



Pengaruh Metode Passing Triangle dan Metode Small Side Game Terhadap Ketepatan Passing Siswa Akademi Sepak Bola Satria Kencana Serasi Ku

Andikha Alafgani^{1✉}, Tri Rustiadi²

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia¹²

History Article

Received : 12 January 2021

Accepted : February 2021

Published : June 2021

Keywords

Passing; Triangle Method; Football; Small Side Method, Sports.

Abstract

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh metode passing triangle dan small side game terhadap Ketepatan Passing Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen kuantitatif menggunakan metode angket penilaian. Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 responden dengan menggunakan teknik total sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh metode Passing Triangle Terhadap Ketepatan Passing Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020, ada pengaruh metode Small Side Game Terhadap Ketepatan Passing Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020, dan tidak ada perbedaan metode Passing Triangle dan Small Side Game Terhadap Ketepatan Passing Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020. Peneliti memiliki saran agar pelatih dapat memberikan metode latihan small sided games dan metode latihan passing triangle untuk meningkatkan teknik dasar passing siswa..

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of the passing triangle and small side game methods on the Passing accuracy of Satria Kencana Serasi Academy students. 14 years old, Semarang Regency in 2020. This research is a quantitative experimental research using the assessment questionnaire method. The sample in this study amounted to 30 respondents using total sampling technique. The results of this study indicate that there is an effect of the Passing Triangle method on the Passing Accuracy of 14 year old Satria Kencana Serasi Academy students in Semarang Regency in 2020, there is an effect of the Small Side Game method on the Passing Accuracy of Satria Kencana Serasi Academy students aged 14 years, Semarang Regency in 2020, and no differences in the method of Passing Triangle and Small Side Game on the Accuracy of Passing Students of the 14 year old Satria Kencana Serasi Academy Semarang Regency in 2020.

How To Cite:

Alafgani, A., & Rustiadi, T., (2021). Pengaruh Metode Passing Triangle dan Metode Small Side Game Terhadap Ketepatan Passing Siswa Akademi Sepak Bola Satria Kencana Serasi Ku. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 78 – 83.

✉ Corresponding author :

E-mail: Andikhaalafgani23@gmail.com

© 2021 Universitas Negeri Semarang
p-ISSN 2723-6803
e-ISSN-

PENDAHULUAN

Perkembangan dunia olahraga semakin berkembang dan tumbuh semakin pesat, bisa dilihat dari tingkat antusias masyarakat yang menggemari olahraga begitu banyak biasanya masyarakat melakukan aktivitas olahraga pada pagi hari maupun sore hari, olahraga bisa dimainkan mulai dari kalangan anak-anak, dewasa, maupun tua. Menurut pendapat Hadi (2007:1) tujuan olahraga itu sendiri memiliki banyak sekali tergantung pada kondisi, situasi dan kebutuhan masing-masing misalnya untuk mencapai prestasi, menjaga kesehatan, ataupun untuk proses penyembuhan dan rekreasi untuk pendidikan. Pertandingan sepakbola terdiri dari dua tim kesebelasan yang team tersebut terdiri dari 11 pemain utama yang berada dilapangan, bisa dimainkan dengan seluruh anggota tubuh kecuali tangan yang hanya diperbolehkan untuk seorang penjaga gawang pada daerah kotak penalti.

Kelly (2009) berpendapat bahwa sepakbola merupakan olahraga yang dimainkan dengan cara menyepak maupun menendang bola dari teman satu ke teman lainnya, tujuan dari sepakbola ialah untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan, sehingga team tersebut mendapatkan nilai skor tertinggi untuk memenangkan pertandingan. Sepak bola merupakan olahraga tim yang memerlukan kerja sama untuk menyuguhkan permainan menarik dan mendapatkan kemenangan. Seperti yang diutarakan oleh Yasriuddin (2012), sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh maksimal sebelas orang termasuk penjaga gawang dimana masing-masing regu bertujuan memasukkan bola ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya terhindar dari kemasukan gol oleh pemain lawan.

