

Analisis Keterampilan Dribbling dalam Permainan Futsal pada Siswa SMA Al Mubarak Tangerang Selatan

Andi Taufan Bayu¹, Fuad Nurdiansyah², A. Apri Satyawan Chan³, Raden Isnanta⁴

¹Pendidikan Olahraga, STKIP Kusuma Negara, Indonesia

fuadnurdiansyah24@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menjadikan Permainan futsal sebagai salah satu kegiatan olahraga yang populer di banyak sekolah. Dalam konteks ini, keterampilan dribbling memiliki peran penting dalam menciptakan peluang gol dan mengontrol permainan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keterampilan dribbling dalam permainan futsal pada peserta ekstrakurikuler SMA AL Mubarak. Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Penelitian ini dilakukan terhadap 18 peserta didik dari total 24 peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Al Mubarak. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah tes dribbling. Hasil dari penganalisisan keterampilan dribbling diperoleh berdasarkan tes keterampilan dasar bermain futsal diketahui bahwa kategori baik sekali sebanyak 2 peserta, kategori baik sebanyak 3 peserta, kategori sedang sebanyak 3 peserta, kategori kurang sebanyak 6 peserta, dan kategori kurang sekali 4 peserta. Kesimpulan yang bisa diambil oleh peneliti ialah bahwa peserta didik ekstrakurikuler futsal di SMA Al Mubarak memiliki rata-rata kemampuan dribbling yang dapat dikategorikan kurang. Meskipun beberapa peserta didik memiliki kemampuan dribbling yang termasuk dalam kategori sedang dan baik, serta beberapa peserta didik yang menguasai kemampuan dribbling yang termasuk dalam kategori sangat baik.

Kata kunci: Dribbling, Futsal, Kemampuan Dribbling.

PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan kegiatan guru secara terprogram dalam desain instruksional untuk membuat siswa belajar secara aktif yang menekankan pada penyediaan sumber belajar (Dimiyati dan Mudjiono, 2015). Sejalan dengan itu Rusman (2014) menyatakan pembelajaran merupakan suatu sistem yang terdiri atas berbagai komponen yang saling berhubungan satu dengan yang lain. Dari berbagai ahli diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran menjadi satu kesatuan di dalam pendidikan, pembelajaran merupakan suatu proses interaksi antara siswa dan guru atau individu yang satu dengan individu yang lainnya, dalam hal ini pembelajaran yang dilakukan di sekolah juga mempunyai tujuan tertentu, adapun tujuan dalam pembelajaran yang dilakukan di sekolah tersebut dimulai dari tujuan umum sampai ke tujuan khusus.

Futsal adalah suatu cabang olahraga bola besar yang dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan, olahraga yang dipopulerkan oleh Juan Carlos Ceriani pada tahun 1930 di Montevideo Uruguay, futsal merupakan sebuah singkatan dari bahasa Portugis (Futebol De Salao) atau (Futbol Sala) dalam bahasa Spanyol yang bermakna sama, yaitu sepak bola ruangan. Ekstrakurikuler futsal menjadi yang paling banyak diminati dikalangan murid-murid di hampir

semua lembaga pendidikan, di Tangerang Selatan sendiri futsal menjadi olahraga yang paling diminati, banyak nya orang yang menyediakan gedung olahraga untuk futsal sehingga sekolah yang tidak mempunyai lapangan yang memadai tetap bisa melaksanakan ekstrakurikuler, namun tentu dengan pengawasan guru maupun pelatih itu sendiri.

