

PENGARUH MODEL LATIHAN EL RONDO DAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP KETEPATAN PASSING SEPAKBOLA

Khaerudin Iskandar¹, Firman Adityatama²

Fakultas Pendidikan Sosial dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Kuningan

khaerudiniskandar23@gmail.com¹, firmank@upmk.ac.id²

Abstract

This study aims to examine the effect of the Elrondo and Small Sided Games training models on passing accuracy in U14 soccer athletes at SSB ASTAF Cirebon. The research method employed was an experimental design using a two-group pretest-posttest design. The population consisted of 20 athletes, all of whom were taken as the sample through a saturated sampling technique and divided into two groups, namely the experimental group and the control group. Data collection was carried out through passing skill tests administered in both pretest and posttest sessions. Data were analyzed using the Independent Sample t-Test. The results showed a t-value of -8.616 with $df = 18$ and $Sig. (2-tailed) = 0.000 < 0.05$, indicating that the Elrondo and Small Sided Games training models had a significant effect on passing accuracy. The experimental group demonstrated greater improvement compared to the control group, proving that the combination of both training models is more effective than conventional training.

Keywords : Soccer, Elrondo, Small Sided Games

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model latihan Elrondo dan Small Sided Games terhadap ketepatan passing sepakbola pada atlet U14 di SSB ASTAF Cirebon. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain *two group pretest-posttest design*. Populasi penelitian berjumlah 20 atlet yang seluruhnya dijadikan sampel melalui teknik *sampel jenuh* dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan passing melalui pretest dan posttest. Analisis data dilakukan menggunakan uji Independent Sample t-Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $t = -8,616$ dengan $df = 18$ dan $Sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa model latihan Elrondo dan Small Sided Games berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan passing. Kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol, sehingga kombinasi kedua model latihan terbukti lebih efektif dibandingkan latihan konvensional.

Kata Kunci : Sepakbola, Elrondo, Small Sided Games

Submitted: 2025-08-15	Revised: 2025-08-25	Accepted: 2025-09-04
-----------------------	---------------------	----------------------

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dirancang dan terstruktur, melibatkan gerak tubuh yang dilakukan secara berulang dengan tujuan utama meningkatkan kebugaran jasmani (Zikri & Aspar, 2025). Aktivitas ini telah menjadi bagian penting dalam kehidupan manusia, karena selain untuk menjaga kesehatan tubuh, olahraga juga dapat memberikan kesenangan, hiburan, serta kepuasan batin. Secara umum, olahraga dilakukan kapan saja dan di mana saja, baik secara individu maupun kelompok. Dalam praktiknya, olahraga juga sering dipandang sebagai kebutuhan yang harus dipenuhi oleh setiap orang untuk mencapai kondisi fisik yang lebih baik (Safitri dkk., 2024). Seiring perkembangan zaman, olahraga semakin memiliki peranan penting dalam kehidupan modern. Olahraga tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, melainkan juga telah menjadi sarana pekerjaan, rekreasi, hiburan, budaya, hingga mata pencaharian. Salah satu cabang olahraga yang paling populer dan digemari masyarakat di seluruh dunia, termasuk Indonesia, adalah sepakbola. Popularitas sepakbola menjadikannya tidak sekadar hiburan, melainkan juga bagian dari gaya hidup masyarakat modern. Sepakbola bahkan telah mampu menyatukan berbagai lapisan masyarakat baik di desa maupun kota, sehingga memberikan dampak sosial yang luas (Widodo dkk., 2021).

