

## **PENGARUH PERMAINAN 4-2 KUCNG-KUCINGAN SATU SENTUHAN DAN DUA SENTUHAN TERHADAP KEMAMPUAN KETEPATAN PASSING PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL**

**Bima Candra Sinaba<sup>1</sup>, Utvi Hinda Zhannisa<sup>2</sup>, Ibnu Fatkhu Royana<sup>3</sup>**

<sup>123</sup> PJKR Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan  
Universitas PGRI Semarang  
Email : [bima.sinaba@gmail.com](mailto:bima.sinaba@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini menggunakan *quasy eksperimental design*, dengan pengambilan sampel dilakukan dengan *simple random sampling* yang kemudian dibagi menjadi dua kelompok menggunakan rumus *ab-ba* yaitu, kelompok permainan 4-2 satu sentuhan dan 4-2 dua sentuhan dengan jumlah enam anak dalam permainan 4-2 satu sentuhan dan enam anak permainan 4-2 dua sentuhan. Dan Teknik analisis data dengan menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis dan *indepndet t-test* yang diolah menggunakan aplikasi SPSS 17. Hasil penelitian ini diperoleh dengan hasil analisis kemampuan ketepatan *passing* dengan permainan 4-2 satu sentuhan nilai  $t_{hitung}$  lebih besar dibandingkan nilai  $t_{tabel}$  ( $4.392 > 4.032$ ) dengan nilai signifikansi sebesar 0.007 lebih kecil dari 0.05 ( $0.007 < 0.05$ ) dan presentase peningkatan sebesar 18.75%. Dan dengan permainan 4-2 dua sentuhan nilai  $t_{hitung}$  lebih besar dibandingkan  $t_{tabel}$  ( $3.841 > 3.365$ ) dengan nilai signifikansi 0.012 lebih kecil dari 0.05 ( $0.012 < 0.05$ ) dengan presentase peningkatan sebesar 20.44%. Hipotesis perbandingan perbedaan antara kedua latihan dengan nilai signifikansi 4-2 satu sentuhan sebesar 0.440 lebih besar dari 0.05 ( $0.440 > 0.05$ ) dan nilai signifikansi 4-2 dua sentuhan sebesar 0.442 lebih besar dari 0.05 ( $0.442 > 0.05$ ). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan 4-2 satu sentuhan dan dua sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pemalang. Dan kedua latihan tidak terdapat perbedaan yang signifikan, latihan yang lebih efisien digunakan adalah permainan 4-2 dua sentuhan.

Kata Kunci: Permainan 4-2, Ketepatan *Passing*, Futsal

### **ABSTRACT**

This study uses *quasy experimental design*, with *simple random sampling* taken and then divided into two groups using the *ab-ba* formula, namely 4-2 one touch game groups and 4-2 two touches with six children in 4-2 games one touch and six children's games 4-2 two touches. And data analysis techniques using normality test, homogeneity test, hypothesis testing and independent t-test which are processed using the SPSS 17 application. The results of this study were obtained by the results of the analysis of the ability of passing accuracy with 4-2 one-touch games, the t-count value was greater than the value of the table ( $4,392 > 4,032$ ) with a significance value of 0.007 smaller than 0.05 ( $0.007 < 0.05$ ) and the percentage increase was 18.75%. And with a 4-2 two-touch game the value of tcount is greater than ttable ( $3,841 > 3,365$ ) with a significance value of 0.012 smaller than 0.05 ( $0.012 < 0.05$ ) with a percentage increase of 20.44%. The comparison hypothesis is the difference between the two exercises with a one-touch 4-2 significance value of 0.440 greater than 0.05 ( $0.440 > 0.05$ ) and a two-touch 4-2 significance value of 0.442 greater than 0.05

(0.442 > 0.05). Based on these results it can be concluded that there is an influence of 4-2 one-touch and two-touch games on the accuracy of passing abilities of futsal extracurricular students of SMA Negeri 3 Pematang. And the two exercises there were no significant differences, the more efficient exercise used was the 4-2 two touch game.

