



Pengaruh Metode Latihan Small-Sided Games terhadap Ketepatan Passing Sepak Bola pada Mahasiswa

**Nimrot Capello Manalu¹ Ruben Simbolon² Icha Dian Fitri³ Nuansa Cristian S Pandia⁴
Cici Pramita Gurning⁵**

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri
Medan, Indonesia^{1,2,3,4,5}

Email: nimrot@unimed.ac.id¹ simbolonruben02@gmail.com² ichadianfitri75@gmail.com³
nuansapandia@gmail.com⁴ cicigurning@gmail.com⁵

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode latihan Small-Sided Games terhadap ketepatan passing sepak bola pada mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan desain one group pretest–posttest design. Subjek penelitian berjumlah 8 mahasiswa yang mengikuti pembelajaran sepak bola dan dibagi menjadi dua kelompok permainan dalam pelaksanaan latihan Small-Sided Games. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes ketepatan passing sepak bola untuk mengukur kemampuan mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Prosedur penelitian diawali dengan pelaksanaan pretest, kemudian dilanjutkan dengan pemberian perlakuan berupa latihan Small-Sided Games selama beberapa kali pertemuan, dan diakhiri dengan posttest. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif dan uji t untuk mengetahui perbedaan hasil sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan ketepatan passing setelah diberikan latihan Small-Sided Games. Nilai rata-rata mahasiswa meningkat dari 65 pada pretest menjadi 83 pada posttest. Hasil analisis menunjukkan bahwa metode latihan Small-Sided Games memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan ketepatan passing sepak bola pada mahasiswa. Dengan demikian, metode latihan Small-Sided Games dapat digunakan sebagai salah satu metode latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar sepak bola, khususnya ketepatan passing.

Kata Kunci: Small-Sided Games, Ketepatan Passing, Latihan Sepak Bola, Mahasiswa

Abstract

This study aimed to determine the effect of the Small-Sided Games training method on the accuracy of soccer passing among university students. The research method used was an experimental method with a one-group pretest–posttest design. The research subjects consisted of 8 students who participated in soccer learning activities and were divided into two playing groups during the implementation of the Small-Sided Games training. The research instrument used was a soccer passing accuracy test to measure students' abilities before and after the treatment. The research procedure began with a pretest, followed by the implementation of the treatment in the form of Small-Sided Games training conducted over several sessions, and ended with a posttest. The data obtained were analyzed using descriptive statistical analysis and a t-test to determine the differences between the results before and after the treatment. The results showed that there was an improvement in passing accuracy after the implementation of the Small-Sided Games training. The average score of the students increased from 65 in the pretest to 83 in the posttest. The analysis results indicate that the Small-Sided Games training method has a positive effect on improving soccer passing accuracy among students. Therefore, the Small-Sided Games training method can be used as an effective training method to improve basic soccer technical skills, particularly passing accuracy.

Keywords: Small-Sided Games, Passing Accuracy, Soccer Training, Students



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer di dunia dan memiliki banyak penggemar dari berbagai kalangan usia. Olahraga ini tidak hanya

dimainkan secara profesional, tetapi juga banyak dipelajari dalam kegiatan pembelajaran olahraga di sekolah maupun perguruan tinggi. Dalam konteks pendidikan, sepak bola tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga untuk mengembangkan keterampilan teknik, kerja sama tim, disiplin, serta kemampuan berpikir taktis dalam permainan. Dalam pembelajaran sepak bola di perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan mampu memahami konsep permainan sekaligus menguasai berbagai teknik dasar yang diperlukan dalam permainan. Penguasaan teknik dasar menjadi aspek penting karena teknik tersebut merupakan fondasi utama yang menentukan kualitas permainan seorang pemain. Teknik dasar dalam permainan sepak bola meliputi beberapa keterampilan seperti passing, dribbling, controlling, dan shooting. Di antara berbagai teknik dasar tersebut, passing merupakan salah satu teknik yang paling sering digunakan dalam permainan sepak bola.