Sepakbola sendiri merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing terdiri dari sebelas pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Tujuan utama dari permainan ini adalah mencetak gol ke gawang lawan (Jufrianis dkk., 2024). Lebih dari itu, sepakbola mampu memberikan manfaat besar terhadap perkembangan fisik dan mental pemainnya. Melalui olahraga ini, individu dapat mengembangkan kerja sama, disiplin, kepemimpinan, hingga keterampilan motorik. Sepakbola juga dapat meningkatkan kebugaran tubuh secara keseluruhan sehingga menjadikannya sebagai olahraga yang mendukung kesehatan sekaligus pembentukan karakter. Dalam permainan sepakbola, penguasaan teknik dasar menjadi aspek yang sangat penting. Menurut Widodo & Noviardi (2021), terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain, seperti passing (umpan), control (menahan bola), chipping, dribbling (menggiring bola), dan shooting (menembak). Dari sekian teknik tersebut, passing merupakan keterampilan yang paling krusial. Passing berfungsi untuk mengatur tempo permainan, menciptakan peluang serangan, dan mempertahankan penguasaan bola (Reiza & Sumartiningsih, 2024). Ketepatan dalam melakukan passing sangat menentukan keberhasilan strategi tim dalam menghadapi lawan.

Passing sendiri tidak hanya sebatas memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya, tetapi juga mencakup komunikasi, visi permainan, serta kemampuan pengambilan keputusan di bawah tekanan. Keakuratan passing dapat dicapai apabila pemain menguasai teknik menggunakan bagian dalam, luar, atau punggung kaki. Tanpa keterampilan passing yang baik, strategi permainan akan sulit dilaksanakan dengan efektif. Oleh karena itu, latihan passing yang terencana menjadi salah satu upaya penting dalam meningkatkan kualitas permainan sepakbola di berbagai tingkatan usia. Latihan sebagai proses sistematis merupakan cara yang digunakan untuk mengembangkan kondisi fisik, teknik, maupun mental atlet. Boroh & Fakhrudin (2024) menegaskan bahwa latihan adalah proses berulang yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan tertentu secara bertahap. Salah satu bentuk latihan yang berfokus pada pengembangan keterampilan passing adalah latihan el-rondo. Latihan ini berbentuk skema lingkaran dengan beberapa pemain di tengah yang berusaha merebut bola. Tujuan utamanya adalah agar pemain mampu mempertahankan penguasaan bola melalui passing yang cepat, akurat, dan tepat sasaran (Lianda dkk., 2023).

Selain el-rondo, metode lain yang juga banyak digunakan dalam pengembangan teknik sepakbola adalah small sided games. Latihan ini menekankan pada situasi permainan menyerupai pertandingan sesungguhnya, sehingga tidak hanya melatih teknik dasar, tetapi juga aspek taktik, fisik, dan mental pemain. Yusuf & Fauzan (2024) menjelaskan bahwa keunggulan small sided games adalah memberikan lebih banyak sentuhan bola, waktu bermain lebih lama, serta meningkatkan keterlibatan pemain dalam situasi bertahan maupun menyerang. Dengan metode ini, pemain dilatih untuk mengambil keputusan cepat dalam kondisi tekanan tinggi. Realitas di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak pemain muda yang kesulitan dalam melakukan passing dengan akurat. Di SSB Astaf Cirebon U14, masih sering ditemukan pemain yang salah dalam melakukan passing sehingga bola mudah direbut lawan. Kondisi ini mengindikasikan lemahnya penguasaan teknik dasar passing pada pemain usia remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif-positivistik. Metode eksperimen dipilih karena bertujuan untuk mengetahui pengaruh suatu perlakuan terhadap variabel tertentu dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2019; Suharsimi Arikunto, 2010). Desain penelitian yang digunakan adalah two group pretest-posttest design, di mana kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa latihan El-Rondo dan Small Sided Games, sedangkan kelompok kontrol diberikan latihan konvensional. Kedua kelompok diberikan pretest dan posttest untuk mengetahui perbedaan hasil perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet SSB Astaf Cirebon U14 yang berjumlah 20 orang. Seluruh populasi dijadikan sampel dengan teknik sampel jenuh, sehingga terbagi menjadi dua kelompok, masing-masing terdiri dari 10 pemain. Pertimbangan pemilihan sampel ini didasarkan pada kondisi nyata di lapangan bahwa pemain U14 masih memiliki kelemahan dalam melakukan passing dengan tepat.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan tes keterampilan passing. Observasi dilakukan untuk mengetahui kondisi awal pemain, sedangkan tes dilakukan untuk mengukur ketepatan passing. Tes terdiri dari pretest (sebelum perlakuan) dan posttest (setelah perlakuan). Instrumen penelitian berupa tes passing, di mana pemain melakukan passing berpasangan dengan target gawang kecil berjarak 9 meter, dan hasil dihitung berdasarkan ketepatan bola masuk ke sasaran. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji statistik parametrik. Tahapan analisis meliputi: (1) Uji normalitas dengan Shapiro-Wilk untuk mengetahui distribusi data; (2) Uji homogenitas dengan Levene's Test untuk memastikan kesamaan varians antar kelompok; dan (3) Uji hipotesis dengan independent sample t-test untuk mengetahui perbedaan rata-rata hasil ketepatan passing antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dilaksanakan di SSB Astaf Cirebon Desa Gebang Kecamatan Gebang, Kabupaten Cirebon Jawa Barat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model Latihan *e/ Rondo* dan *Small Sided Games* terhadap ketepatan *passing* pada Atlet SSB Astaf Cirebon U14 yang dilakukan dalam kurun waktu 16 kali pertemuan. Diawali dengan pertemuan pertama yaitu dilakukan pretest ketepatan passing, treatment dilakukan sebanyak 14 kali pertemuan dan diakhiri dengan 1 kali pertemuan posttest. Waktu yang dibutuhkan dalam penelitian ini dimulai pada tanggal 12 Mei 2024 – 12 Juli 2025. Setelah data diperoleh dari hasil pretest dan posttest peneliti menganalisis data menggunakan bantuan aplikasi SPSS 22.