Dari hasil observasi awal di SMA AL Mubarak, terdapat kegiatan olahraga yang banyak diikuti siswa, yaitu futsal. Namun dari hasil observasi, hampir sebagian besar siswa yang mengikuti kegiatan futsal SMA Al Mubarak masih lemah dalam melakukan dribbling. Dari jumlah siswa futsal 24 orang siswa ada 18 siswa yang masih sering melakukan kesalahan pada Dribbling maksimal dalam penguasaan teknik Dribbling. Mereka tampak kesulitan dalam melakukan kontrol menggunakan kaki sehingga bola mudah direbut lawan. Jika pemain futsal masih kesulitan dalam melakukan salah satu teknik dasar maka akan kesulitan dalam mendapatkan prestasi. Dengan demikian sangat penting untuk memecahkan masalah lemahnya keterampilan dribbling pemain futsal di SMA Al Mubarak. Teknik dribbling menurut Cahyo & Komaini, (2019) Metode menggerakkan bola dari satu ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Bola harus selalu dekat dengan kaki agar mudah dikontrol”. Pemain tidak boleh terus –menurus melihat bola. Mereka juga harus melihat ke sekeliling dengan kepala tegak agar dapat mengamati situasi lapangan dan mengawasi gerak-gerik pemain lainnya. Fungsi dribbling menurut Pranata (2016)“penggiringan bola dalam futsal memiliki fungsi yang sama dengan bola basket yaitu memungkinkan anda untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan”. Menggiring bola sangat berperan penting dalam sebuah permainan futsal hal ini karena jida tidak adanya dribbling maka pemain akan sulit untuk menciptakan sebuah permainan yang bagus.

Dribbling merupakan salah satu teknik dasar bermain futsal yang harus dikuasai pemain. kemampuan dribbling dilakukan dengan menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus di atas tanah dengan waktu yang singkat (Aprilianto et al, 2022; Wibowo, 2021). Teknik menggiring bola memiliki keunggulan dari teknik yang lain dalam permainan futsal. Menggiring bola merupakan salah satu bagian teknik yang penting untuk mencapai suatu prestasi. Pada saat melakukan menggiringbola, pemain dituntut untuk mampu menguasai bola dalam berbagai posisi dengan seluruh bagian tubuh, kecuali tangan (Putra & Afriza, 2020). Apabila seorang pemain tidak memiliki kemampuan yang baik pada saat menggiring bola, hal ini akan menyebabkan kesulitan bagi pemain yang lain untuk menempatkan posisi ketika melakukan serangan (Akmal & Lesmana, 2019; Gunawan & Suherman, 2016). Dengan menguasai teknik dasar menggiring bola seorang pemain akan mampu memberikan ruang terhadap pemain lain (Aprianova & Hariadi, 2017). Teknik dribbling yang baik juga dapat memberikan peluang untuk dapat mencetak angka dengan cara melewati lawan dan membuka ruang untuk melakukan shooting (Mudian & Prasetyo, 2023). Dengan demikian, dengan keterbatasan teknik Dribbling akan mempengaruhi terhadap penampilan dalam bermain Futsal.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa dribbling sangat penting bagi pemain futsal dalam menguasai teknik menggiring bola. Hal ini sangat bertolak belakang dengan pemain futsal tim SMA Al Mubarak. Hasil observasi menjelaskan bahwa pemain futsal tim SMA Al Mubarak memiliki dribbling yang kurang baik. Hasil

wawancara dengan Reza Darmawan selaku guru olahraga tim Futsal SMA Al Mubarak, menyatakan bahwa tim SMA Al Mubarak masih memiliki kekurangan dalam melakukan penguasaan teknik, terutama teknik dasar dribbling. Faktor permasalahan tersebut yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian judul Analisis Keterampilan Dribbling dalam Permainan Futsal pada Siswa SMA Al Mubarak Tangerang Selatan.

METODE PENELITIAN

Sebelum menuliskan judul metode penelitian, berikan jarak 2 spasi baris 12pt. Pada bagian ini, anda diminta menjelaskan metode, model, desain, subjek dan lokasi penelitian yang anda lakukan. Anda juga dapat mencantumkan prosedur penelitian yang anda lakukan dengan cara yang mudah dimengerti oleh pembaca. Yakinkan metodenya benar (David, Teddlie, & Reynolds, 2019). Semua sitasi yang tercantum hanya sebagai contoh saja. Bagian Metode harus singkat, tetapi harus mencakup informasi teknis yang cukup untuk memungkinkan percobaan diulangi oleh pembaca yang berkualifikasi. Hanya metode baru yang harus dijelaskan secara rinci. Mengutip prosedur yang diterbitkan sebelumnya dalam Referensi.