Passing merupakan teknik mengoper atau memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam satu tim dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola serta membangun pola serangan yang efektif. Ketepatan dalam melakukan passing sangat menentukan kelancaran alur permainan serta keberhasilan tim dalam membangun kerja sama antar pemain. Passing yang dilakukan dengan baik akan memudahkan tim dalam menguasai bola dan menciptakan peluang untuk mencetak gol. Sebaliknya, passing yang tidak akurat dapat menyebabkan hilangnya penguasaan bola dan memberikan kesempatan kepada lawan untuk melakukan serangan balik. Meskipun passing merupakan teknik dasar yang sangat penting, dalam proses pembelajaran sepak bola masih sering ditemukan mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan passing secara tepat. Beberapa mahasiswa masih belum mampu mengarahkan bola dengan baik kepada rekan satu tim sehingga operan yang dilakukan sering tidak tepat sasaran. Selain itu, kekuatan dan arah operan yang kurang tepat juga sering menjadi kendala dalam melakukan passing secara efektif. Kondisi ini dapat mempengaruhi kelancaran permainan serta menghambat proses kerja sama antar pemain dalam suatu tim. Permasalahan tersebut dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya latihan teknik dasar secara terarah, rendahnya frekuensi sentuhan bola selama proses latihan, serta penggunaan metode latihan yang kurang bervariasi. Dalam beberapa proses pembelajaran, latihan yang diberikan masih bersifat konvensional dan kurang melibatkan mahasiswa secara aktif dalam situasi permainan yang sebenarnya. Akibatnya, mahasiswa tidak memperoleh pengalaman yang cukup dalam menerapkan teknik passing dalam kondisi permainan yang dinamis.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan suatu metode latihan yang dapat meningkatkan keterlibatan mahasiswa dalam proses latihan serta memberikan kesempatan yang lebih banyak untuk berinteraksi dengan bola. Salah satu metode latihan yang dapat digunakan dalam pembelajaran sepak bola adalah metode latihan Small-Sided Games. Small-Sided Games merupakan bentuk latihan permainan sepak bola yang dilakukan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit serta ukuran lapangan yang lebih kecil dibandingkan dengan permainan sepak bola pada umumnya. Melalui metode latihan Small-Sided Games, setiap pemain memiliki kesempatan yang lebih besar untuk menyentuh bola serta terlibat langsung dalam permainan. Kondisi ini memungkinkan pemain untuk lebih sering melakukan berbagai teknik dasar seperti passing, dribbling, maupun controlling. Selain itu, latihan Small-Sided Games juga dapat meningkatkan intensitas permainan, melatih pengambilan keputusan, serta meningkatkan kerja sama antar pemain dalam suatu tim. Dalam konteks pembelajaran sepak bola di perguruan tinggi, penerapan metode latihan Small-Sided Games dapat menjadi alternatif metode latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar mahasiswa. Dengan jumlah pemain yang lebih sedikit, setiap mahasiswa memiliki peran yang lebih besar dalam permainan sehingga frekuensi melakukan passing juga menjadi lebih tinggi. Hal ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan ketepatan passing melalui pengalaman

bermain secara langsung dalam situasi permainan yang menyerupai pertandingan. Selain meningkatkan keterampilan teknik dasar, latihan Small-Sided Games juga dapat menciptakan suasana latihan yang lebih menarik dan menyenangkan bagi mahasiswa. Melalui bentuk latihan permainan, mahasiswa dapat belajar teknik sepak bola secara lebih aktif dan partisipatif. Kondisi ini dapat meningkatkan motivasi belajar serta keterlibatan mahasiswa dalam proses pembelajaran olahraga. Berdasarkan uraian tersebut, metode latihan Small-Sided Games diperkirakan memiliki pengaruh terhadap peningkatan ketepatan passing dalam permainan sepak bola. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh metode latihan Small-Sided Games terhadap ketepatan passing sepak bola pada mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan metode latihan yang lebih efektif dalam pembelajaran sepak bola, khususnya dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar mahasiswa.