Pertandingan sepakbola terdiri dari dua tim yang masing-masing tim tersebut beranggotakan 11 pemain utama dengan waktu normal 2x45 menit, dimainkan diatas lapangan yang berukuran kurang lebih panjang 100 meter dan lebar 65-70 meter, Owen (2014:8). Dalam permainan sepakbola setiap tim memiliki tujuan yang sama yaitu mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan untuk memperoleh kemenangan. Setiap tim biasanya memiliki strategi tersendiri untuk memperoleh kemenangan baik strategi bertahan maupun strategi menyerang, Bertahan sebaik mungkin dan menyerang untuk memperoleh gol demi terciptanya suatu kemenangan bagi tim tersebut, pada dasarnya olahraga ini bagi pemain harus memiliki kualitas individu yang

baik meliputi, (1) teknik individu (2) mental (3) pengertian pemain yang baik (4) dan fisik mendukung, Scheuneman (2005:33). Sepakbola sejatinya memiliki tujuan dan manfaat antara lain sebagai sarana hiburan, pendidikan, melatih kerja sama tim dan prestasi. Artinya olahraga ini sangat membutuhkan individu antar pemain yang baik, kerja sama yang baik, kekompakan tim untuk hal tersebut bisa tercapai maka kualitas individu sangat dibutuhkan, pemain harus dituntut untuk menguasai teknik dasar dengan baik dan benar. Adapun menurut Santoso (2014:42) teknik adalah kemampuan seseorang pemain untuk melahirkan pola pikir yang efektif dan efisien untuk itu teknik yang harus dimiliki yaitu teknik tanpa bola dan teknik menggunakan bola, teknik menggunakan bola meliputi teknik menendang (kicking), mengontrol bola (stopping), menggiring bola (dribbling), menyundul bola (heading), lemparan kedalam (throw-in), merampas (tackling), dan menjaga gawang (goal keeping)

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang menggunakan kaki sepenuhnya untuk itu ada beberapa teknik yang harus diperhatikan dalam bermain sepakbola yaitu penguasaan bola yang baik dan ketrampilan dasar dalam sepakbola, teknik dasar pada permainan sepakbola merupakan komponen utama yang sangat penting salah satu diantaranya adalah passing (Michailidis, 2013). Passing merupakan teknik yang penting karena menghubungkan dari teman satu team ke teman lainnya dan merupakan teknik yang utama untuk proses menyerang. Menurut pendapat Risyanto & Haris (2018) menggerakkan (passing) dengan cepat dapat menciptakan ruang yang terbuka untuk berpeluang mencetak gol lebih banyak lagi, jika dapat melakukan passing dengan ketepatan yang tinggi. Maka dari itu passing merupakan teknik menendang bola menggunakan kaki untuk memberikannya ke teman satu team bisa dikatakan passing yang baik adalah ketika mengoper bola ke teman satu tim bisa menerimanya dengan baik dan mudah dikontrol. Mengoper bola dan menempatkan posisi yang baik merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam permainan sepakbola, Salim (2008:85), dengan demikian kerja sama antar pemain harus berjalan dengan baik.

Sejak zaman dulu sampai sekarang sepakbola mempunyai prinsip dasar yang tidak berubah yaitu prinsip menyerang dan prinsip bertahan, akan tetapi semakin berkembangnya zaman sepakbola saat ini menggunakan gaya sepakbola modern (Clemente, 2014). Dalam buku Nugraha (2013:16) mengutarakan bahwa

semula penguasaan bola dari permainan yang semula menggiring bola dan menghindari merupakan faktor utama dan sangat penting kegunaan saat mengoper bola diantara sesama pemain dapat membantu dalam permainan tersebut menjadi lebih berkembang. Di negara eropa banyak yang sudah menggunakan gaya perminan bola cepat mengoper bola lebih efisien atau efektif dibandingkan dengan menggiring bola (Atiq, 2011).