Farikhah & Ariestina (2020) menyatakan bahwa ini adalah contoh template tulisan yang akan dikirim ke bagian penerbitan Jurnal Sportology (*Sport J*) STKIP Kusuma Negara. Silahkan ikuti instruksi pada template ini sebaik mungkin sehingga artikel dalam jurnal memiliki format penulisan yang sama. Hal tersebut untuk menunjukkan kualitas dari pengelola jurnal dan author agar jurnal memiliki reputasi dan peningkatan indeks jurnal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam sajian studi keilmiah ini, Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Menurut (Munandar, 2017) menjelaskan bahwasanya yang dimaksud dengan riset berbasis kuantitatif mengarah pada aspek studi keilmiah yang disusun secara sistematis untuk mengidentifikasi sejumlah elemen berupa fenomena dan korelasi secara komprehensif. Metode ini didasarkan pada pengumpulan sekaligus menganalisis data berupa angka dan statistik. Melalui riset ini pihak peneliti berusaha untuk memahami seluk beluk terkait derajat kecakapan dribbling untuk permainan futsal terkhusus pada peserta didik SMA AL Mubarak. Peneliti menggunakan teknik purposive sampling untuk memilih 18 peserta didik dari total 24 peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA AL Mubarak. Sampel yang di ambil adalah anggota klub futsal SMA AL Mubarak yang berusia 15 tahun sampai 18 tahun. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purpose sampling. Teknik purposes sampling merupakan teknik dalam pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Adapun pertimbangan dalam penelitian ini adalah hanya siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal yang dijadikan sampel penelitian.

RESULT AND DISCUSSION

Result

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, sehingga keadaan objek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Data dalam penelitian ini diperoleh peneliti melalui beberapa teknik pengumpulan data, yaitu survei dan tes pengukuran. Teknik pengumpulan data melalui survei digunakan oleh peneliti untuk mengamati kondisi dan keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal SMA AL Mubarak. Adapun teknik pengumpulan data melalui tes pengukuran digunakan peneliti untuk mengetahui hasil dari dribbling siswa pada permainan futsal. Penelitian ini akan mendeskripsikan mengenai tingkat keterampilan dribbling siswa pada ekstrakurikuler Futsal di SMA AL Mubarak. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan akan dideskripsikan dengan 2 item tes, yaitu melakukan 2 teknik keterampilan dasar dribbling dalam 1 rangkaian tes yaitu Keterampilan Basic dan Keterampilan Advanced & functional. Selanjutnya, data dimaknai dengan memasukkan data ke dalam norma kategori yang telah ditentukan pada instrumen tes keterampilan dasar futsal bagi peserta ekstrakurikuler di SMA AL Mubarak.

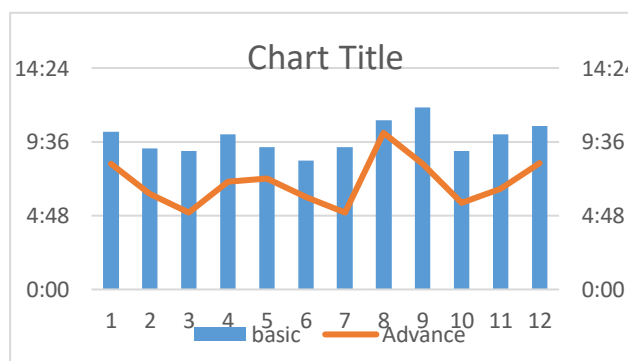
Hasil penelitian dengan menggunakan tes dribbling dapat dilihat bahwa ada 6 peserta didik terkategori baik sekali bersama angka persentase yang menyertai yakni 11,11% dengan waktu < 11,92 detik, 2 peserta didik terkategori baik bersama angka persentase yang menyertai yakni 16,67% dengan waktu 11,91 - 13,20 detik, 2 peserta didik terkategori sedang bersama angka persentase yang menyertai yakni 16,67% dengan waktu 13,21 - 14,50 detik, 2 peserta didik kategori kurang dengan persentasi 33,33% dengan waktu 14,51 – 15,80 detik, dan 0 peserta didik kategori kurang sekali dengan persentasi 22,22% dengan waktu > 15,80 detik. Berikut ini merupakan tampilan hasil data berupa distribusi frekuensi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan *Basic*

