained indicate that *passing* training using the *drill* method, especially the *triangle drill* method, is effective in improving athletes' *passing* abilities. This training helps improve coordination, speed, and *passing* accuracy. This finding provides evidence that *drill* methods can be used as an

---

**Keywords:** *passing, drill, football*

---

## **Pendahuluan**

Olahraga secara umum dapat didefinisikan sebagai aktivitas fisik dan mental yang bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang. Dalam Islam, kesehatan dianggap sebagai hak asasi manusia dan penting dalam semua aspek kehidupan. Sepakbola adalah permainan beregu yang melibatkan sebelas pemain, termasuk penjaga gawang (Khairuddin, 2017; Lessley, 2018; Sarmiento, 2018)). Sepakbola adalah permainan populer yang melibatkan dua tim dengan 11 pemain di setiap tim. Permainan ini mengharuskan pemain menggunakan keterampilan kaki untuk memperebutkan bola dan mencetak gol ke gawang lawan (Oppici, 2018). Penjaga gawang memiliki aturan khusus yang memungkinkan penggunaan tangan dan lengan di dalam area penalti. Sepakbola membutuhkan kebugaran fisik yang baik dan kerjasama tim yang solid (Doewes, 2020). Tujuan permainan ini adalah mencetak gol sebanyak mungkin dan mencegah gol dari lawan (Santoso, 2014).

Lapangan sepakbola memiliki ukuran tertentu dengan garis yang jelas untuk menentukan batas permainan. Selain itu, ada juga perlengkapan permainan seperti lingkaran tengah, lingkaran sudut, dan bendera sudut (Goes, 2019; McGuckian, 2020). Biasanya, permainan ini menggunakan kaki sebagai alat utama, tetapi terkadang juga melibatkan kepala dan dada (Esposito, 2020; Gonaus, 2019; Putra, 2021; Wood, 2021; Yi, 2019). Penjaga gawang memiliki aturan sendiri yang memungkinkan penggunaan seluruh bagian tubuh, termasuk lengan dan tangan, di area penalti. Tujuan dalam sepakbola adalah mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mencegah gol dari lawan (Duncan, 2022; Esposito, 2020a; Sheehan, 2023). Prestasi sepakbola Indonesia perlu ditingkatkan, terutama dalam turnamen seperti Piala AFF di Asia Tenggara. Upaya tersebut melibatkan perbaikan dalam manajemen olahraga, peningkatan keterampilan pemain, dan penyediaan fasilitas yang memadai (Utomo & Indarto, 2021; Kostiukevych, 2018; Mclean, 2019; Rodriguez-Giustiniani, 2019).

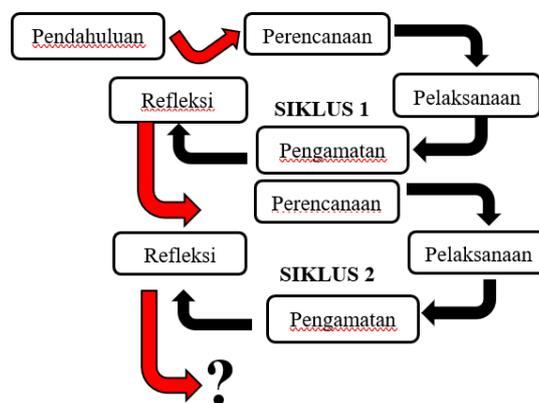
Teknik dasar dalam sepakbola termasuk mengoper bola, menggiring bola, mengontrol bola, dan menyundul bola. Latihan yang terprogram, rutin, dan disiplin sangat penting untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut (Mack, 2021; Urban, 2019). Passing dalam sepakbola adalah mengoperkan bola dari satu pemain ke pemain lain dalam satu tim. Keterampilan passing penting dalam permainan karena tujuannya adalah menciptakan ruang, mencetak gol, mempertahankan pertahanan, dan menghidupkan kembali bola setelah pelanggaran. Kaki bagian dalam sering digunakan dalam passing karena lebih lebar dan memungkinkan pemain untuk mengarahkan bola dengan lebih tepat (Rustanto, 2017).