Keywords: 4-2 Game, Passing Accuracy, Futsal

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas yang memiliki tujuan tertentu, seperti melatih tubuh untuk kesehatan jasmani maupun rohani. Olahraga, tentu kita tahu biasanya sering dilakukan saat memiliki waktu senggang ataupun kebiasaan aktivitas yang harus dilakukan baik di rumah maupun di sekolah. Dengan olahraga rutin menurut kapasitas tubuh kita atau menurut aturan yang dianjurkan dapat memiliki manfaat untuk menjaga kesehatan tubuh, karena saat berolahraga metabolisme dalam tubuh dapat berjalan lancar. Olahraga bisa dilakukan orang dewasa, anak-anak hingga lanjut usia selagi masih mampu. Olahraga juga telah menjadi bagian hidup masyarakat baik di perkotaan maupun pedesaan.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional setiap warga negara mempunyai hak yang sama seperti pada pasal 1 ayat 1, yaitu Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan. Dan pasal 1 ayat 4, yaitu olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial.

Menurut Giri Wiarto (2015 : 1) olahraga terdapat macam-macam cabang olahraga yang bisa dipilih dan berkomitmen untuk menekuninya. Ada olahraga modern yang cara dan aturannya akan berbeda dengan olahraga tradisional yang masih minim baik dari tat cara bermain dan aturan-aturannya. Ada juga olahraga yang dirancang dan dilakukan untuk melatih kondisi fisik atau otot

para pelakunya, ada pula yang dibuat untuk menstimulasi kesegaran rohani atau psikis dan merancang kerja otak.

Aktivitas olahraga seharusnya menjadi hal yang wajib dilakukan, karena olahraga itu sebagai suatu aktivitas yang menyehatkan tubuh untuk selalu sehat dan aktif. Olahraga memiliki berbagai cabang yang sering di lombakan yaitu, atletik, permainan bola, seni bela diri, dan berenang. Pada cabang permainan bola terdapat dua jenisnya yaitu, permainan bola besar dan permainan bola kecil. Permainan bola besar ada berbagai macam olahraga yang dimainkan seperti, bola voli, bola basket, sepakbola dan futsal.

Menurut Juniorsyah (2017) Futsal berasal dari bahasa Spanyol, merupakan gabungan dari dua kata yaitu "*futbol* dan *sala*". *Futbol* yang berarti sepakbola, dan *sala* yang berarti ruangan. Futsal merupakan sepakbola yang dimainkan di dalam ruangan. Futsal sangat diminati oleh berbagai kalangan di zaman ini. Banyak orang memainkan olahraga ini untuk prestasi maupun rekreasi. Menurut Prakoso (2013) Olahraga futsal merupakan salah satu olahraga yang permainannya didasari dari olahraga sepak bola, namun perbedaan dengan sepak bola adalah karena futsal dimainkan oleh beberapa orang saja dan di tempat atau lapangan yang relatif lebih kecil dari lapangan sepak bola. Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan dengan kaki. Selain lima pemain utama, setiap tim juga diperbolehkan memiliki pemain cadangan. Dalam maksud lain futsal juga merupakan jenis sepak bola tertutup yang secara resmi disahkan oleh Badan Perkumpulan Antar Negara Sepak Bola,