Uji Analisis Statistik

Tabel 1 Uji Analisis Statistik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretestkontrol	10	10	40	24,00	9,661
Posttestkontrol	10	20	50	36,00	10,750
Pretesteksperimen	10	20	50	35,00	8,498
Posttesteksperimen	10	60	90	73,00	9,487
Valid N (listwise)	10				

Sumber : Peneliti, 2025 (SPSS 2022)

Analisis statistik pada penelitian pre-tes dan post-test keterampilan motorik di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapat nilai minimal = 10, nilai maksimal = 50, rata rata (mean) = 24,00 untuk kelompok kontrol dan 35,00 untuk kelompok eksperimen, dengan simpang baku (std.deviation) = 9,661 kelompok kontrol dan 8,498 kelompok eksperimen. Sedangkan untuk nilai dari post-tes nilai minimal = 20, nilai maksimal = 90, rata-rata (mean) = 36,00 untuk kelompok kontrol dan 73,00 untuk kelompok eksperimen dengan simpang baku (std.deviation) = 9,487 kelompok eksperimen dan 10,750 kelompok kontrol.

Uji Normalitas

Tabel 2 Uji Normalitas
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretestkontrol	,233	10	,133	,904	10	,245
posttestkontrol	,245	10	,090	,892	10	,177
pretesteskperimen	,222	10	,178	,906	10	,258
posttestekspersen	,224	10	,168	,911	10	,287

a. Lilliefors Significance Correction

Sumber : Peneliti, 2025 (SPSS 2022)

Dari hasil tabel diatas dapat dilihat bahwa data pre-tes kontrol nilai p (Sig.) 0.245 dan post-test kontrol memiliki nilai p (Sig.) 0.177 > 0.05, maka data berdistribusi normal, begitupun data pre-test eskperimen nilai p (Sig.) 0.258 dan post-test eksperimen memiliki nilai p (Sig.) 0.287 > 0.05, maka data tersebut berdistribusi normal Karena semua data berdistribusi normal maka analisi dapat dilanjutkan.