Metode drill, yang melibatkan pengulangan gerakan secara sistematis, dapat membantu meningkatkan penguasaan teknik dasar. Latihan drill juga dapat meningkatkan kondisi fisik (Anshar, 2018; Cuong, 2023; Iacono, 2018; Kelley, 2019). Sebuah penelitian menunjukkan bahwa metode drill efektif dalam meningkatkan hasil latihan passing dalam sepakbola. SSB Perseta, sebuah sekolah sepakbola di Jember, Indonesia, bertujuan untuk mengembangkan bakat sepakbola anak-anak. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan

hasil latihan passing pada atlet SSB Perseta dengan menggunakan metode drill. Penelitian ini memiliki manfaat bagi peneliti, atlet, pelatih, dan peneliti lainnya dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam passing sepakbola.

## Metode

Dalam rangka mencapai tujuan penelitian, penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif. Dalam penelitian ini, digunakan model latihan yang sesuai dengan karakteristik dalam olahraga sepak bola. Adapun desain penelitian adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian  
Sumber: Iskandar, 2021

Peneliti sebelum melakukan perencanaan terlebih dahulu melakukan studi pendahuluan dengan melihat kemampuan atlet sebelum melakukan kegiatan yang telah disiapkan peneliti. Rencana merupakan kegiatan awal yang harus dilaksanakan oleh peneliti sebelum melaksanakan penelitian. Contoh peneliti melakukan rencana yang telah di atur sebelumnya yaitu melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam dengan menggunakan metode *drill* yang telah di siapkan oleh peneliti dan atlet melakukan passing berulang-ulang secara bergantian dengan waktu 15 menit. Jika semua perencanaan telah selesai disiapkan, maka selanjutnya melaksanakan kegiatan yang telah di rencanakan. Peneliti juga melakukan pengamatan. Pengamatan berfungsi untuk melihat dan mendokumentasikan kegiatan yang dilaksanakan. Hasil dari refleksi yaitu diadakannya revisi terhadap perencanaan yang telah dilaksanakan yang bertujuan untuk memperbaiki kesalahan yang telah dilakukan.

Data penelitian diperoleh melalui proses pengumpulan data dengan menggunakan metode observasi langsung. Penelitian ini dilakukan di lapangan SSB Perseta, Kecamatan Tanggul, Kabupaten Jember. Sumber data utama adalah atlet SSB Perseta yang diobservasi dalam pelaksanaan tes passing. Selain itu, dokumen seperti foto dan video juga digunakan sebagai data pendukung. Rubrik penilaian digunakan untuk menilai kemampuan passing atlet dengan kategori tinggi, sedang, dan rendah. Dokumentasi media elektronik seperti

handphone dan kamera digunakan untuk mendokumentasikan kegiatan atlet saat penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan adalah:

**Tabel 1. Instrumen Penelitian**

Indikator	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
<b>Persiapan</b>	1. Berdiri menghadap target		
	2. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola		
	3. Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang		
	4. Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan		
	5. Fokuskan perhatian pada bola		
<b>Pelaksanaan</b>	1. Tubuh berada diatas bola		
	2. Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan		
	3. Jaga kaki agar tetap lurus		
	4. Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki		
<i>Follow-through</i>	1. Pindahkan berat badan ke depan		
	2. Lanjutkan gerakan searah dengan bola		
	3. Gerakan akhir berlangsung dengan mulus		
<b>Skor Perolehan</b>			
<b>Skor Maksimal</b>			<b>12</b>

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Teknik analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang diperoleh melalui tes, wawancara, dan angket. Analisis deskriptif terdiri dari tiga komponen, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pertama, reduksi data dilakukan dengan merangkum dan meringkas data yang relevan serta menemukan tema dan hal-hal pokok dalam data (Mamik, 2015). Hal ini dilakukan setelah semua data penelitian terkumpul. Kedua, penyajian data dilakukan setelah data direduksi. Penyajian data dapat dilakukan melalui uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart, atau dalam bentuk teks deskriptif naratif. Tujuan penyajian data adalah untuk memudahkan pemahaman pola hubungan yang ada dalam data. Ketiga, penarikan kesimpulan dilakukan dengan merumuskan makna dari hasil penelitian. Kesimpulan disampaikan dalam kalimat singkat, padat, jelas, dan mudah dimengerti. Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dalam analisis data yang memberikan gambaran tentang temuan penelitian. Dengan menggunakan analisis deskriptif, peneliti dapat