Tim yang efektif merupakan tim yang mampu memanfaatkan ruang dengan baik artinya tim tersebut mampu mengoper bola di ruang yang kosong dan tidak terjaga oleh lawan sehingga dapat membuka ruang untuk menyerang (Sadik, 2016). Passing atau mengoper bola merupakan seni memindahkan bola dari satu pemain satu ke pemain lainnya, ketika passing dilakukan dengan ketepatan yang tinggi dan akurasi yang sangat baik maka peluang bagi tim tersebut dalam proses menyerang sangat terbuka, sedangkan ketepatan adalah kemampuan seseorang dalam mengoper bola sesuai target yang akan dituju bagi pemain tersebut. Pada umumnya setiap pemain harus terlibat dalam permainan artinya ketika pemain tersebut menguasai bola maka harus mendapatkan dukungan dari teman satu tim lainnya sehingga pergerakan tanpa bola dapat membantu untuk membuka ruang sehingga muncul suatu peluang, pemain harus mempunyai visi atau tujuan dalam bermain sentuhan pertama harus baik saat mengontrol bola (Joo, 2016). Artinya permainan sepakbola sangat mengutamakan permainan tim, sehingga pemain satu ke teman satu tim lainnya sangat bergantung satu sama lain, kerja sama tim yang baik dan individu yang baik sangat dibutuhkan dalam permainan ini, pemain harus bisa menempatkan posisi dengan baik untuk menciptakan ruang dan bisa menyerang sebaik mungkin oleh karena itu kemampuan individu yang baik merupakan faktor pendukung yang utama.

Menurut Gibson (2000: 7) yang menyatakan "Sepakbola adalah permainan passing dan running", dari pola yang sukar diramalkan dan selalu 4 berubah-ubah menuntut kesadaran tinggi dari semua pemain dan menuntut suatu kemampuan untuk membuat keputusan yang tepat dan bertindak cepat tanpa menunda-nunda.

Dalam perkembangannya sepakbola saat ini menuntut pemain untuk lebih cepat dalam mengoper bola, sepakbola modern banyak mengandalkan dari kaki ke kaki dengan cepat dan tepat. Joo, (2016) berpendapat bahwa sepakbola merupakan olahraga yang banyak

kemungkinan melakukan kesalahan, dari kesalahan tersebut maka pemain bisa belajar dan dijadikanya sebagai suatu proses pembelajaran. Dalam sepakbola kerja sama tim yang baik dan gabungan dari setiap individu yang menguasai beberapa gabungan teknik seperti teknik menggiring, mengumpan bola ataupun shooting serta strategi menyerang maupun bertahan. Untuk itu small side game dirancang untuk pemain untuk terbiasa kedalam pertandingan yang sesungguhnya.

Pada saat ini sepakbola tidak hanya sebagai sarana hiburan maupun kebugaran saja saat ini sepakbola juga bisa dijadikan suatu pembelajaran serta olahraga prestasi. Dalam buku Hadi (2007:1) berpendapat bahwa orang yang berolahraga memiliki tujuan untuk pretestasi, dalam menjalankan program kegiatannya tersebut biasanya didampingi oleh orang yang lebih ahli dan terstruktur dalam menjalankan program tersebut agar tercapainya sebuah prestasi. Latihan adalah suatu proses kegiatan yang sistematis terprogram dengan baik dilakukan dengan jangka yang panjang dan bertahap untuk meningkatkan kemampuan untuk lebih baik lagi, bertujuan untuk membentuk manusia yang berfungsi fisiologis dan psikologisnya untuk memenuhi tuntutan tugas atau penampilanya saat dilapangan, Bompa dalam Sigit Nugroho (2007). Pemain yang memiliki individu yang baik maka dengan cara memperhatikan porsi latihan dan program latihan yang diberikan pelatih dengan baik. Tanpa latihan yang teratur dan sesuai program maka pemain tidak bisa membiasakan dengan situasi yang sesungguhnya dan pemain tidak bisa membiasakan diri akan tekanan ketika pertandingan sesungguhnya, maka peneliti ingin melakukan pendekatan tentang metode passing triangle dan metode *small side game*.