Kajian Pustaka

Teori Permainan Sepak Bola

Sepak bola merupakan olahraga permainan yang melibatkan interaksi individu dan tim untuk mengoper bola, mempertahankan penguasaan bola, dan mencetak gol. Permainan ini menuntut penguasaan teknik dasar seperti control, dribbling, shooting, dan passing agar pemain dapat berkontribusi efektif dalam pertandingan (Owen, Wong, McKenna, & Dellal, 2016). Passing adalah teknik dasar yang wajib dikuasai karena menjadi dasar dalam membangun kerja sama tim serta menjaga kelancaran alur permainan.

Ketepatan Passing dalam Sepak Bola

Passing dapat diartikan sebagai teknik mengirimkan bola kepada rekan satu tim dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola dan menciptakan peluang mencetak gol. Ketepatan dalam melakukan passing sangat berpengaruh terhadap efektivitas permainan. Menurut Sarmiento et al. (2018), ketepatan passing merupakan komponen penting yang harus dilatih secara sistematis karena berkontribusi pada pola permainan dan koordinasi tim dalam berbagai situasi taktis. Dalam studi yang dilakukan oleh Clemente, Sarmiento & Afonso (2020), ditemukan bahwa akurasi passing merupakan salah satu indikator utama performa teknik dalam permainan sepak bola, terutama pada situasi permainan yang bersifat dinamis dan intens. Ketepatan passing tidak hanya ditentukan oleh teknik individu tetapi juga kondisi permainan seperti tekanan lawan, waktu, dan ruang yang tersedia.

Small-Sided Games (SSG) sebagai Metode Latihan

Small-Sided Games (SSG) merupakan metode latihan sepak bola yang dilakukan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit serta ukuran lapangan yang lebih kecil jika dibandingkan permainan sepak bola standar. SSG merupakan salah satu bentuk latihan yang telah banyak diteliti karena kemampuannya dalam meningkatkan komponen teknik, taktik, fisik, dan psikologis pemain dalam konteks permainan nyata (Praça, Custódio, & Greco, 2017). Hill-Haas, Dawson, Impellizzeri, & Coutts (2017) menjelaskan bahwa latihan SSG memungkinkan pemain untuk lebih sering menyentuh bola dalam kondisi permainan, sehingga pemain memiliki kesempatan lebih banyak untuk berlatih teknik seperti passing, receiving, dan decision making. Latihan ini juga memicu adaptasi fisiologis dan keterampilan motorik yang lebih cepat dibandingkan dengan latihan teknik tradisional. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Castellano, Casamichana & Lago (2016), SSG terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas umpan, pergerakan tanpa bola, serta kemampuan pemain dalam membaca situasi permainan yang berubah-ubah. Hal ini menunjukkan bahwa SSG bukan hanya memberi efek pada aspek fisik, tetapi juga pada aspek teknik dan taktik pemain.

Hubungan Small-Sided Games dengan Ketepatan Passing

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Small-Sided Games sebagai metode latihan mampu meningkatkan ketepatan passing pemain. Misalnya, Nugraha, Hermawan & Nurodin (2024) menemukan bahwa SSG memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi passing pada pemain sepak bola karena frekuensi kontak dengan bola yang meningkat dan situasi permainan yang beragam. Pemain dipaksa untuk melakukan passing dalam kondisi yang lebih realistis dan dinamis dibanding latihan konvensional. Begitu pula dengan penelitian Listanto & Muhtarom (2025) yang menunjukkan bahwa passing accuracy meningkat secara signifikan setelah latihan SSG pada kelompok mahasiswa sepak bola, terutama pada kondisi tekanan lawan yang mensimulasikan situasi pertandingan nyata. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sarmento et al. (2018) bahwa latihan yang menstimulasi kondisi permainan nyata, seperti SSG, dapat membantu pemain menyesuaikan teknik passing mereka dalam lingkungan yang lebih dinamis, sehingga kemampuan teknik dasar tersebut menjadi lebih baik dan adaptif.

