

## PENGARUH LATIHAN PASSING DIAMOND TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PERSISAM FC TALIWANG KAB SUMBAWA BARAT TAHUN 2023

Izam Fanzuri<sup>1</sup>, Arif Yanuar Musrifin<sup>2</sup>, Andi Anshari Bausad<sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat,  
Universitas Pendidikan Mandalika<sup>1,2,3</sup>  
e-mail: [izamfanzuri909@gmail.com](mailto:izamfanzuri909@gmail.com)

### ABSTRAK

Sepak bola menuntut penguasaan teknik dasar yang optimal, khususnya kemampuan passing sebagai elemen kunci dalam membangun pola permainan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas latihan *passing diamond* dalam meningkatkan kemampuan passing pemain sepak bola Persisam FC Taliwang, Kabupaten Sumbawa Barat. Penelitian menggunakan pendekatan eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*, melibatkan 15 pemain yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tes *passing-stopping*, sedangkan analisis data dilakukan dengan uji *paired sample t-test*. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah perlakuan diberikan, ditunjukkan oleh nilai t-hitung sebesar 4,773 yang melampaui t-tabel 1,761 pada taraf signifikansi 5%. Secara kuantitatif, terjadi peningkatan rata-rata sebesar 1,60 poin atau sekitar 20,5% dibandingkan kondisi awal. Temuan ini mengindikasikan bahwa latihan yang diterapkan mampu meningkatkan ketepatan operan, koordinasi gerak, serta kecepatan pengambilan keputusan pemain dalam situasi permainan yang dinamis. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa latihan *passing diamond* efektif digunakan sebagai strategi untuk meningkatkan kemampuan passing pemain sepak bola. Metode ini berpotensi menjadi alternatif pendekatan latihan yang lebih variatif dan kontekstual bagi pelatih dalam menyusun program latihan, khususnya dalam pengembangan keterampilan teknik dasar pemain.

**Kata Kunci:** Pengaruh Passing Diamond, Passing, Sepak Bola

### ABSTRACT

Football requires optimal mastery of basic techniques, particularly passing ability as a key element in building effective gameplay patterns. This study aims to examine the effectiveness of *diamond passing* training in improving the passing ability of football players at Persisam FC Taliwang, West Sumbawa Regency. The study employed an experimental approach using a *one group pretest-posttest* design, involving 15 players selected through a *purposive sampling* technique. Data were collected using a *passing-stopping* test, and analyzed using a *paired sample t-test*. The results showed a significant improvement after the treatment, indicated by a t-value of 4.773, which exceeded the t-table value of 1.761 at a 5% significance level. Quantitatively, there was an average increase of 1.60 points, or approximately 20.5% compared to the initial condition. These findings indicate that the applied training method was effective in enhancing passing accuracy, movement coordination, and decision-making speed in dynamic game situations. Based on these findings, it can be concluded that *diamond passing* training is an effective strategy for improving players' passing ability. This method has the potential to serve as an alternative, more varied and contextual training approach for coaches in designing training programs, particularly in the development of players' fundamental technical skills.

**Keywords:** The Effect of Passing Diamond, Passing, Football

## PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang menuntut penguasaan teknik, taktik, dan kondisi fisik secara terpadu dalam mencapai performa optimal. Salah satu aspek teknik yang sangat menentukan keberhasilan permainan adalah kemampuan passing, karena menjadi dasar dalam membangun pola serangan dan menjaga penguasaan bola. Kualitas passing yang baik akan mendukung efektivitas kerja sama tim serta memperlancar transisi permainan dari bertahan ke menyerang. Oleh karena itu, penguasaan teknik dasar, khususnya passing, menjadi fondasi utama yang harus dikembangkan secara sistematis dalam proses latihan pemain sepak bola (Rahman & Padli, 2020; Turnip et al., 2025).

Passing tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengoper bola, tetapi juga melibatkan akurasi, timing, kekuatan, serta pengambilan keputusan yang tepat dalam situasi permainan. Dalam konteks pembinaan, kemampuan passing yang baik akan mempermudah pemain dalam membaca permainan dan menciptakan peluang. Evaluasi terhadap kemampuan passing menjadi penting untuk mengetahui tingkat keterampilan pemain sekaligus sebagai dasar dalam merancang program latihan yang efektif dan terarah. Hasil evaluasi tersebut juga dapat menggambarkan sejauh mana penguasaan teknik dasar pemain dalam situasi permainan yang sesungguhnya (Sandra, 2024).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan passing sangat dipengaruhi oleh metode latihan yang digunakan. Latihan yang dilakukan secara monoton cenderung menurunkan motivasi dan keterlibatan pemain, sehingga berdampak pada kurang optimalnya peningkatan keterampilan. Sebaliknya, variasi latihan yang dirancang secara sistematis dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran teknik serta mempercepat adaptasi motorik pemain. Dalam perspektif *motor learning*, pengulangan gerakan yang bervariasi dan kontekstual akan memperkuat koordinasi, akurasi, serta pengambilan keputusan dalam melakukan passing (Fitri, 2021).