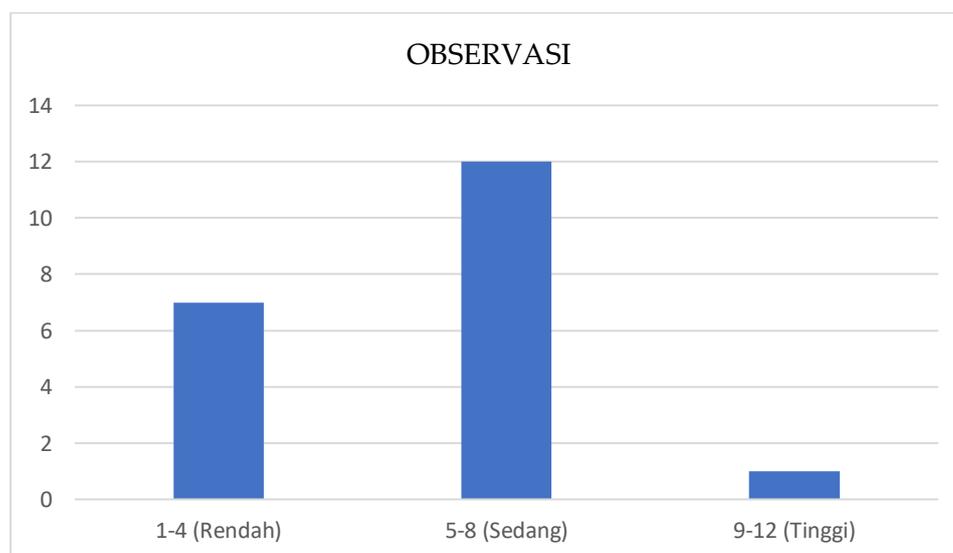
memberikan gambaran yang komprehensif tentang data yang diperoleh dan menyimpulkan hasil penelitian dengan jelas.

### Hasil dan Pembahasan

Tahap siklus 1 mencakup dua kali pertemuan yakni yang pertama pada tanggal 2 Juni 2023 dengan kegiatan observasi untuk mengetahui bagaimana kemampuan *passing* atlet di SSB peserta serta pemberian materi serta praktik di lapangan. Hasil observasi menunjukkan data sebagai berikut:

**Tabel 4.1** Hasil Observasi

Skor	Jumlah Atlet	Presentase
1-4 (Rendah)	7	35%
5-8 (Sedang)	12	60%
9-12 (Tinggi)	1	5%