*Fédération Internationale de Football Association* (FIFA). Futsal adalah suatu bentuk permainan bola yang dimainkan oleh dua regu atau tim yang setiap regu atau tim mempunyai anggota lima orang. Tujuan dari permainan futsal adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawang sendiri jangan sampai memasukkan bola dari lawan. (Sukirno, 2010:1). Setelah beberapa tahun eksis, futsal semakin terorganisasi, dan FIFA pun tertarik. Karena bagaimanapun juga futsal turut memajukan industri sepak bola internasional. Pada tahun 1989, *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) secara resmi memasukkan futsal sebagai salah satu bagian dari sepak bola dan FIFA juga mengambil alih penyelenggaraan kejuaraan dunia futsal. (Andri Setyawan, 2010 : 5). Saat ini futsal sudah sangat berkembang. Penggemar olahraga tersebut dapat dijumpai di berbagai daerah, khususnya perkotaan. Pertandingan pun semakin marak dilaksanakan, baik tingkat regional maupun nasional. (Justinus Lhaksana dan Ishak H. Pardosi, 2008 : 22). Pada saat ini, olahraga futsal sudah berkembang di berbagai kota maupun daerah. Awal munculnya olahraga futsal di berbagai kota besar ini adalah sebagai kebutuhan orang-orang kota untuk melakukan olahraga sepakbola yang sangat populer, namun karena keterbatasan prasarana olahraga sepakbola, oleh karena itu sebagai solusinya adalah melakukan aktifitas olahraga sepakbola didalam ruangan atau futsal. Futsal merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh kedua tim dalam setiap pertandingannya, masing-masing terdiri dari lima orang pemain, salah satu diantaranya adalah penjaga gawang. Spesifikasi lapangan dan bola pada regulasi permainan futsal berbeda dengan sepakbola. Lapangan yang digunakannya pun lebih kecil daripada sepakbola konvensional. Dengan ukuran yang lebih kecil dan dengan pemain yang lebih sedikit, permainan futsal lebih cenderung dinamis dan lebih membutuhkan kebugaran yang baik dari pemainnya (Lhaksana,2012). Unsur-unsur kebugaran meliputi kecepatan, daya ledak, kekuatan otot, daya tahan, kelenturan ,keseimbangan, ketepatan,

koordinasi, tenaga dan kelincahan. Serta teknik dasar futsal yang harus dikuasai oleh setiap pemain futsal ada enam macam ,yaitu mengolah bola, menggiring bola atau *dribbling*, menendang bola atau *passing*, menghentikan bola , menyudul bola dan teknik penjaga gawang. (Sukirno, 2010 : 4-12).

Permainan futsal adalah permainan tim yang memerlukan kerjasama antarlini dan bukan permainan individu yang menonjolkan perorangan, teknik setiap pemain dapat digabungkan dalam sebuah tim maka akan dapat menutupi kekurangan tim lainnya (Sukirno, 2010 : 26). *Passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan dan harus dikuasai oleh setiap pemain futsal, karena dengan lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang cepat ,keras dan akurat, karena bola yang mengalir sejajar dengan tumit pemain,sebab hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing*.

Berdasarkan observasi di ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pemalang pada tanggal 23 Maret 2019 dijumpai mengenai masalah mereka saat bermain futsal kurang tenang saat menguasai bola seperti kurang kemampuan *passing* antar pemain, sering salah *passing* dan tidak berusaha mencari ruang setelah melakukan *passing*, serta mereka hanya mengandalkan *shooting* jarak jauh yang kurang efektif. Di samping itu, saya sering berlatih bersama siswa-siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal, saya juga pernah mendampingi mereka mengikuti turnamen sehingga saya mengetahui kekurangan dan kelebihan mereka dalam bermain futsal.

Ada berbagai macam teknik latihan untuk meningkatkan ketepatan *passing* dalam futsal antara lain latihan menendang ke sasaran tertentu, latihan menendang dengan sasaran orang (Sukirno,2010 : 7) dengan cara melakukan permainan kucing-kucingan dengan formasi 4-1 atau 4-2 dengan sekali sentuh maupun dua kali sentuhan, yang bertujuan agar pemain lebih siap dan tepat saat melakukan *passing* serta dapat meningkatkan kerjasama antar individu pemain.

Latihan permainan 4-2 (kucing-kucingan) sekali sentuh dan dua kali sentuh menarik untuk dijadikan penelitian dengan hasil observasi saya diekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 3 Pemalang, sebagai berikut : Tiga siswa non kategori, lima siswa kategori kurang, tiga siswa kategori cukup dan satu siswa kategori baik.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan bentuk *pretest – posttest two group desain* dan menggunakan metode kuantitatif.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pemalang yang berjumlah 16 siswa. Peneliti ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Adapun sampel yang digunakan adalah siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pemalang sebanyak 12 siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes. Tes yang digunakan adalah tes penilaian kemampuan ketepatan *passing* yang merujuk pada *instrument test* oleh Sukatamsi (1984 : 254) yaitu:

1. Pelaksanaan tes *passing* dilaksanakan di lapangan dengan bola diam terletak dibawah atau lantai futsal
2. Bola ditendang dengan kaki bagian dalam ke arah sasaran lebar satu meter
3. Jarak tempat menendang dengan sasaran 10 meter
4. Kesempatan menendang sebanyak sepuluh kali, lima kali menggunakan kaki kanan, lima kali menggunakan kaki kiri.