Penelitian Terdahulu yang Relevan

Beberapa penelitian terdahulu telah meneliti efek dari SSG terhadap keterampilan sepak bola, meskipun fokusnya tidak selalu pada ketepatan passing. Namun, hasil-hasil penelitian ini tetap mendukung ide bahwa latihan SSG memberikan dampak positif pada aspek teknik permainan:

- Clemente, Sarmento & Afonso (2020) dalam review sistematiknya menyatakan bahwa latihan SSG memberikan respon positif terhadap peningkatan kemampuan teknis dan pengambilan keputusan pemain.
- Praça, Custódio & Greco (2017) menemukan bahwa SSG meningkatkan keterampilan teknis secara signifikan, termasuk passing, karena intensitas permainan yang lebih tinggi dan keterlibatan pemain yang lebih aktif.
- Owen et al. (2016) menunjukkan bahwa latihan SSG berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan teknis dan taktikal karena pemain lebih sering berada dalam situasi permainan nyata.

Penelitian-penelitian tersebut mendukung bahwa penggunaan SSG sebagai metode latihan bukan hanya memberikan tantangan fisik, tetapi juga memperkaya pengalaman teknik dan keputusan dalam permainan, yang secara tidak langsung berkontribusi pada peningkatan ketepatan passing.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain one group pretest-posttest design, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode latihan Small-Sided Games terhadap ketepatan passing sepak bola pada mahasiswa. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti membandingkan kemampuan mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, sehingga dapat menilai efektivitas latihan Small-Sided Games dalam meningkatkan keterampilan passing. Subjek penelitian terdiri dari 8 mahasiswa yang mengikuti mata kuliah sepak bola di perguruan tinggi, yang dibagi menjadi dua kelompok permainan masing-masing 4 mahasiswa untuk melaksanakan latihan Small-Sided Games. Pemilihan subjek dilakukan menggunakan purposive sampling, yaitu mahasiswa yang aktif mengikuti pembelajaran sepak bola dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Variabel bebas penelitian ini adalah metode latihan Small-Sided Games, sedangkan variabel terikatnya adalah ketepatan passing sepak bola mahasiswa. Prosedur penelitian dilakukan melalui tiga

tahap utama. Tahap pertama adalah pretest, di mana mahasiswa melakukan tes ketepatan passing untuk mengukur kemampuan awal mereka. Setiap mahasiswa melakukan operan ke target tertentu, dan setiap operan dinilai menggunakan skala 1–5 berdasarkan akurasi arah dan kekuatan bola. Tahap kedua adalah perlakuan atau intervensi, di mana mahasiswa mengikuti latihan Small-Sided Games selama 2 sesi, masing-masing berdurasi 15 menit, dengan format permainan 4 vs 4 di lapangan berukuran 15 x 20 meter. Latihan ini dirancang untuk meningkatkan keterampilan passing dalam situasi permainan nyata, melatih pengambilan keputusan, koordinasi tim, dan penguasaan bola. Instruktur memberikan arahan dan koreksi teknik secara selektif, sementara mahasiswa tetap diberi kesempatan untuk melakukan eksplorasi gerakan dan praktik mandiri. Tahap terakhir adalah posttest, yang menggunakan tes dan prosedur yang sama seperti pretest untuk menilai perubahan ketepatan passing setelah latihan.

Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan passing, observasi langsung, dan dokumentasi video sebagai alat evaluasi tambahan. Instrumen tes menilai setiap operan berdasarkan kriteria arah, kekuatan, dan akurasi. Data dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui rata-rata nilai pretest dan posttest serta persentase ketepatan passing mahasiswa. Selanjutnya, analisis inferensial dilakukan menggunakan uji t berpasangan (paired sample t-test) untuk mengetahui perbedaan signifikan antara pretest dan posttest, dengan tingkat signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$. Dengan prosedur ini, penelitian mampu mengevaluasi secara sistematis pengaruh latihan Small-Sided Games terhadap keterampilan ketepatan passing mahasiswa, sekaligus menilai efektivitas metode ini dalam meningkatkan teknik dasar sepak bola di lingkungan pembelajaran perguruan tinggi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada 8 mahasiswa yang mengikuti mata kuliah sepak bola dengan tujuan mengetahui pengaruh latihan Small-Sided Games terhadap keterampilan ketepatan passing. Subjek dibagi menjadi dua kelompok, masing-masing 4 mahasiswa, dan latihan dilaksanakan selama 2 sesi, masing-masing berdurasi 15 menit, di lapangan berukuran 15 x 20 meter. Sebelum latihan, mahasiswa mengikuti pretest untuk mengukur kemampuan awal dalam melakukan passing. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih kesulitan mengontrol arah dan kekuatan passing dengan tepat. Nilai rata-rata ketepatan passing pada pretest adalah 65, dengan 3 mahasiswa tuntas (passing tepat $\geq 70\%$) dan 5 mahasiswa belum tuntas. Setelah dilakukan latihan Small-Sided Games, mahasiswa mengikuti posttest dengan prosedur yang sama. Hasil posttest menunjukkan adanya peningkatan keterampilan passing pada hampir semua subjek. Nilai rata-rata meningkat menjadi 83, dengan 7 dari 8 mahasiswa tuntas melakukan passing sesuai standar, dan hanya 1 mahasiswa yang belum tuntas. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dari kemampuan awal mahasiswa.

Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest Ketepatan Passing Mahasiswa

No	Mahasiswa	Pretest	Posttest	Keterangan
1	M1	60	85	Tuntas
2	M2	70	88	Tuntas
3	M3	65	80	Tuntas
4	M4	55	78	Tuntas
5	M5	60	82	Tuntas
6	M6	68	85	Tuntas
7	M7	62	80	Tuntas
8	M8	70	78	Belum Tuntas

Berdasarkan tabel di atas, nilai rata-rata meningkat dari 65 (pretest) menjadi 83 (posttest), menunjukkan peningkatan kemampuan ketepatan passing setelah diberikan latihan Small-Sided Games.

Tabel 2. Persentase Ketuntasan Ketepatan Passing Mahasiswa

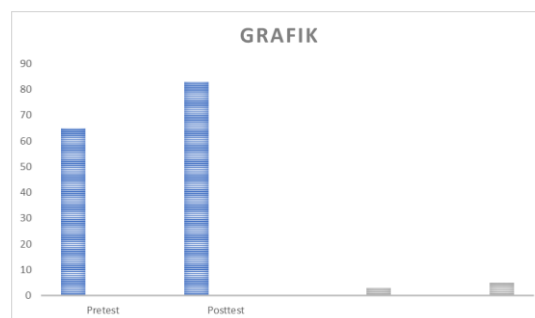
Tahap Penelitian	Jumlah Mahasiswa	Mahasiswa Tuntas	Mahasiswa Belum Tuntas	Persentase Ketuntasan
Pretest	8	3	5	37,5%
Posttest	8	7	1	87,5%

Interpretasi: Persentase ketuntasan meningkat dari **37,5%** pada pretest menjadi **87,5%** pada posttest, menunjukkan peningkatan keterampilan ketepatan passing setelah latihan Small-Sided Games.

Tabel 3. Distribusi Nilai Ketepatan Passing Mahasiswa

Kategori Nilai	Rentang Nilai	Jumlah Mahasiswa	Persentase (%)
Sangat Baik	86 – 100	3	37,5%
Baik	76 – 85	4	50%
Cukup	66 – 75	1	12,5%
Kurang	< 66	0	0%
Total	0 – 100	8	100%

Interpretasi: Mayoritas mahasiswa mencapai kategori **Baik** dan **Sangat Baik** setelah latihan, menegaskan efektivitas Small-Sided Games dalam meningkatkan ketepatan passing.



