

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Syahri, Muhammad Suhdy, & Hengky Remora. (2024). Pengaruh Latihan Zig-Zag Run Dan Ladder Drill Terhadap Kelincahan Dribbling Pemain Futsal Mts Negeri 1 Lubuklinggau. *SJS: Silampari Journal Sport*, 4(2), 1–7. <https://doi.org/10.55526/sjs.v4i2.745>
- Al Faiz, M., Permadi, A. A., Sonjaya, A. R., & Arifin, Z. (2024). Application of Ball Feeling Exercises to Dribbling Skills in Futsal Sports in Garut Regency. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport*.
- Amal, M., & Yanto, A. H. (2023). Pengaruh Variasi Latihan Drill dan Latihan Kekuatan Terhadap Ketepatan Bowling pada Olahraga Cricket. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 5(2), 116–124. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v5i2.25505>
- Andri Irawan. (2021). *Indonesia Futsal Coaching Manual*. Deepublish.
- Andrianto, Y. & Sumantri, A. (2023). Upaya Meningkatkan Teknik Dribbling Bola Futsal melalui Media Modifikasi. *Silampari Journal Sport*. <https://jurnal.lp3mkil.or.id/index.php/SJS/article/view/512>
- Ansori, Z., Akhmad, N., Studi Pend Olahraga dan Kesehatan, P., & Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, F. (2023). Pengaruh Latihan Ball Feeling Dan Agility Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola. *Journal Sport Science and Healt of Mandalika (Jontak)*, 4(1).
- 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>
- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Ukm Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i1.122>
- Arif Setiawan, W., Festiawan, R., Noor Heza, F., Jati Kusuma, I., Hidayat, R., & Fath Khurrohman, M. (2021). Peningkatan Keterampilan Dasar Futsal Melalui Metode Latihan Passing Aktif dan Pasif. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4896155>
- Arsil, Setiawan, H., Okilanda, A., Ihsan, N., Komaini, A., Rozi, M. F., Arnaldo, Y., & Fikri, A. (2023). The Effect of Zig-Zag Dribbling and Triangle Dribbling on Futsal

- Skills for U13 Athlete Using Video. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(1), 253–260. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110129>
- Banda Putra Pamungkas. (2021). Kontribusi Zig-Zag Dribbling Drill Dan 15 Yard Turn Drill Terhadap Dribbling Sepak Bola. *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia*, 1(2747-061X), 90–95.
- Budiman, A., Hasani, D. I., Olahraga, P., & Negara, K. (2021). Hubungan Motor Ability Dengan Keterampilan Teknik Dasar Dribbling Pada Cabang Olahraga Futsal Di Mts N 29 Jakarta Timur. *Jurnal STKIP Kusumanegara*.
- Dewi, R., & Pakpahan, M. T. (2018). Pengembangan Instrumen Tes Dribbling Pada Olahraga Futsal. *Jurnal Prestasi*, 2(3). <https://doi.org/10.24114/jp.v2i3.10124>
- Dewi, S., Damayanti, I., Fitri, M., & Ugelta, S. (2018). Pengembangan Media Video Latihan Olahraga Kesehatan. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 40–46.
- Dhani Danang Prama. (2023). Latihan Plyometric Terhadap Peningkatan Kapasitas VO2Max Pada Pemian Futsal. *Journal Active of Sport* 3(1):46–51. <https://www.ejournal.stkipmodernngawi.ac.id/index.php/JAS/article/view/743>
- Dikdik Zafar Sidik. (2019). Prinsip latihan Dalam Olahraga. *Wordpress. Com*.
- Dwi Candra, S., & Hadi, H. (2025). Efektivitas Latihan Z Pattern Dribble Dan Running With The Ball Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sepak Bola U-12 Balasuga FA Semarang. 17, 119–127. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v17i2.86801>
- Fahmi Nasuki, dkk. (2021). Pengaruh Latihan Agility Terhadap Hasil Dribbling Pada Permainan Futsal. 2(1), 65–71.
- Fahmi Nasuki, Yudhi Kharisma, & Fauzan Effendy. (2021). Pengaruh Latihan Agility Terhadap Hasil Dribbling Pada Permainan Futsal. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2705497&val=24628>
- Fatchurahman, M. R., Kurniawan, I., & Wicaksono, R. A. (2019). Pengaruh Latihan Agility Terhadap Kemampuan Dribbling Futsal. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 42–49.
- Ferry Robiansyah, M., Amiq, F., Jurusan, #, Jasmani, P., & Kesehatan, D. (2018). Pengembangan Model Latihan (Circuit Training) Dalam Permainan Futsal. In *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*.
- Gunawan, Y. R., Suherman, A., & Sudirjo, E. (2016). Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Futsal Pada Atlet O2sn Kecamatan Sumedang Utara. In *Sp Vol 1* (Vol. 1).