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase %
Baik Sekali	< 11,92	2	11,11%
Baik	11,91 - 13,20	3	16,67%
Sedang	13,21 – 14,50	3	16,67%
Kurang	14,51 – 15,80	6	33,33%
Kurang Sekali	> 15,80	4	22,22%
Jumlah		18	100%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan *Advanced & functional*

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase %
Baik Sekali	< 11,92	2	11,11%
Baik	11,91 - 13,20	3	16,67%
Sedang	13,21 – 14,50	3	16,67%
Kurang	14,51 – 15,80	6	33,33%
Kurang Sekali	> 15,80	4	22,22%
Jumlah		18	100%



Pembahasan

Tingkat keterampilan dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler di SMA AL Mubarak yang merupakan variabel penelitian ini diukur melalui 1 rangkaian tes yang meliputi 2 teknik dasar bermain futsal yang digunakan sebagai data penelitian yaitu: dribbling. Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan, maka pembahasan dalam penelitian ini dapat dijabarkan sebagai berikut: Data penelitian yang terdiri dari 1 rangkaian tes yang meliputi 2 teknik dasar bermain futsal menurut Dian Ika Purba Ratna Wijayanti dan B.M. Wara Kushartanti (2014:44) lalu dijumlahkan untuk digolongkan menjadi 5 kategori, yaitu: baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Hasil pengkategorian tingkat dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler di SMA AL Mubarak yakni sebagai berikut: Kategori baik sekali pada rentang skor $< 11,92$ sebanyak 2 peserta, kategori baik pada rentang skor $11,91 - 13,20$ sebanyak 3 peserta, kategori sedang pada rentang skor $13,21 - 14,50$ sebanyak 3 peserta, kategori kurang pada rentang skor $14,51 - 15,80$ sebanyak 6 peserta, dan 4 peserta yang masuk kategori kurang sekali dengan rentang skor $> 15,80$. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain futsal peserta ekstrakurikuler di SMA AL Mubarak secara keseluruhan dinyatakan baik.

Selanjutnya pada Keterampilan Advanced & functional, sebanyak 2 peserta dinyatakan baik sekali karena peserta melakukan tes keterampilan dasar dribbling dalam bermain futsal peserta memperoleh waktu tercepat dan jumlah bola masuk ke gawang terbanyak yaitu pada rentang skor $< 11,92$, selain itu peserta tersebut sudah menguasai teknik dasar bermain futsal yang baik. Sedangkan 3 peserta berada pada rentang skor $11,91 - 13,20$ yang dinyatakan dalam kategori baik, dimana peserta sudah berusaha semaksimal mungkin. Pada kategori sedang didapatkan 3 peserta, karena hasil tes yang dilakukan terdapat direntang skor $13,21 - 14,50$, pada kategori sedang ini sebenarnya peserta sudah melakukan tes dengan sungguh-sungguh, namun pada setiap rintangan ada hambatan yang dihadapi oleh peserta, misalnya saat peserta menggiring bola melewati cones dan di pos passing beberapa peserta mengalami kesulitan. Pada rentang skor $14,51 - 15,80$ terdapat 6 peserta yang dinyatakan kurang karena peserta sedikit mengalami kesulitan dalam melaksanakan tes keterampilan dasar bermain futsal kelompok usia 10-12 tahun di beberapa pos rintangan pada tes keterampilan dasar futsal, dan pada kategori kurang sekali dengan rentang skor $> 15,80$ ada 4 peserta yang dikategorikan kurang sekali. Berdasarkan data yang diperoleh ternyata peserta ekstrakurikuler SMA AL Mubarak memiliki keterampilan dasar bermain futsal yang cukup baik, sehingga data yang diperoleh hasilnya cenderung kepada kemampuan dribbling siswa yang kurang, sehingga keterampilan dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler dikategorikan rata-rata kurang baik. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain: pengenalan terkait teknik dasar futsal yang masih banyak belum memahami, terutama terkait dribbling, Dari grafik tersebut dapat diketahui tingkat keterampilan dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler SMA AL Mubarak rata-rata pada kategori kurang baik. Hal ini dapat terjadi karena peserta belum memperhatikan pentingnya penguasaan keterampilan dasar bermain futsal sehingga saat pelaksanaan tes tidak dapat melakukan dengan baik Gunatama, dkk (2024).