Dengan penilaian jumlah bola yang masuk ke dalam sasaran dibagi menjadi tiga yaitu : 4 artinya jumlah 4 dan 5 (kurang), 6 artinya jumlah 6 dan 7 (cukup), dan 8 artinya jumlah 8, 9, dan 10 (baik). Proses pengumpulan data dilakukan sebanyak 2 kali yaitu pada awal penelitian (*pretest*) dan akhir penelitian (*posttest*).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan analisis uji-t yang diolah dengan bantuan *software* SPSS 17. Sebelum diadakan

pengujian dalam uji-t, terdapat uji prasyarat. Uji prasyarat bertujuan untuk mengetahui apakah data yang dianalisis memenuhi syarat untuk dilakukan analisis data dan pengujian hipotesis. Setelah semua uji prasyarat dilakukan, langkah selanjutnya adalah analisis uji-t. Uji-t dilakukan untuk mengetahui atau tidaknya peningkatan kemampuan ketepatan *passing* siswa putra ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pemalang setelah diberikan *treatment* atau perlakuan. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji ini biasanya digunakan untuk mengukur data berskala ordinal, interval, ataupun rasio. Jika analisis menggunakan metode parametris, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi, yaitu data berasal dari distribusi yang normal. Jika data tidak berdistribusi normal, atau jumlah sampel sedikit dan jenis data adalah nominal atau ordinal maka metode yang digunakan adalah statistic non parametris. Dalam pembahasan ini akan digunakan uji *One Sample Kol-mogorov-Smirnov* dengan menggunakan taraf signifikansi 0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05 (Sugiyono, 2018:228-233). Selanjutnya uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dalam variabel x dan y bersifat homogen atau tidak, dan menjelaskan mengenai sama atau tidaknya variansi-variansi dua buah distribusi atau lebih. Pengujian homogenitas menggunakan *one-way ANNOVA* dilakukan dengan bantuan *software* komputer SPSS 17. Uji-t dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan dari *pretest* dan *posttest* berdasarkan nilai signifikansi dengan SPSS yaitu jika nilai probabilitas atau *sig.(2-tailed)* < 0.05 dan jika  $T_{hitung} > T_{tabel}$ . Selanjutnya tahap akhir uji-t independen dilakukan untuk mengetahui signifikansi perbedaan antara variabel yang digunakan berdasarkan nilai signifikansi dengan SPSS dengan SPSS yaitu jika nilai *sig.(2-tailed)* < 0.05.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan permainan 4-2 satu sentuhan dan permainan 4-2 dua sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing* siswa putra ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 3 Pematang. Hasil penelitian permainan 4-2 satu sentuhan menunjukkan peningkatan sebesar 18.75% dengan nilai signifikansi 0.007 lebih kecil dari 0.05 ( $\text{sig.} = 0.007 < 0.05$ ) maka dapat diambil kesimpulan ada pengaruh latihan permainan 4-2 satu sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing*. Kemudian hasil dari latihan permainan 4-2 dua sentuhan menunjukkan peningkatan sebesar 20.44% dengan nilai signifikansi 0.012 lebih kecil dari 0.05 ( $\text{sig.} = 0.012 < 0.05$ ) dapat disimpulkan juga bahwa ada pengaruh latihan permainan 4-2 dua sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing*.