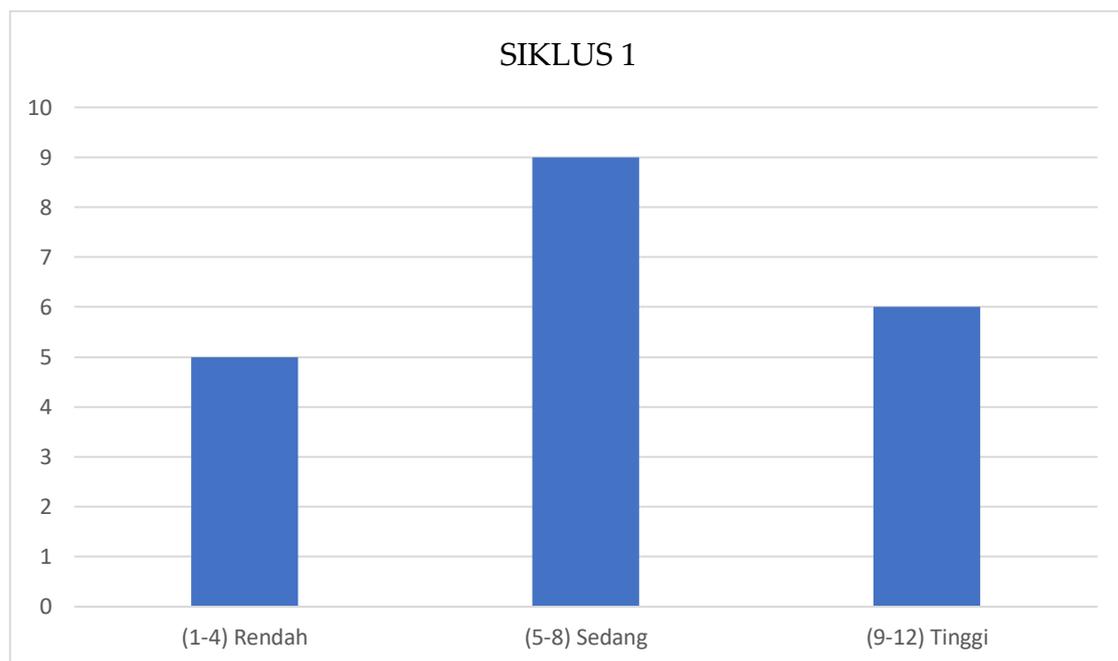


**Gambar 4.1** Diagram observasi

Setelah dilakukan materi dan praktek pada siklus 1 kemudian dihasilkan data sebagai berikut:

**Tabel 4.1** Hasil siklus 1

Skor	Jumlah Atlet	Presentase
1-4 (Rendah)	5	25%
5-8 (Sedang)	9	45%
9-12 (Tinggi)	6	30%



**Gambar 4.2** Hasil Siklus 1

Hasil yang didapatkan adalah sebanyak 35% atau 7 orang atlet masuk ke dalam kategori berkemampuan rendah. Mayoritas atlet yang masuk ke dalam kategori ini kurang tepat di bagian persiapan dan pelaksanaan. Selanjutnya, 60% atau 12 orang atlet masuk ke dalam kategori berkemampuan sedang, dimana mereka hanya mampu melakukan gerakan-gerakan inti dari setiap *step* melakukan *passing*. Hasil *passing* beberapa juga tidak tepat sasaran karena kesalahan pada gerakan yang dilakukan. Kemudian, sebanyak 5% atau 1 orang masuk ke dalam kategori berkemampuan tinggi. Atlet yang masuk dalam kategori ini dapat melakukan *passing* dengan benar dan hasil yang tepat sasaran.

Kegiatan selanjutnya adalah pemberian materi *passing* menggunakan metode *drill*. Jenis metode *drill* yang digunakan adalah *triangle drill*. Metode ini dipilih karena metode ini berfokus pada koordinasi. *Triangle Drill* melibatkan koordinasi antara kaki, mata, dan gerakan tubuh secara keseluruhan. Latihan ini membantu pemain mengembangkan kepekaan mereka terhadap posisi dan pergerakan lawan serta meningkatkan koordinasi antara bagian tubuh yang berbeda. Selain itu, metode ini dirancang untuk melatih pemain dalam situasi yang menuntut kecepatan dan ketepatan. Dengan mempertajam keterampilan motorik dan reaksi cepat, pemain dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tekanan di lapangan.

Tahap terakhir dari siklus 1 adalah pelatihan atau praktek *passing* menggunakan metode *triangle drill*. Setelah materi secara teori disampaikan maka dilanjutkan dengan praktek setiap atlet. Praktek ini dilakukan dengan memilih tiga pemain untuk membentuk segitiga. Satu pemain diposisikan di bagian atas segitiga sebagai "pemain tengah" dan dua pemain lainnya di bagian bawah sebagai "pemain samping". Pemain tengah memulai dengan melempar bola ke salah satu pemain samping. Pemain samping menerima bola dan melakukan *passing* langsung kembali ke pemain tengah. Teruskan gerakan: Setelah melakukan *passing*, pemain samping harus segera bergerak ke posisi pemain tengah dan

pemain tengah bergerak ke posisi pemain samping yang sebelumnya. Hal ini akan menciptakan rotasi antara pemain dalam segitiga.

Tahapan selanjutnya yakni siklus 2, dimana siklus ini berisikan *post test* untuk mengetahui hasil dari latihan *passing* menggunakan metode *drill* yang dilakukan sebelumnya. Tes ini bertujuan untuk mengidentifikasi adanya pengaruh latihan tersebut terhadap kemampuan *passing* para atlet. Hasil yang didapatkan adalah sebanyak 2 atau 10% orang yang masuk ke dalam kategori berkemampuan rendah, 5 atau 25 % orang masuk ke dalam kategori berkemampuan sedang dan 13 atau 65% orang masuk ke dalam kategori berkemampuan tinggi.