Dribbling adalah salah satu teknik yang banyak menarik perhatian. Karena Dribbling adalah kemampuan seseorang untuk memainkan bola dan memindahkan bola dari satu daerah ke daerah atau wilayah yang kosong tanpa bantuan teman dan tanpa bisa direbut oleh pemain lawan. Olahraga Futsal adalah olahraga yang sangat kompleks dari segi ketrampilan gerak, maka seorang atlet harus memiliki tingkat kemampuan pemahaman gerak yang cepat dan tepat. Hal ini berkaitan dengan motor educability atau kemampuan seseorang dalam mengenal gerakan baru yang dapat mempermudah seseorang dalam penguasaan gerakan sehingga gerakan yang dihasilkan menjadi lebih efisien dan efektif. Ketika kemampuan motor educability atlet sangat tinggi, para atlet menerima gerakan-gerakan yang baru dikenalnya akan lebih mudah sehingga terjadi peningkatan pemahaman dalam penguasaan gerak yang dapat membantu dalam permainan Futsal.

Unsur lain yang dapat membantu dan mendukung dalam dribbling adalah kemampuan kondisi fisik. Dalam bermain futsal kemampuan fisik pemain atau atlet memegang peranan penting untuk dapat menjaga kualitas teknik yang akan digunakan dan tentunya kualitas permainan keseluruhan. dribbling merupakan salah satu unsur yang ada dalam kemampuan kondisi fisik seseorang yang memiliki arti sebagai kemampuan seseorang untuk dapat bergerak dan merubah arah gerakan ke berbagai arah tanpa kehilangan keseimbangan. Dalam implementasi ketrampilan bermain sepakbola di lapangan, para atlet banyak mengalami kesulitan dalam menguasai teknik-teknik dasar yang telah disebutkan diatas. Kemampuan bermain atlet akan terlihat secara jelas pada saat aplikasi teknik dalam bermain, atlet yang memiliki kemampuan motor educability yang baik dan kondisi fisik yang bagus akan mendorong dan membantu atlet dalam memahami gerakan yang baru dilatih Al Ghani, dkk. (2022). Keterampilan teknik olahraga tidak dapat dilakukan dalam waktu singkat, memerlukan waktu yang relatif lama serta perencanaan program yang sesuai dengan kebutuhan lapangan yang diinginkan untuk meningkatkan keterampilan gerak (Langga & Supriyadi, 2017; Ridlo et al, 2021). Maka program latihan merupakan komponen penting dalam pelatihan olahraga, penyusunannya tidak sembarangan dengan memberikan latihan seperti pada penentuan latihan untuk dribble bola, memerlukan data atlet terlebih dahulu. Untuk melaksanakan gerakan teknik dribble dengan baik dibutuhkan keterampilan mengarahkan bola, kelincahan, dan kecepatan Reynaldi, T., & Nugraheni, W. (2023). Faktor lain yang juga memiliki peran penting dalam peningkatan keterampilan futsal dan juga prestasi olahraga adalah motivasi serta kedisiplinan dari dalam diri seseorang. Oleh karena itu kemampuan pelatih, baik pengetahuan maupun keterampilan menjadi hal yang sangat penting yang harus dimiliki, sampai kepada hal-hal terkecil dibidang cabang olahraga yang dilatihnya. Semuanya harus dipahami dan dikuasai oleh seorang pelatih tersebut Toha, M. (2020).