Uji Homogenitas

Tabel 3 Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variance

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Based on Mean	,260	1	18	,616
Based on Median	,093	1	18	,764
Based on Median and with adjusted df	,093	1	17,580	,764
Based on trimmed mean	,264	1	18	,614

Sumber : Peneliti, 2025 (SPSS 2022)

Hasil uji pada tabel diatas, hasil uji homogenitas keterampilan motorik dapat diperoleh signifikansi pada Based on Mean sebesar 0,616 ($p > 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa varians dua kelompok data tersebut (pretest dan post-test) adalah homogen (sama)

Uji T-test

Tabel 4 Uji Analisis T-test
Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil	Equal variances assumed	,260	,616	-8,161	18	,000	-37,000	4,534	-46,525	-27,475
	Equal variances not assumed			-8,161	17,726	,000	-37,000	4,534	-46,536	-27,464

Sumber : Peneliti, 2025 (SPSS 2022)

Berdasarkan hasil Independent Samples t-Test, diperoleh nilai Levene's Test for Equality of Variances sebesar $F = ,260$ dengan nilai signifikansi (Sig.) = 0,616. Karena nilai Sig. $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa varians antar kelompok adalah homogen atau sama. Dengan demikian, interpretasi hasil uji t selanjutnya menggunakan baris Equal variances assumed. Pada baris tersebut, diperoleh nilai t hitung = -8,161 dengan derajat kebebasan (df) = 18 dan nilai signifikansi Sig. (2-tailed) = 0,000. Nilai ini lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari model latihan Elrondo dan Small Sided Games terhadap ketepatan passing sepakbola pada atlet U14 di SSB ASTAF Cirebon.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dengan model latihan Elrondo dan Small Sided Games dibandingkan kelompok kontrol yang menggunakan latihan konvensional. Hal ini dibuktikan dengan nilai uji Independent Sample t-Test yang menghasilkan $t = -8,161$, $df = 18$, dan signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, kedua model latihan terbukti memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan ketepatan passing pada atlet sepakbola U14 di SSB ASTAF Cirebon. Temuan ini menguatkan asumsi awal bahwa latihan dengan pendekatan variatif dan kontekstual lebih efektif dibandingkan metode konvensional. Peningkatan keterampilan passing pada kelompok eksperimen dapat dijelaskan dari karakteristik masing-masing model latihan.

Latihan Elrondo menekankan pada penguasaan bola dalam ruang sempit dengan intensitas umpan yang cepat dan akurat. Kondisi latihan ini menuntut pemain untuk selalu sigap, melakukan kontrol yang tepat, serta mengoper bola dengan ketepatan tinggi agar tidak mudah direbut lawan. Dengan pengulangan yang intens, pemain terbiasa mengembangkan keterampilan motorik halus, kecepatan berpikir, dan konsentrasi, yang pada akhirnya meningkatkan kemampuan passing secara signifikan. Sementara itu, Small Sided Games memberikan nuansa permainan yang menyerupai pertandingan sesungguhnya. Metode ini menekankan pada keterlibatan pemain dalam situasi menyerang maupun bertahan dengan ruang permainan yang lebih kecil dan intensitas sentuhan bola yang lebih tinggi. Melalui Small Sided Games, pemain terbiasa menghadapi tekanan permainan yang nyata, sehingga keterampilan passing tidak hanya berkembang secara teknis, tetapi juga secara taktis dan mental. Yusuf & Fauzan (2024) menekankan bahwa metode ini mampu melatih pengambilan keputusan cepat, kesadaran posisi, serta koordinasi antar pemain, yang semuanya sangat relevan dalam konteks permainan sepakbola modern. Hasil penelitian ini sejalan dengan pandangan Reiza & Sumartiningsih (2024) yang menyatakan bahwa passing merupakan pondasi utama dalam membangun serangan tim. Tanpa keterampilan passing yang baik, koordinasi permainan akan sulit