Sejumlah model latihan telah dikembangkan untuk meningkatkan kemampuan passing, seperti *passing group*, *el rondo*, dan kombinasi passing satu-dua. Penelitian menunjukkan bahwa latihan *passing group* mampu meningkatkan kualitas operan pemain usia remaja secara signifikan (Mardela, 2020). Selain itu, model latihan *el rondo* dan kombinasi passing terbukti efektif dalam meningkatkan akurasi passing melalui peningkatan intensitas sentuhan bola dan kecepatan pengambilan keputusan (Hasyim & Syafii, 2022). Model latihan lain seperti permainan empat gawang juga memberikan kontribusi positif terhadap kemampuan passing dan kontrol bola dalam situasi permainan yang lebih dinamis (Sidik et al., 2021).

Salah satu model latihan yang berkembang dalam pembinaan teknik passing adalah latihan *diamond passing*, yaitu latihan dengan pola berbentuk berlian yang menekankan koordinasi gerak, akurasi operan, serta rotasi posisi pemain. Latihan ini dirancang untuk meningkatkan keterampilan passing dalam situasi yang menyerupai permainan nyata, sehingga pemain tidak hanya berlatih teknik tetapi juga aspek pengambilan keputusan. Penelitian menunjukkan bahwa latihan *diamond passing* mampu meningkatkan akurasi passing secara signifikan (Awaluddin et al., 2023), bahkan lebih efektif dibandingkan metode *triangle passing* dalam meningkatkan ketepatan operan pemain usia muda (Manik & Putra Tarigan, 2022).

Secara lebih luas, penelitian internasional juga menguatkan bahwa metode latihan berbasis *drill* yang terstruktur memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan performa teknik passing. Latihan yang dirancang dengan prinsip sistematis dan repetitif mampu meningkatkan konsistensi serta ketepatan gerakan pemain (Zainuddin et al., 2023). Selain itu, studi eksperimental menunjukkan bahwa metode *pass and go* memberikan peningkatan yang lebih signifikan dibandingkan metode latihan tradisional dalam mengembangkan akurasi passing pemain usia 12–15 tahun (Valerio et al., 2025).

Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan efektivitas model latihan passing, terdapat kesenjangan antara kondisi ideal dan realitas di lapangan. Berdasarkan hasil observasi awal pada pemain Persisam FC Taliwang Kabupaten Sumbawa Barat, ditemukan bahwa tingkat akurasi passing pemain masih belum optimal, yang ditandai dengan sering terjadinya kesalahan operan dalam situasi latihan maupun permainan. Selain itu, pola latihan yang diterapkan masih cenderung konvensional dan kurang variatif, sehingga berpotensi menurunkan motivasi serta keterlibatan pemain selama proses latihan. Kondisi ini menunjukkan bahwa penerapan model latihan yang lebih inovatif dan kontekstual sangat dibutuhkan untuk meningkatkan keterampilan passing pemain secara optimal.

Berdasarkan uraian tersebut, terdapat *research gap* yang menunjukkan bahwa meskipun berbagai model latihan passing telah dikaji, penerapan latihan *diamond passing* dalam konteks klub lokal dengan karakteristik latihan konvensional masih belum banyak diteliti. Penelitian ini memiliki kebaruan pada penerapan model latihan *diamond passing* secara terstruktur pada pemain Persisam FC dengan fokus pada peningkatan akurasi passing. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh latihan *diamond passing* terhadap kemampuan passing dalam permainan sepak bola. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi pelatih dalam mengembangkan program latihan yang lebih efektif serta meningkatkan kualitas keterampilan teknik pemain sepak bola.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* berupa *one group pretest-posttest design* untuk menguji pengaruh perlakuan terhadap perubahan kemampuan passing pemain. Penelitian dilaksanakan di lapangan sepak bola Alun-Alun Kota Taliwang, Kabupaten Sumbawa Barat, yang merupakan tempat latihan rutin Persisam FC. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 pemain, kemudian ditentukan sampel sebanyak 15 orang melalui teknik *purposive sampling*. Kriteria pemilihan sampel meliputi pemain yang aktif mengikuti latihan secara rutin, memiliki tingkat kehadiran tinggi, tidak mengalami cedera selama penelitian, serta memiliki pengalaman latihan minimal 1 tahun dengan rentang usia rata-rata 16–18 tahun.