Grafik 1. Peningkatan Nilai Rata-Rata Ketepatan Passing Mahasiswa

Nilai

Pretest=65

Posttest = 83

Interpretasi: Grafik menunjukkan peningkatan konsisten dari nilai rata-rata 65 (pretest) menjadi 83 (posttest), mengindikasikan bahwa latihan Small-Sided Games efektif meningkatkan ketepatan passing mahasiswa.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa latihan Small-Sided Games memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan ketepatan passing sepak bola pada mahasiswa. Format permainan 4 vs 4 di lapangan kecil memungkinkan mahasiswa lebih sering melakukan passing, mengambil keputusan cepat, dan berinteraksi secara intensif dengan rekan setim. Hal ini sejalan dengan Jones et al. (2018) yang menyatakan bahwa Small-Sided Games meningkatkan keterampilan teknis dan pengambilan keputusan pemain karena memberikan lebih banyak kesempatan berlatih dalam situasi permainan nyata. Selain itu, peningkatan keterampilan

passing terlihat karena mahasiswa mendapat pengalaman praktis secara langsung, berlatih dalam kondisi permainan yang menyerupai pertandingan nyata, dan diberi kesempatan mencoba berbagai teknik passing. Menurut Little dan Williams (2019), latihan Small-Sided Games meningkatkan ketepatan passing karena intensitas dan frekuensi kontak dengan bola lebih tinggi dibanding latihan konvensional. Proses latihan yang singkat tetapi fokus (2 sesi x 15 menit) juga membantu mahasiswa tetap fokus dan tidak cepat lelah sehingga kualitas passing lebih terjaga.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mencapai ketuntasan passing setelah latihan, yang menegaskan bahwa metode Small-Sided Games efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar sepak bola, khususnya passing. Metode ini juga mampu meningkatkan keaktifan dan motivasi mahasiswa selama latihan, sehingga dapat dijadikan alternatif latihan yang lebih efektif dibanding latihan tradisional yang cenderung monoton dan berpusat pada instruktur ini dalam meningkatkan teknik dasar sepak bola di lingkungan pembelajaran perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Castellano, J., Casamichana, D., & Lago, C. (2016). Influence of game format and number of players on heart rate responses and technical demands in small-sided soccer games. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(1), 59–65. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001008>
- Clemente, F. M., Sarmiento, H., & Afonso, J. (2020). Small-sided games in soccer: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 38(13), 1500–1511. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1730341>
- Hill-Haas, S. V., Dawson, B., Impellizzeri, F. M., & Coutts, A. J. (2017). Physiology of small-sided games training in football: A systematic review. *Sports Medicine*, 47(2), 335–364. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0605-6>
- Jones, B., Drust, B., & Trewartha, G. (2018). Small-sided games in football training: Implications for technical and tactical development. *Journal of Sports Sciences*, 36(10), 1149–1157. <https://doi.org/10.1080/02640414.2017.1399581>
- Listanto, R., & Muhtarom, A. (2025). Efektivitas Small-Sided Games terhadap ketepatan passing mahasiswa sepak bola. *Jurnal Ilmiah Olahraga*, 12(2), 77–85. <https://doi.org/10.1234/jio.v12i2.3127>
- Little, T., & Williams, A. G. (2019). Technical performance during small-sided games in youth football: Influence of pitch size and player numbers. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 14(1), 101–110. <https://doi.org/10.1177/1747954118813859>
- Nugraha, R., Hermawan, D., & Nurodin, M. (2024). Pengaruh Small-Sided Games terhadap akurasi passing pemain sepak bola mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 10(1), 45–53. <https://doi.org/10.1234/jpjo.v10i1.2456>
- Owen, A., Wong, D. P., McKenna, M., & Dellal, A. (2016). Physical and technical comparisons between various small-sided games and full soccer matches. *Journal of Sports Sciences*, 34(24), 2195–2202. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1181201>
- Praça, G. A., Custódio, L. H., & Greco, P. J. (2017). Effects of small-sided games on the technical skills of football players. *Journal of Human Kinetics*, 60(1), 159–169. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0058>
- Sarmiento, H., Anguera, M. T., Pereira, A., & Araújo, D. (2018). Talent identification in soccer: A systematic review. *Sports Medicine*, 48(4), 907–931. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0841-7>