

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z. (2018). Pengaruh latihan senam kebugaran jasmani (skj) terhadap tingkat kebugaran siswa kelas V di Min Donomulyo Kabupaten Malang. *Al-Mudarris: Journal Of Education*, 1(1), 22–29. <https://doi.org/10.32478/al-mudarris.v1i1.96>
- Bompa, T.O. & Harf, G.G. 2009. Periodization Training for Sports: Theory and Methodology of Training. Fifth Edition. United State of America: Human Kinetics.
- Cahyono, S., & Sin, T. H. (2018). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Akurasi Shooting Sepak bola. *Jurnal Patriot*, 299–305. <https://doi.org/10.24036/patriot.v0i0.47>
- Darna, N., & Herlina, E. (2018). Memilih metode penelitian yang tepat: bagi penelitian bidang ilmu manajemen. *Jurnal Ekonologi Ilmu Manajemen*, 5(1), 287–292. <http://dx.doi.org/10.2827/jeim.v5i1.1359>
- Fattahudin, M. A., Januarto, O. B., & Fitriady, G. (2020). Upaya Meningkatkan Keterampilan Pukulan Forehand Smash Bulutangkis Dengan Menggunakan Model Bentuk Latihan Untuk Atlet Usia 12-16 Tahun. *Sport Science and Health*, 2(3), 182–194. <https://doi.org/10.17977/um062v2i32020p182-194>
- Harsono. 2015. *Kepelatihan Olahraga*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Ihsan, A., Asyhari, H., & Kamaruddin, I. (2023). Pengukuran Komponen Fisik Atlet PON Cabang Olahraga Dayung Sulawesi Selatan. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 2(2), 168–174. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i2.291>
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasar sepak bola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720–731. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i3.664>
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model latihan dribbling sepak bola untuk pemula usia SMA. *Sport Science And Education Journal*, 1(2). <https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.823>
- Mikail, K., & Suharjana, S. (2019). Pengembangan model latihan teknik dasar sepak bola bagi anak usia 10-12 tahun di sekolah sepak bola. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 15(1), 14–27. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v15i1.26023>
- Misbahuddin, M. H., & Winarno, M. E. (2020). Studi kemampuan teknik dasar sepak

- bola pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang kelompok usia 15-16 Tahun. *Sport Science and Health*, 2(4), 215–223. <https://doi.org/10.17977/um062v2i42020p215-223>
- Mudayat, M. (2022). THE IMPORTANCE OF VO2MAX IMPROVEMENT TO IMPROVE THE PHYSICAL CONDITION OF FOOTBALL PLAYERS. *MULIA (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(1), 11–21. <https://doi.org/10.56721/mulia.v1i1.19>
- Muhammad Diaz Priambodo, Karlina Dwijayanti, & Widha Srianto. (2023). Pengaruh Latihan *Passing* Segi Empat Terhadap Teknik Dasar *Passing* Siswa Putra Di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo Usia 10-12 Tahun. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 9(1), 77–91. <https://doi.org/10.36728/jip.v9i1.2081>
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2018). *Statistika dalam Penjas: Aplikasi Praktis dalam Penelitian Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Deepublish.
- Nugroho, R. A., & Gumantan, A. (2020). Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Bolabasket Sman 1 Pagelaran. *Sport Science And Education Journal*, 1(1). <https://doi.org/10.33365/.v1i1.628>
- Nur'aeni, E., Rustandi, E., & Arhesa, S. (2023). Pengaruh Latihan Bentuk Terhadap Keterampilan Renang Gaya Bebas Pada Atlet Pemula. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(1), 366–371. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i1.4562>
- Oktavia, R. D., & Hariyanto, D. (2017). Pengaruh latihan *passing* berpasangan statis dan latihan *passing* bergerak dinamis terhadap ketepatan *passing* pada permainan futsal. *Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(1), 30–41. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v1i1.249>
- Putra, M., Hermanzoni, H., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Pengaruh Model Latihan *Passing* Terhadap Akurasi *Passing*. *Jurnal Patriot*, 2(4), 1036–1046. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i4.725>
- Setyawan, R. J., Widodo, S., Pratama, B. A., Harmono, S., & Himawanto, W. (2021). Efektivitas Latihan Dribble Bola Basket Model Slalom pada Siswa Pemula Ekstrakurikuler Bola Basket SMPN 1 Ngunut Tahun 2020/2021. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 279–286. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4896203>

- Sin, T. H. (2016). Persiapan mental training atlet dalam menghadapi pertandingan. *Jurnal Performa Olahraga*, 1(01), 61–73. DOI: [10.24036/po.v1i01.76](https://doi.org/10.24036/po.v1i01.76)
- Sugiyono, S. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta. *Procrastination And Task Avoidance: Theory, Research and Treatment. New York: Plenum Press, Yudistira P, Chandra.*
- Sugiyono. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Edisi Ketiga). Bandung: Alfabeta.
- Utomo, N. P., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar *Passing* dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87–94. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4578>
- Wahyudi, A., & Saputra, A. (2023). Pengaruh Bentuk Latihan Pola Permainan Terhadap Sistem Pertahanan Tim Sepak Bola Buana Putra FC. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 5(1), 28–37. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v5i1.23257>
- Wirawan, B., & Setiawan, I. (2023). Kontribusi Metode Latihan Shuttle Run terhadap Tendangan Mawashi Geri dalam Karate Dojo Inkai Sidoharo Sragen. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4(2), 605–611. [10.15294/inapes.v4i2.55799](https://doi.org/10.15294/inapes.v4i2.55799)
- <https://www.sportsessionplanner.com/s/yOVO/Y-Passing-Progression.html>
- <https://www.youtube.com/watch?v=smTVOfoK4>