- Hardani, H., Andriani, H., Ustiawaty, J., & Utami, E. F. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. .
- Hermawan, I., Maslikah, U., Jariono, G., & Masyhur, M. (2020). Pelatihan Kondisi Fisik Pelatih Cabang Olahraga Kota Depok Jawa Barat Dalam Menghadapi Persiapan PORPROV 2022. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 2020 (SNPPM-2020)*, 1(1), 371–380.
- Ijje, D. L. (2024). Pengaruh Latihan Modifikasi Permainan Bola Futsal terhadap Kemampuan Dribbling. *UNIMUDA Sorong*. <http://eprints.unimudasorong.ac.id/id/eprint/484/>
- Ilman Nirwana, F., Adityatama, F., Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., Muhammadiyah Kuningan, S., Author, C., & Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Afiliasi, P. (2022). Pengaruh Latihan Dribbling Bolak-Balik Dan Dribbling Zig-Zag Terhadap Peningkatan Kecepatan Dribble Akademi Futsal Toko Kecil Kuningan Diterima (Agustus) (2022) Disetujui (Septemeber) (2022) Dipublikasikan (Oktober) (2022) STKIP Muhammadiyah Kuningan Under the license CC BY-SA 4.0. *Journal of Physical Education and Sport Science*, 4(3), 1–5.
- Juhanis, Mappaompo, M. A., & Hasanuddin, M. I. (2024). Literature Study on Increasing Dribbling Agility Through Ball Feeling Training Methods and Ladder Drill Training. *ETDC: Indonesian Journal of Research and Educational Review*, 3(2), 172–184. <https://doi.org/10.51574/ijrer.v3i2.1512>
- Kharisma, Y., & Effendy, F. (2021). Pengaruh Latihan Agility Terhadap Hasil Dribbling Pada Permainan Futsal. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*.
- Maghfiroh, I., Yusuf, J., Risdiani, R., & Putri, M. W. (2023). The Influence of Hurdle Drill and Zig Zag Running Training Models on Agility at PFK Angels Football Club. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 3(2), 137–149. <https://doi.org/10.53863/mor.v0i00>
- Marwinda, T. D. N., & Danardono, D. (2024). Perbandingan Iuran Normal Pensiun Metode Entry Age Normal dan Projected Unit Credit dengan Suku Bunga CIR (Cox Ingersoll Ross). *Jurnal Pembelajaran Dan Matematika Sigma (Jpms)*, 10(2), 133–138. <https://doi.org/10.36987/jpms.v10i2.5881>
- Maulana, A., Yuwono, P., Bulqini, A., Pendidikan, S., Olahraga, K., Keolahragaan, I., & Kesehatan, D. (2024). *Pengaruh Latihan Zig-Zag Run Terhadap Keterampilan Dribbling Bola Pemain Futsal Bangkit Futsal Club (Bfc) U-16 Surabaya*.

- Mita Erliana, & Arisman. (2017). *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Pengaruh Latihan E-Movement Cone Drill Terhadap Kelincahan Pemain Futsal Smpn 3 Banjarbaru* (Vol. 16, Issue 2).
- Mudian, D., & Prasetyo, A. F. (2023). Korelasi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Dribbling Futsal. *Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 9(1), 59-67.
- Muhammad, F., Yulifri, Y. , Jonni, J., & Atradinal, A. (2023). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Pemain Club Satelite Padang. *Jurnal JPDO*, 7(2), 119-126. <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.2.2024.38>
- Mustafa, P. S. & Gusdiyanto, H. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Olahraga. *Insight Mediatama*.
- Nohrizal, A., & Kahri, M. (2020). *Keywords: training, running, interval, VO2 Max Advances in Social Science, Education and Humanities Research* (Vol. 407).
- Prof. Dr. Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif*. (S. M. P. Setiyawami, Ed.). ALFABETA, CV.
- Putra, A. N., Tangkudung, J., & Hanif, S. (2020). The Effect of Game Analytical Game (Gag) Towards The Improvement of Soccer Dribbling Basic Technical Skill. *Journal of Physical Education*, 9(2), 110–115. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Putra, A. T., & Afriza, S. (2020). Kontribusi Kelentukan dan Daya ledak Otot Tungkai terhadap Heading Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(2), 616-626.
- Ridha Ansari, M., Arifin, R., & Mulhim, M. (2024). Pengaruh Metode Latihan Small Side Games Dan Latihan Rondo Terhadap Akurasi Passing Pada Ekstrakurikuler Futsal Mtsn 2 Abstrak. In *Jurnal Ilmiah Penjas* (Vol. 10, Issue 2).
- Rihatno, T., & Tobing, S. R. A. L. (2019). Pengembangan Model Latihan Kekuatan Otot Lengan Pada Cabang Olahraga Softball. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 10(1), 1–14. <https://doi.org/10.21009/gjik.101.01>
- Rio, T., Utomo, P., Sudarmono, M., Pendidikan, J., Kesehatan, J., & Rekreasi, D. (2021). *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Pengaruh Latihan Dribble Zig-zag Dan Dribble T Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pemain Sepakbola Di SSB PUMA History Article* (Vol. 2, Issue 1). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>
- Saputra, M., & Elra Perdima, F. (2020). Hubungan Kecepatan Terhadap Keterampilan Dribbling Pada Permainan Futsal Di Akademi Dehasen Kota Bengkulu. In *JDER*