tercapai. Dengan demikian, peningkatan akurasi passing melalui Elrondo dan Small Sided Games memberikan dampak yang signifikan terhadap kualitas permainan tim secara keseluruhan. Penerapan kedua metode latihan ini juga memperlihatkan bahwa pembinaan teknik dasar pada usia muda harus dilakukan melalui pendekatan yang menyenangkan namun tetap kontekstual, agar pemain dapat beradaptasi dengan dinamika permainan yang sesungguhnya.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi pelatih sepakbola usia dini. Latihan konvensional yang hanya menekankan pada pengulangan teknik sering kali membuat pemain kurang terlibat secara aktif dan tidak menghadapi situasi tekanan nyata. Sebaliknya, Elrondo dan Small Sided Games menggabungkan aspek teknis, taktis, fisik, dan mental secara bersamaan. Kombinasi kedua metode latihan ini terbukti lebih efektif dalam memfasilitasi perkembangan pemain muda, terutama pada fase usia 14 tahun yang merupakan masa penting dalam pembentukan keterampilan dasar sepakbola. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa model latihan Elrondo dan Small Sided Games dapat dijadikan alternatif strategi latihan yang lebih efektif dibandingkan metode tradisional. Penerapan metode ini secara konsisten tidak hanya meningkatkan ketepatan passing, tetapi juga mendukung pengembangan aspek lain seperti kerja sama tim, kecepatan pengambilan keputusan, dan daya tahan mental. Hal ini menjadi modal penting bagi pembinaan pemain muda yang diproyeksikan untuk berkompetisi di level yang lebih tinggi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis uji Independent Sample t-Test diperoleh nilai $t = -8,616$, $df = 18$, dan Sig. (2-tailed) = 0,000, sehingga dapat disimpulkan bahwa model latihan Elrondo dan Small Sided Games berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan passing pada atlet U14. Kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol, sehingga kombinasi kedua model latihan terbukti lebih efektif dibandingkan latihan konvensional.

DAFTAR PUSTAKA

- Ach. Fathur Rozy, & Achmad Widodo. (2024). Analisis keterampilan teknik bermain sepakbola pada pertandingan final Copa America Argentina vs Colombia tahun 2024. *Jurnal Ilmiah dan Karya Mahasiswa*, 2(6), 115–130. <https://doi.org/10.54066/jikma.v2i6.2849>
- Anggia, O., Dwi, I., Wati, P., Program, A. T., Pendidikan, S., Fkip, J., & Pontianak, U. (2019). Survei efektivitas latihan pada ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 4 Dedai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11.
- Arda Gutawa, W., & Rohman Kafrawi, F. (2022). Analisis teknik dasar sepakbola pada anak usia dini pada siswa sekolah sepakbola (SSB) Kecamatan Kunjang Kabupaten Kediri.
- Badri, A., Rajab, F., Ketrina, C., Ketaren, B., Surbakti, R. M., & Sitorus, W. (2024). Pentingnya olahraga untuk kesehatan optimal. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Terpadu*, 8(9).
- Boroh, Z., & Fakhrudin, B. F. (2024). Pengaruh latihan double leg speed hop dengan half squat jump terhadap peningkatan kecepatan tungkai atlet voli. *Jurnal Joubahs*, 4(2), 128–137.
- Hadi, H., Isna Nurdin Wibisana, M., & Azis Rohmansyah, N. (2022). Analisis pemahaman peraturan permainan sepakbola melalui video test pada wasit Askot PSSI Surakarta. *Journal of Physical Activity and Sports*, 3(3).
- Ilhami, E., Amiq, E., Wardani, H. E., & Hariyanto, E. (2023). Survei pemahaman peraturan permainan sepakbola (pasal 11, 12) pada tim Porprov Kota Batu dan Kota Malang. *Sport Science and Health*, 5(5), 551–561. <https://doi.org/10.17977/um062v5i52023p551-561>