Berdasarkan grafik perbandingan yang didapatkan dari rata – rata *pre test* dan *post test*, *pre test* memiliki rata – rata skor 4,9, sedangkan *post test* memiliki rata – rata skor 7,5. Selisih antara keduanya yakni sebesar 2,6. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan terhadap kemampuan *passing* atlet SSB Perseta dengan pelatihan metode *drill*. Metode latihan *drill* masih memiliki efektivitas yang baik untuk merubah kemampuan *passing* siswa yang buruk menjadi lebih baik dari pada sebelumnya. Hal itu dikarenakan metode latihan *drill* memiliki kekuatan dalam hal melakukan latihan *passing* secara berulang-ulang. Dengan cara tersebut siswa menjadi terbiasa dengan gerakan *passing* dan secara tidak langsung proses berulang-ulang ini nantinya akan memicu timbulnya otomatisasi gerak pada atlet. Menurut Setiawan dkk, (2020) tahap otomatisasi gerak merupakan gerak tingkat tinggi yang dihasilkan oleh latihan yang berulang-ulang.

*Drill* yang dilakukan dengan tempo tinggi dapat membantu pemain meningkatkan kecepatan dalam melakukan *passing*. Kecepatan dan akurasi adalah dua hal yang penting dalam pertandingan, dan metode *drill* membantu pemain beradaptasi dengan situasi permainan yang cepat. Metode *drill* dapat mengajarkan pemain tentang situasi-situasi taktis yang berbeda saat melakukan *passing*. Misalnya, pemain dapat belajar cara membuka ruang, mengenali pergerakan rekan setimnya, dan memahami kapan harus melakukan *passing* pendek atau panjang. Latihan berulang dan pengulangan yang berhasil akan meningkatkan kepercayaan diri pemain dalam kemampuan *passing* mereka. Semakin percaya diri pemain, semakin baik kinerja mereka di lapangan (Irawan, dkk, 2019).

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* menggunakan metode *drill*, khususnya metode *triangle drill*, efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* atlet. Latihan ini membantu meningkatkan koordinasi, kecepatan, dan ketepatan *passing*. Penemuan ini memberikan bukti bahwa metode *drill* dapat digunakan sebagai pendekatan yang efektif dalam melatih teknik dan keterampilan *passing* pada atlet.

## Daftar Pustaka

- Anshar, D. A. (2018). Pengaruh Metode Drill Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Sepakbola Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Sheva Sukakorsa. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani*, 154-157.
- Cuong, C. Le. (2023). Effects of High-Intensity Position-Specific Drills on Physical and Technical Skill Performance in Elite Youth Soccer Players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 37(5). <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000004360>
- Doewes, R. I. (2020). The effect of small-sided games training method on football basic skills of dribbling and passing in Indonesian players aged 10-12 years. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 29(3), 429–441.
- Duncan, M. J. (2022). Actual and perceived motor competence mediate the relationship between physical fitness and technical skill performance in young soccer players. *European Journal of Sport Science*, 22(8), 1196–1203. <https://doi.org/10.1080/17461391.2021.1948616>
- Esposito, G. (2020a). A method for identifying talent in youth football through the use of evaluation tests. *Sport Science*, 13(1), 119–126.
- Esposito, G. (2020b). Monitoring the performance and technique consolidation in youth football players. *Trends in Sport Sciences*, 27(2), 93–100. <https://doi.org/10.23829/TSS.2020.27.2-6>
- Goes, F. R. (2019). Not Every Pass Can Be an Assist: A Data-Driven Model to Measure Pass Effectiveness in Professional Soccer Matches. *Big Data*, 7(1), 57–70. <https://doi.org/10.1089/big.2018.0067>
- Gonaus, C. (2019). Changes over a decade in anthropometry and fitness of Elite Austrian youth soccer players. *Frontiers in Physiology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fphys.2019.00333>
- Iacono, A. Dello. (2018). The effects of structural and technical constraints on the profiles of football-based passing drill exercises: suggestions for periodization planning and skill development. *Science and Medicine in Football*, 2(2), 163–170. <https://doi.org/10.1080/24733938.2017.1384561>
- Irawan, G., Sugiarto, T., & Kurniawan, A. W. (2019). Upaya Meningkatkan Akurasi Teknik Passing Menggunakan Metode Drill Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola. *Jurnal Penjakora*, 92-101.
- Iskandar, D. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Semarang: Maghza Pustaka.
- Kelley, M. (2019a). Comparison of head impact exposure in practice drills among multiple youth football teams. *Journal of Neurosurgery: Pediatrics*, 23(3), 381–389. <https://doi.org/10.3171/2018.9.PEDS18314>
- Kelley, M. (2019b). Comparison of head impact exposure in practice drills among multiple youth football teams. *Journal of Neurosurgery: Pediatrics*, 23(3), 381–389. <https://doi.org/10.3171/2018.9.PEDS18314>
- KhairuddinK. (2017). OLAHRAGA DALAM PANDANGAN ISLAM. *JURNAL OLAHRAGA INDRAGIRI*, 1(1), 1-14.