Passing triangle merupakan metode dalam bentuk latihan dengan menggunakan pola dasar dalam bentuk segitiga dengan jarak lintasan yang berbeda antar sudutnya (Roni & Harris, 2018). Dalam bentuk latihan ini pemain dituntut untuk bergerak keruang yang kosong, saat pemain mengoper bola maka pemain tersebut harus memberikan umpan ke sudut yang kosong dan pemain yang tidak membawa bola juga harus berlari menempatkan ke sudut yang kosong supaya pemain yang membawa bola bisa memberikan umpan ke pemain yang tidak membawa bola (Jovanic, 2011). Sedangkan metode small side game merupakan metode dalam bentuk latihan seperti permainan pertandingan sesungguhnya, pemain dituntut untuk memberikan umpan dengan tepat dan segera

mungkin untuk mencari ruang yang kosong supaya bisa mendapatkan umpan kembali dan bisa menguasai permainan, namun metode ini memiliki tingkat kesulitan yang sangat besar pemain harus cepat dalam mengambil keputusan dan komunikasi antar pemain harus berjalan dengan baik agar dapat menguasai jalannya pertandingan.

METODE

Penelitian akan menggunakan pendekatan eksperimen pola *matching by subyek design*. Penelitian ini menggunakan metode angket penilaian *passing* untuk pengambilan data. Metode tersebut digunakan untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan. Lokasi penelitian ini di Akademi Sepak Bola yang ada di Kabupaten Ungaran dengan nama sekolah Akademi Satria Kencana Serasi. Variabel dalam penelitian ini adalah metode *passing small side game* dan metode *passing triangle*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah didasarkan pada metode *total sampling* yaitu pengambilan sampel dilakukan dengan cara mengambil subjek dari keseluruhan populasi yang ada. Dalam teknik ini peneliti biasanya dilakukan karena adanya beberapa pertimbangan, keterbatasan subyek penelitian. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2017). Alasan mengambil total sampling karena menurut Sugiyono (2017) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data uji t dan uji hipotesis. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data tersebut dengan alasan bahwa data yang di dapat adalah berupa angka dan nantinya akan dianalisis mana metode yang memberikan pengaruh dan memiliki perbedaan antara metode. Penelitian ini dilakukan sebanyak 14 kali pertemuan perlakuan (*treatment*), kali pertemuan sebagai dan dua kali pertemuan sebagai tes awal (*free test*) dan tes akhir (*post test*). Sampel telah melakukan *treatment* sebanyak 14 kali setelah itu akan dilakukan sebuah tes *short passing* atau tes akurasi *passing* dengan cara memasukan bola ke target gawang dengan tujuan untuk mengukur seberapa berhasil latihan *passing* yang akan dicapai oleh sampel dari setiap kelompok yang telah diberikan *treatment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji t yang digunakan untuk mengetahui apakah *passing* bola yang dimiliki siswa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan latihan *passing triangle*. Uji-t bisa juga untuk mengetahui perbandingan kedua metode tersebut. Dalam data tersebut terdapat angka dan bisa disimpulkan metode mana yang paling baik dan yang sesuai dengan rumusan masalah. Berdasarkan hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung (7,394) dan p (0,000) < 0,05 hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *passing* bola yang dimiliki siswa akademi Satria Kencana Serasi sebelum dan sesudah latihan. Adanya perbedaan ini menunjukkan bahwa latihan *Passing Triangle* mampu meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* siswa. Besarnya perubahan kemampuan *passing* tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar 2,233 poin lebih baik dibandingkan sebelum diberikan latihan.