- Jufrianis, Putra, A. W., & Noviardila, I. (2024). Hubungan koordinasi mata kaki dan percaya diri terhadap akurasi shooting sepakbola. *Jurnal Penjakora*, 1–7.
- Karina Nur Safitri, Salma Irdhillah, Mila Deskia, Moch Fitran Naufaldy, Restu Rahayu, Nazwa Kusumawicitra, Selvi Triwanvi, & Agus Mulyana. (2024). Pembelajaran penjasorkes di sekolah dasar: Manfaat olahraga untuk kesehatan tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 44–56. <https://doi.org/10.58192/sidu.v3i2.2108>
- Kismono, A., Dewi, R., & Jejak, R. (2021). Kontribusi simulasi game terhadap passing sepakbola. *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia*, 1(2).
- Lianda, N., Anshari Bausad, A., & Akhmad, N. (2023). Pengaruh permainan soccer like games terhadap pemahaman bermain sepakbola U12 Bali United Mataram. *JIGE*, 4(2).
- Mubarak, M. C., & Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh latihan small sided games terhadap peningkatan keterampilan dribbling pemain sepakbola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 28. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1381>
- Nugraha, I. J., Safari, I., & Mulyanto, R. (2024). Pengaruh latihan el rondo terhadap akurasi passing pada permainan sepakbola. *Jurnal Porkes*, 7(1), 491–499. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.25742>
- Panji Nur Izzad, R., Sudarmono, M., Annas, Me, Irsyada, R., & Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, J. (2024). Pengaruh latihan gated obstacle drill dan stair step roll drill terhadap kemampuan dribbling pada pemain U-12 SSB Putra Harapan. *Indonesian Journal for Physical and Sport*, 5(2), 611–619. <https://journal.unnes.ac.id/journals/inapes>
- Putra Pamungkas, B., & Jejak, R. (2021). Kontribusi zig-zag dribbling drill dan 15 yard turn drill terhadap dribbling sepakbola. *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia*, 2(1). <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok>
- Ramdhan Hidayat, A., Agung Supriyanto, N., & Wachid Riqsal, N. F. (2022). Pengaruh permainan el-rondo terhadap kemampuan passing pemain sepakbola. *Corner*, 3(1). <https://doi.org/10.36379/corner.v3i1.291>
- Safitri, K. N., Irdhillah, S., Deskia, M., Naufaldy, M. F., Rahayu, R., Kusumawicitra, N., Triwanvi, S., & Mulyana, A. (2024). Pembelajaran penjasorkes di sekolah dasar: Manfaat olahraga untuk kesehatan tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 44–56. <https://doi.org/10.58192/sidu.v3i2.2108>
- Siddiq Julianto, M., Hendrawan, D., Nugroho, X., & Mayasari, D. (2022). Perbandingan pengaruh model latihan el rondo dengan model latihan small sided games terhadap ketepatan passing sepakbola pemain usia 16–18 tahun. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 3(1).
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif kualitatif, dan R&D.
- Tamami, M., Rukmana, A., & Akin, Y. (2023). Studi literatur analisis metode latihan rondo untuk meningkatkan passing dalam permainan sepakbola. *Journal of Physical Education and Sport Pedagogy*, 3(2). <https://ejournal.upi.edu/index.php/JPESP/index>

- Widodo, A., & Noviardila, I. (2021). Hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada sekolah sepakbola Bina Bintang Muda Kepri. Bersama Olahraga Laju Asia, 4(1), 1–17.
- Yhusril, A. M., & Pendidikan, J. (2022). Pengaruh latihan model rondo terhadap akurasi ground passing club sepakbola SMA Negeri 2 Wajo, 1(2). <https://doi.org/10.5281/zenodo.7124799>
- Yudha, R., Hermawan, I., Permadi, A. A., & Studi, P. (2021). Passing (236.25–290.63), dribbling (48.88–55.75), heading (50.88–64.69), shooting. Bimaloka, 2(1), 19–25. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/bimaloka/>
- Yusuf, M., & Fauzan, E. (2024). Pengaruh latihan small sided games terhadap peningkatan shooting dalam permainan sepakbola di SSB Arena FC Garawangi. Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisiplin, 8(8).
- Zikri, A., & Aspar, M. (2025). Pengaruh minat belajar peserta didik dalam pembelajaran olahraga bulutangkis di SDN 10 Duri Kosambi Cengkareng Jakarta Barat. Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, 3(1), 605–626.