SIMPULAN

Berlandaskan pada temuan hasil, kemudian pembahasan mendetail, dan olah data yang telah disajikan oleh peneliti sebelumnya, kesimpulan yang bisa diambil oleh peneliti ialah bahwa peserta didik ekstrakurikuler futsal di SMA Al Mubarak memiliki rata-rata kemampuan dribbling yang dapat dikategorikan kurang. Meskipun beberapa peserta didik memiliki kemampuan dribbling yang termasuk

dalam kategori sedang dan baik, serta beberapa peserta didik yang menguasai kemampuan dribbling yang termasuk dalam kategori sangat baik. berdasarkan tes keterampilan dasar bermain futsal diketahui bahwa kategori baik sekali sebanyak 2 peserta, kategori baik sebanyak 3 peserta, kategori sedang sebanyak 3 peserta, kategori kurang sebanyak 6 peserta, dan kategori kurang sekali 4 peserta

REFERENSI

- Akmal, I., & Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi kecepatan dan kelincian terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain SSB POSS. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1197-1210. <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i3.392>
- Ghani, M. A., Parlindungan, D. P., Ningsih, I. Y., & Rivai, M. A. (2021). Analisis Keterampilan Dribbling Dalam Permainan Sepakbola Mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Jakarta. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 135. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i2.6008>
- Aprilianto, A., Roesdiyanto, R., & Taufik, T. (2022). Latihan Teknik Dasar Sepak Bola Usia 14-15 Tahun. *Sport Science and Health*, 4(2), 156–174. <https://doi.org/10.17977/um062v4i22022p156-174>
- Cahyo, T., & Komaini, A. (2019). Pengaruh Latihan Tepukan Dribble Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Futsal Sma Negeri 3 Kota Solok. *Jurnal Stamina*, 2(4), 14–24. <https://Doi.Org/10.31602/Rjpo.V4i2.5605>
- Dimiyati dkk (2015). Belajar dan pembelajaran. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Dewi, R., & Pakpahan, M. T. (2018). Pengembangan Instrumen Tes Dribbling pada Olahraga Futsal. *Jurnal Prestasi*, 2(3), 1–6. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpsi/article/view/10124>
- Gunatama, F. I., Syaputra, R., Martiani, M., & Sumantri, A. (2024). Analisis Tingkat Keterampilan Passing dan Dribbling Siswa Pada Ekstrakurikuler Futsal di SMA N 1 Kepahiang. *Educative Sportive*, 5(1), 47–52. <https://doi.org/10.33258/edusport.v5i1.5583>
- Gunawan, Y. R., & Suherman, A. (2016). Hubungan kecepatan dan kelincian terhadap kemampuan *dribbling* bola futsal pada atlet O2Sn Kecamatan Sumedang Utara. *SpoRTIVE*, 1(1), 1-11.
- Langga, Z. A., & Supriyadi, S. (2017). Pengaruh Model Latihan Menggunakan Metode Praktik Distribusi Terhadap Keterampilan Dribble Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket Smpn 18 Malang. *Indonesia Performance Journal*, 1(1).
- Mudian, D., & Prasetyo, A. F. (2023). Korelasi Kecepatan Dan Kelincian Terhadap Keterampilan Dribbling Futsal. *Biormatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 9(1), 59–67. <https://doi.org/10.35569/biormatika.v9i1.1433>
- Pranata, D. Y. (2016). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Peningkatan Hasil Dribbling Bola Siswa Sd Negeri 20 Banda Aceh. *Iii*(1), 7–14. <https://Doi.Org/10.46244/Penjaskesrek.V3i1.747>
- Putra, A. T., & Afriza, S. (2020). Kontribusi Kelentukan dan Daya ledak Otot Tungkai terhadap Heading Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(2), 616-626.

- Reynaldi, T., & Nugraheni, W. (2023). Latihan Kelincahan Untuk Meningkatkan Keterampilan Dribbling Siswa Ekstrakurikuler Futsal. *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 2(2), 78–84. <https://doi.org/10.56916/ejip.v2i2.359>
- Ridlo, M. F., Indarto, P., & Or, M. (2021). Keterampilan Long Service Forehand Bulutangkis (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Pendidikan Olahraga UMS Angkatan 2018) (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Toha, M. (2020). Analisis Keterampilan Dribbling Permainan Futsal Pada Remaja Putus Sekolah Di Desa Suka Maju Bengkulu Utara. *Educative Sportive*, 1 (01), 6–12.
- Wibowo, G. H. (2021). Kontribusi Kecepatan Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola Klub UIR Soccer School (UUS) Under 17 Tahun Pekanbaru (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).