Journal of Dehasen Education Review (Vol. 2020, Issue 1).
<http://jurnal.unived.ac.id>

Setiawan, H., Tangkudung, J., Puspitorini, W., Syarif, A., & Dehasen Bengkulu, U. (2020a). The Impact Agility Training Toward Dribbling Ability of Futsal Beginners Player. *Journal of Physical Education*, 9(1), 53–57.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>

Setiawan, H., Tangkudung, J., Puspitorini, W., Syarif, A., & Dehasen Bengkulu, U. (2020b). The Impact Agility Training Toward Dribbling Ability of Futsal Beginners Player. *Journal of Physical Education*, 9(1), 53–57.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>

Simanullang, A. (2023). *Pengaruh Latihan Hurdle Drills dan Calf Raises terhadap Hasil Lompat Jauh pada Spartan Atletik Club Universitas Jambi*.
<https://repository.unja.ac.id/58679/6/full%20skripsi.pdf>

Spyrou, K., Freitas, T. T., Marín-Cascales, E., & Alcaraz, P. E. (2020). Physical and Physiological Match-Play Demands and Player Characteristics in Futsal: A Systematic Review. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 11). Frontiers Media S.A.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.569897>

Stochi de Oliveira, R., & Borin, J. P. (2021). Monitoring and Behavior of Biomotor Skills in Futsal Athletes During a Season. *Frontiers in Psychology*, 12.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.661262>

Syafriani, D., Darmana, A., Syuhada, F. A., & Sari, D. P. (2023). Buku Ajar Statistik Uji Beda Untuk Penelitian Pendidikan (Cara Dan Pengolahannya Dengan SPSS). In *Cv.Eureka Media Aksara*.

Wani, B., Bate, N., Pawe, Y. M., Endu, E., Ndek, F. S., Nuwa, A. A. I., & Una, Y. (2023). Evaluasi Manajemen Pertandingan: Studi Pada Turnamen Internal Futsal Pgsd Cup. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 3(3), 91–98.
<https://doi.org/10.38048/jor.v3i3.2102>

Warni, H., Arifin, R., & Bastian, R. A. (2017). *Pengaruh Latihan Daya Tahan (Endurance) Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Sepakbola* (Vol. 16, Issue 2).

Wati, S., Sugihartono, T., & Sugiyanto, S. (2018). Pengaruh Latihan Terpusat Dan Latihan Acak Terhadap Hasil Penguasaan Teknik Dasar Bola Basket. *Kinestetik*, 2(1), 36–43. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i1.9185>

- Widiyanto, I. (2022). Pengaruh Latihan Dribble Figure Eight dan Dribble Z Pattern Terhadap Kemampuan Dribble. *Seminar Nasional Keindonesiaan (FPIPSKR)*.
- Zarwan, H. (2019). Penyusunan Program Latihan Bulutangkis Usia. *Jurnal JPDO*, 2(1), 12–17.
- Zulkifli, A., Gusniati, J., Septi Zulefni, M., Aldania Afendi, R., Asni, W., & Fitriani, Y. (2025). Tutorial uji normalitas dan uji homogenitas dengan menggunakan aplikasi SPSS. *Jurnal Cahaya Nusantara*, 1(2), 3093–8113.