Uji t juga digunakan untuk mengetahui apakah *passing* bola yang dimiliki siswa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan latihan *small side*. Uji-t bisa juga untuk mengetahui perbandingan kedua metode tersebut. Dalam data tersebut terdapat angka dan bisa disimpulkan metode mana yang paling baik dan yang sesuai dengan rumusan masalah. Berdasarkan hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung (4,614) dan p (0,000) < 0,05 hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *passing* bola yang dimiliki siswa akademi Satria Kencana Serasi sebelum dan sesudah latihan. Adanya perbedaan ini menunjukkan bahwa latihan *small side* mampu meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* siswa. Besarnya perubahan kemampuan *passing* tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar 2,0667 poin lebih baik dibandingkan sebelum diberikan latihan.

Uji t juga digunakan untuk mengetahui apakah *passing* bola yang dimiliki siswa terdapat perbedaan yang signifikan antara latihan *passing triangle* dan *passing small side*. Uji-t bisa juga untuk mengetahui perbandingan kedua metode tersebut. Dalam data tersebut terdapat angka dan bisa disimpulkan metode mana yang paling baik dan yang sesuai dengan rumusan masalah. Berdasarkan hasil uji t dapat dilihat bahwa sig (0,423) > 0,05 hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara latihan *passing triangle* dan *passing small side*. Tidak adanya perbedaan ini menunjukkan bahwa latihan *small side* mampu meningkatkan kemampuan teknik

dasar passing siswa sama dengan latihan *passing triangle*.

Berdasarkan pengaruh treatment dan hasil analisis uji-t yang dilakukan maka dapat diketahui berapa hal. Pertama, treatment latihan yang diberikan selama 16 kali pertemuan sesuai program latihan telah dilakukan 3 kali latihan setiap minggu secara berkelanjutan, pengaruhnya pada siswa yaitu adanya adaptasi fisik pada Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020. Program latihan yang diberikan meningkat setiap minggunya, kelompok metode latihan *small side* setiap minggu semakin lebar *grid* yang digunakan dan semakin sedikit sentuhan terhadap bola. Sedangkan kelompok metode latihan *passing triangle* ini arah lintasan passing memiliki tiga macam bentuk, yaitu passing diagonal pendek dengan jarak passing 8 meter, passing diagonal panjang dengan jarak passing 10 meter, dan passing lurus panjang dengan jarak passing 10 meter.

Setiap minggu diberikan variasi latihan, kelompok latihan *small sided games* diberikan variasi grid, jumlah sentuhan, jumlah pemain, dan jumlah poin yang diberikan. Sedangkan kelompok latihan *passing drill* diberikan variasi jarak operan bola, waktu operan bola, dan arah operan bola. Dengan prinsip variasi latihan tersebut peserta akan terus semangat mengikuti latihan. Kedua, Uji t digunakan untuk mengetahui apakah teknik mengoper bola yang dimiliki Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020 dipengaruhi oleh metode latihan *small sided games* berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa t hitung (4,614) dan p (0,000) < 0,05, hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara teknik mengoper bola Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020 sebelum dan sesudah diberikan latihan. Adanya perbedaan ini menunjukkan bahwa metode latihan *small sided games* mampu meningkatkan kemampuan passing bola siswa. Besarnya perubahan kemampuan ini meningkat sebesar 2,0667 poin dibandingkan sebelum diberikan latihan. Sehingga metode latihan yang diberikan tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap teknik dasar passing bola rendah siswa. Kedua, uji t digunakan untuk mengetahui apakah teknik mengoper bola yang dimiliki Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020 dipengaruhi oleh metode

latihan *passing triangle* berdasarkan hasil *pre-test* dan *post test*.

Hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa bahwa t hitung (7,394) dan p (0,000) < 0,05, hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara teknik mengoper bola Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020 sebelum dan sesudah diberikan latihan. Adanya perbedaan ini menunjukkan bahwa metode latihan *passing drill* mampu meningkatkan kemampuan passing bola siswa. Besarnya perubahan kemampuan ini meningkat sebesar 2,233 poin dibandingkan sebelum diberikan latihan. Sehingga metode latihan yang diberikan tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap teknik dasar passing bola rendah siswa. Ketiga, uji t digunakan untuk menguji hipotesis Sugiapakah terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil *post-test* dari kedua latihan tersebut, Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa t hitung t hitung (6,148) dan p (0,000) < 0,05 maka terdapat perbedaan yang disignifikan antara metode latihan *small sided games* dan metode latihan *passing triangle* Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020 berdasarkan hasil *post-test*. Besarnya perubahan kemampuan ini meningkat sebesar 2,400 poin dibandingkan sebelum diberikan latihan. Sehingga metode latihan yang diberikan tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap teknik dasar passing bola siswa. Sehingga kedua metode latihan tersebut sama-sama memberikan pengaruh terhadap teknik dasar mengoper bola.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan telah diperoleh analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik simpulan bahwa:

Terdapat pengaruh metode *Passing Triangle* terhadap Ketepatan Passing Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020.

Terdapat pengaruh metode *Small Side* terhadap Ketepatan *Passing* Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020.

Tidak ada perbedaan antara metode *Passing Triangle* dan *Small Side* terhadap Ketepatan Passing Siswa Akademi Satria Kencana Serasi Usia 14 Tahun Kabupaten Semarang Tahun 2020.

REFERENSI

- Agus Salim. (2008). *"Buku Pintar Sepakbola"*. Bandung: Nuansa.
- Atiq, Ahmad. (2011). Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola LPI SMP 3 Pontianak Tahun 2012. Inapes. Volume 2. 34-36.
- Clemente, F. M., Martins, F. M. L., Mendes, R. S. (2014). Periodization Based on Small-Sided Soccer Games. *Strength and Conditioning Journal*. 36(5), 34-43.
- Joo, C. H., Hwang-Bo, K., Jee, H. (2016). Technical and Physical Activities of Small-Sided Games in Young Korean Soccer Players. *Journal of Strength and Conditioning Research*. (Vol. 30
- Jovanovic, M., Sporis, G., Omrcen, D., Fiorentini, F. (2011). Effects of speed, agility, quickness training method on power performance in elite soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(5), 1285-1292
- Kelly, D. M., Drust, B. (2009). The effect of pitch dimensions on heart rate responses and technical demands of small-sided soccer games in elite players. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 12(4), 475-479.
- Owen, A. L., Wong, D. P., Paul, D., Dellal, A., (2014). Physical and technical comparisons between varioussided games within professional soccer. *International Journal of Sports Medicine*. 35(4), 286-292.
- Risyanto, Roni Aris & Haris, Iyan Nurdiyan. (2018). Pengaruh Latihan Small Side Game Terhadap Ketepatan Umpan (*passing*) Pada Pemain sepakbola Mahardika FC. *Biomatika*. Vol.4. 218-226.
- Roni, Aris Risyanto & Haris, Iyan Nurdiyan. (2018). "Pengaruh Latihan Small Side Game Terhadap Ketepatan Umpan(*passing*) Pada Pemain sepakbola Mahardika FC". *Biomatika*. Vol.4. 218-226.
- Rubianto Hadi. (2007). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Semarang: CV Cipta Prima Nusantara.
- Sadik. (2016). Upaya meningkatkan keterampilan dribble bola dalam permainan sepak bola dengan metode student teams achievement division pada siswa kelas iv dan v sdn blumbungan 1 pamekasan tahun ajaran 2015-2016. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 2(1).
- Santoso, Nurhadi. (2014). Tingkat Keterampilan *Passing-Stoping* Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa PJKR B Angkatan 2013". Universitas negeri Yogyakarta. Vol.10. 40-48.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Yasriuddin. (2012). Survey keterampilan bermain sepakbola siswa sma negeri 3 sungguminasa kabupaten gowa. *Jurnal ILARA*, 3(2), 63-71
- Michailidis, Y., (2013). Small sided games in soccer training. *Journal of Physical Education and Sport*. 13(3), 392-399.