Terdapat perbandingan antara latihan permainan 4-2 satu sentuhan dan permainan 4-2 dua sentuhan dengan peningkatan latihan yang berbeda. Latihan permainan 4-2 satu sentuhan meningkat sebesar 18.75%, sedangkan latihan permainan 4-2 dua sentuhan meningkat sebesar 20.44%, perbandingan kedua latihan ini tidak terlalu signifikan yaitu hanya berbeda 1.69%. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa latihan permainan 4-2 satu sentuhan dan permainan 4-2 dua sentuhan sama-sama mempunyai pengaruh terhadap kemampuan ketepatan *passing* futsal namun menurut perhitungan statistik latihan permainan 4-2 dua sentuhan lebih efisien daripada latihan permainan 4-2 satu sentuhan.

Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh metode latihan permainan 4-2 satu sentuhan dan dua sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing* pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pematang. Subjek penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pematang sebanyak 12 siswa. Adapun urutan kegiatan yang dilakukan peneliti adalah: (1) pengambilan data *pretest* untuk mengetahui kemampuan awal pemain sebelum diberikan perlakuan penelitian, *pretest* dilakukan dengan cara semua pemain yang menjadi

sampel melaksanakan tes penilaian ketepatan *passing* menurut Sukatamsi (1984 : 254). (2) pemberian perlakuan dengan cara melakukan latihan dengan metode latihan permainan 4-2 satu sentuhan dan 4-2 dua sentuhan.(3) dan kemudian yang terakhir mengambil data *posttest* dengan cara seperti *pretest*, yaitu dengan melaksanakan tes penilaian ketepatan *passing* menurut Sukatamsi (1984 : 254).

Berdasarkan analisis uji t yang dilakukan maka dapat diketahui uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 atau  $P > 0,05$ . Sebaliknya jika nilai lebih kecil dari 0,05 atau  $P < 0,05$  maka data tidak berdistribusi normal. Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dalam variabel x dan y bersifat homogen atau tidak, dan menjelaskan mengenai sama atau tidaknya variansi-variansi dua buah distribusi atau lebih. Berdasarkan uji hipotesis memberikan pengaruh yang signifikan.

Berdasarkan tabel nilai rata-rata (*mean*) dari jumlah *passing* kelompok eksperimen I dengan menggunakan latihan permainan 4-2 satu sentuhan untuk *pre test* 4.33 dan *post test* 5.83, maka secara kualitas ada pengaruh yang berarti terhadap kemampuan ketepatan *passing* siswa putra ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pematang. Dan dilihat dari tabel nilai rata-rata (*mean*) dari jumlah *passing* kelompok eksperimen II dengan menggunakan latihan permainan 4-2 dua sentuhan untuk *pre test* 4.83 dan *post test* 6.67 maka secara kualitas ada pengaruh yang berarti terhadap kemampuan ketepatan *passing* siswa putra ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pematang. Serta secara kuantitas juga ada pengaruh latihan permainan 4-2 menggunakan satu sentuhan dan dua sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing* siswa putra ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pematang karena nilai masing-masing rata-rata (*mean*) *posttest* > *pretest*.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan latihan permainan 4-2 satu sentuhan dan permainan 4-2 dua sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 3 Pematang. Hal ini ditunjukkan dari hasil penelitian sebagai berikut : 1) Ada pengaruh latihan permainan 4-2 satu sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal meningkat sebesar 18.75%.; 2) Ada pengaruh latihan permainan 4-2 dua sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal meningkat sebesar 20.44%; 3) Berdasarkan uji hipotesis perbandingan, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara latihan permainan 4-2 satu sentuhan dan dua sentuhan terhadap kemampuan ketepatan *passing*, namun latihan 4-2 dua sentuhan lebih efektif dengan menghasilkan nilai yang lebih besar, dengan presentase 20.44%. Sedangkan latihan 4-2 satu sentuhan hanya 18.75%, jadi latihan 4-2 dua sentuhan lebih baik daripada latihan 4-2 satu sentuhan dalam meningkatkan kemampuan ketepatan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andika, Atiq, A. dan Kaswari. (2018). "Pengaruh Model Permainan Terhadap Hasil Passing Sepak Bola Pada Kelas VIIIA SMP Negeri 4 Sambas" Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa. 7 (3) 1-12.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Halim, S. (2009). *1 Hari Pintar Main Futsal*. Yogyakarta : Media Presindo.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: CV.Kesuma.
- Jalson. (2015). *Learn Futsal : The Futsal Dribble*. Diambil dari: <http://carlislefutsal.com/newsreel/learn-futsal-the-futsal-dribble/>. (29 Juli 2019).
- Juniarsyah, Agung Dwi, Tommy Apriantono, I Ketut Adnyana. 2017. Karakteristik Fisiologi Pemain Futsal Profesional dalam Dua Pertandingan Berturut-Turut. *Jurnal Sains Keolahragaan & Kesehatan*, Vol. II, No. 2, Hal. 31-37. Tersedia Pada: <http://journals.itb.ac.id/index.php/jskk/article/download/9739/3714>.
- Kahansyah, I, Subarjah, H. Dan Supriyadi T. (2018). *Pengaruh Modifikasi Permainan Kucing-Kucingan Terhadap Kemampuan Passing Pada Permainan Sepak Bola*". *Jurnal Sportive*. 1 (1) 21-30.
- Kurniawan, F & Tri, H.K. (2010). "Ekstrakurikuler Sebagai Wahana Pembentukan Karakter Siswa Di Lingkungan Pendidikan Sekolah" *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Kusuma, S. (2013). "Model Latihan Permainan 4-1 Menggunakan DuaSentuhan dan Satu Sentuhan Terhadap Kemampuan Melakukan Ground Passing Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB UNDIP Semarang KU-13 Tahun2013". Skripsi. Semarang : Universitas Negeri Semarang. Tidak Diterbitkan.
- Lhaksana, J & Pardosi, I.H (2008). *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Jakarta: Raih Asa Sukses.
- Munyanthi, Dhaifinia. (2017). *Manfaat Bermain Kucing-Kucingan Dalam Latihan Sepak Bola*. Diambil dari: <http://scdc.binus.ac.id/sepakbola/2017/02/manfaat-bermain-kucing-kucingan->