- Kostiukevych, V. (2018). Modeling of the athletic training process in team sports during an annual macrocycle. *Journal of Physical Education and Sport*, 18, 327–334. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.s144>
- Lessley, D. J. (2018). Video Analysis of Reported Concussion Events in the National Football League During the 2015-2016 and 2016-2017 Seasons. *American Journal of Sports Medicine*, 46(14), 3502–3510. <https://doi.org/10.1177/0363546518804498>
- Mack, C. D. (2021). Epidemiology of Concussion in the National Football League, 2015-2019. *Sports Health*, 13(5), 423–430. <https://doi.org/10.1177/19417381211011446>
- Mamik. (2015). *Metodologi Kualitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publisher.
- McGuckian, T. B. (2020). The association between visual exploration and passing performance in high-level U13 and U23 football players. *Science and Medicine in Football*, 4(4), 278–284. <https://doi.org/10.1080/24733938.2020.1769174>
- Mclean, S. (2019). Integrating communication and passing networks in football using social network analysis. *Science and Medicine in Football*, 3(1), 29–35. <https://doi.org/10.1080/24733938.2018.1478122>
- Oppici, L. (2018). The influence of a modified ball on transfer of passing skill in soccer. *Psychology of Sport and Exercise*, 39, 63–71. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.07.015>
- Putra, D. D. (2021). The effect of game analytical game (Gag) to increase basic skill shooting soccer player 6-9 years old. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(4), 609–614. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090401>
- Rodriguez-Giustiniani, P. (2019). Ingesting a 12% carbohydrate-electrolyte beverage before each half of a soccer match simulation facilitates retention of passing performance and improves high-intensity running capacity in academy players. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 29(4), 397–405. <https://doi.org/10.1123/ijsnem.2018-0214>
- Rustanto, H. (2017). Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Sepakbola Dengan Kaki Bagian Dalam Menggunakan Metode Bermain. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 21-32.
- Santoso, N. (2014). Tingkat Keterampilan Passing Stopping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 10,(November), 40–48.
- Sarmento, H. (2018). What Performance Analysts Need to Know About Research Trends in Association Football (2012–2016): A Systematic Review. *Sports Medicine*, 48(4), 799–836. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0836-6>
- Sheehan, W. B. (2023). A holistic analysis of collective behaviour and team performance in Australian Football via structural equation modelling. *Science and Medicine in Football*, 7(1), 64–73. <https://doi.org/10.1080/24733938.2022.2046286>
- Sudjana, 2014. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Urban, J. E. (2019). Evaluation of head impact exposure measured from youth football game plays. *Journal of Neurosurgery: Pediatrics*, 24(2), 190–199. <https://doi.org/10.3171/2019.2.PEDS18558>

- 
- Utomo, N. P., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing Dalam Sepak Bola. *Crating Productive and Upcoming Sport Education Profesional Hmzanwadi University*, 87-94.
- Wood, G. (2021). Testing the construct validity of a soccer-specific virtual reality simulator using novice, academy, and professional soccer players. *Virtual Reality*, 25(1), 43–51. <https://doi.org/10.1007/s10055-020-00441-x>
- Yi, Q. (2019). Technical and physical match performance of teams in the 2018 FIFA World Cup: Effects of two different playing styles. *Journal of Sports Sciences*, 37(22), 2569–2577. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1648120>