- dalam-latihan-sepakkbola/. (29 Juli 2019)
- Murdiono, A.S, Saptani, E dan Suherman ,A. (2018). “*Meningkatkan Gerak Dasar Mengoper dan Mengontrol Bola Futsal Melalui Permainan Pos ke Pos*”. Jurnal Sportive. 1 (1) 151-160.
- Prakoso, Drajat Bagus, Hadi Setyo Subiyono, Setya Rahayu. 2013. Minat Bermain Futsal di Jenis Lapangan Vinyil, Parquette, Rumput Sintetis dan Semen pada Pengguna Lapangan di Semarang. Journal of Sport Sciences and Fitness Vol. 2 No. 2 Hal. 14-15. Tersedia Pada: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>.
- Purwoko, A.H. (2015). “*Pengaruh Penerapan Model Bermain Peran Terhadap Hasil Belajar Passing Sepak Bola SDN Kepanjen 2 Jombang*”. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. 2 (3) 473-378.
- Presiden RI. (2005). *Sistem Keolahragaan Nasional*. Undang- Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005.
- Sarwono. (1999). *Ilmu Kebidanan Edisi III*. Jakarta : Yayasan Bina Putaka.
- Setyawan, A. (2010). *Teknik Permainan Futsal*. Jakarta Selatan : Sunda Kelapa Pustaka.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Sukatamsi. (1984). *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Solo : Tiga Serangkai.
- Sukirno. (2010). *Belajar Bermain Futsal*. Depok : Arya Duta.
- Sukmadinata, N.S. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Syafrizal, R, Suherman, A dan Saptani, E. (2018). “*Pengaruh Permainan Sepakbola Kucing-Kucingan Terhadap Passing Dan Control Dalam Sepakbola*”. Jurnal Sportive. 1 (1) 621-630.
- Wiarto, G. (2015). *Olahraga Dalam Perspektif, Politik, Ekonomi, IPTEK dan Hiburan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Wibowo, Y.A & Andriani, F.D. (2015). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah*. Yogyakarta : UNY Press.