Instrumen penelitian menggunakan tes *passing-stopping* dengan media dinding pantul yang mengacu pada prosedur Nurhasan. Tes ini bertujuan untuk mengukur akurasi passing melalui indikator jumlah keberhasilan operan dan kontrol bola dalam waktu tertentu. Pelaksanaan tes dilakukan selama 30 detik dengan dua kali percobaan, kemudian skor terbaik digunakan sebagai data penelitian. Setiap keberhasilan passing dan kontrol yang sesuai kriteria diberikan nilai satu, sehingga total skor mencerminkan tingkat kemampuan pemain dalam melakukan passing secara akurat dan terkontrol.

Prosedur penelitian dilakukan dalam tiga tahap, yaitu pengukuran awal (*pretest*), pemberian perlakuan, dan pengukuran akhir (*posttest*). Perlakuan berupa latihan *passing diamond* dilaksanakan selama 6 minggu dengan frekuensi 4 kali per minggu, dan setiap sesi latihan berdurasi  $\pm 60$  menit yang terdiri dari pemanasan, latihan inti, dan pendinginan. Latihan inti difokuskan pada pola *diamond passing* yang menekankan akurasi operan, pergerakan tanpa bola, serta koordinasi antar pemain. Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS melalui uji prasyarat berupa uji normalitas dan homogenitas, kemudian dilanjutkan dengan uji hipotesis menggunakan *paired sample t-test* pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  untuk mengetahui pengaruh perlakuan terhadap kemampuan passing pemain.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk statistik deskriptif, uji prasyarat, dan uji hipotesis untuk mengetahui pengaruh latihan *passing diamond* terhadap kemampuan passing pemain. Data yang diperoleh dari hasil *pretest* dan *posttest* dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran awal mengenai perubahan kemampuan pemain setelah perlakuan. Ringkasan hasil statistik deskriptif disajikan pada Tabel 1. Penyajian ini bertujuan untuk menunjukkan adanya perbedaan nilai rata-rata serta besaran peningkatan yang terjadi setelah program latihan diberikan.

**Tabel 1. Statistik Deskriptif Kemampuan Passing**

Variabel	Mean	Standar Deviasi
Pretest	7.80	1.29
Posttest	9.40	1.10

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa nilai rata-rata *pretest* sebesar 7,80 meningkat menjadi 9,40 pada *posttest*, dengan selisih (*gain score*) sebesar 1,60 poin. Peningkatan ini setara dengan sekitar 20,5% dari kondisi awal, yang menunjukkan adanya perkembangan kemampuan passing setelah diberikan perlakuan. Nilai standar deviasi yang relatif stabil mengindikasikan bahwa peningkatan terjadi secara merata pada sebagian besar pemain. Secara umum, hasil ini memberikan indikasi awal bahwa latihan yang diberikan berkontribusi positif terhadap peningkatan keterampilan passing pemain.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data terlebih dahulu diuji melalui uji prasyarat yang meliputi normalitas dan homogenitas. Uji ini bertujuan untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi analisis parametrik sehingga hasil pengujian dapat dinyatakan valid. Ringkasan hasil uji prasyarat disajikan pada Tabel 2 berikut. Penyajian ini dirancang agar pembaca dapat memahami hasil uji secara ringkas tanpa menampilkan output statistik yang berlebihan.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas dan Homogenitas**

Jenis Uji	Nilai Sig.	Keterangan
Normalitas	0,200	Normal
Homogenitas	0,085	Homogen

Berdasarkan Tabel 2, nilai signifikansi uji normalitas sebesar 0,200 ( $p > 0,05$ ) menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Sementara itu, nilai signifikansi uji homogenitas sebesar 0,085 ( $p > 0,05$ ) menunjukkan bahwa varians data bersifat homogen. Dengan terpenuhinya kedua syarat tersebut, maka analisis dapat dilanjutkan ke tahap pengujian hipotesis menggunakan uji parametrik. Hal ini memastikan bahwa hasil analisis yang diperoleh memiliki tingkat kepercayaan yang baik.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *paired sample t-test* untuk mengetahui perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Hasil analisis tersebut disajikan secara rinci pada

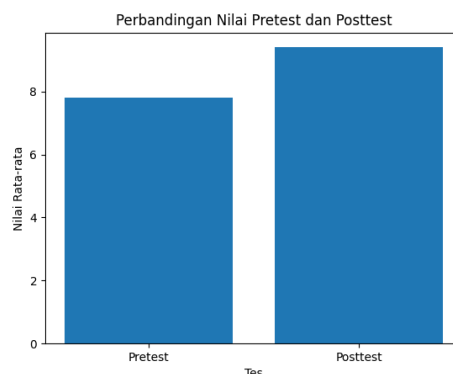
Tabel 3. Penyajian tabel ini bertujuan untuk menunjukkan nilai statistik utama yang menjadi dasar pengambilan keputusan dalam penelitian.

**Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	t-hitung	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pretest–Posttest	4.773	0.000	Signifikan

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Nilai t-hitung sebesar 4,773 yang lebih besar dari t-tabel (1,761) mengindikasikan bahwa peningkatan yang terjadi tidak bersifat kebetulan. Hasil ini menunjukkan bahwa latihan *passing diamond* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing pemain.

Selain penyajian dalam bentuk tabel, perbedaan nilai rata-rata antara *pretest* dan *posttest* juga divisualisasikan dalam bentuk grafik untuk memberikan gambaran yang lebih jelas. Visualisasi tersebut disajikan pada Gambar 1. Penyajian grafik ini bertujuan untuk memperkuat interpretasi data secara visual sehingga memudahkan pembaca dalam memahami arah perubahan yang terjadi.



**Gambar 1. Grafik Perbandingan Nilai Pretest dan Posttest**

Berdasarkan Gambar 1, terlihat bahwa nilai rata-rata *posttest* lebih tinggi dibandingkan *pretest*, yang menunjukkan adanya peningkatan kemampuan passing setelah perlakuan diberikan. Selisih peningkatan sebesar 1,60 poin memperlihatkan adanya perubahan yang cukup jelas secara visual. Grafik ini memperkuat hasil analisis statistik sebelumnya bahwa latihan yang diberikan efektif dalam meningkatkan kemampuan passing pemain. Dengan demikian, hasil penelitian secara keseluruhan menunjukkan adanya peningkatan yang konsisten baik secara numerik maupun visual.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan *passing diamond* memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing pemain, dengan kenaikan sebesar 1,60 poin atau sekitar 20,5%. Peningkatan ini tidak hanya mencerminkan perubahan kuantitatif, tetapi juga menunjukkan terjadinya adaptasi keterampilan gerak sebagai hasil dari proses latihan yang terstruktur. Dalam perspektif *motor learning*, pengulangan gerakan yang dilakukan secara sistematis akan memperkuat koordinasi neuromuskular serta meningkatkan

ketepatan gerak. Selain itu, prinsip *specificity* dalam latihan menjelaskan bahwa peningkatan performa akan optimal apabila latihan menyerupai situasi permainan sebenarnya, sebagaimana diterapkan dalam pola *diamond passing*.

Secara mekanisme, pola latihan *diamond passing* memungkinkan pemain untuk meningkatkan sudut operan, mempercepat pengambilan keputusan, serta mengembangkan kemampuan membaca ruang (*spatial awareness*). Pola pergerakan berbentuk berlian mendorong pemain untuk terus bergerak, membuka ruang, dan melakukan passing dalam berbagai arah, sehingga meningkatkan kompleksitas latihan dibandingkan metode konvensional. Kondisi ini juga berkaitan dengan prinsip *overload*, di mana pemain diberikan tantangan gerak yang lebih tinggi secara bertahap sehingga terjadi peningkatan kemampuan. Dengan demikian, efektivitas latihan ini dapat dijelaskan melalui kombinasi aspek teknis, kognitif, dan koordinatif yang terintegrasi dalam satu bentuk latihan.

Temuan penelitian ini memperkuat hasil penelitian oleh Manik dan Putra Tarigan (2022) yang menunjukkan bahwa latihan *diamond passing* efektif dalam meningkatkan akurasi passing pemain usia muda. Selain itu, penelitian Awaluddin et al. (2023) juga menemukan bahwa metode latihan *diamond pass* mampu meningkatkan hasil belajar teknik passing secara signifikan. Konsistensi hasil ini menunjukkan bahwa pola latihan berbasis bentuk geometris memiliki keunggulan dalam menciptakan situasi latihan yang mendekati permainan nyata. Hal ini mengindikasikan bahwa latihan *diamond passing* tidak hanya efektif secara teoritis, tetapi juga terbukti secara empiris dalam berbagai konteks penelitian.

Di sisi lain, temuan ini juga sejalan dengan penelitian Pelamonia dan Hutapea (2020) yang menunjukkan bahwa variasi latihan passing berdasarkan jarak dapat meningkatkan ketepatan operan pemain. Predyawan et al. (2024) juga melaporkan bahwa metode *triangle passing* memberikan pengaruh signifikan terhadap akurasi passing. Meskipun bentuk latihannya berbeda, kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa latihan dengan pola terstruktur dan berulang memiliki kontribusi penting dalam meningkatkan keterampilan passing. Dengan demikian, efektivitas *diamond passing* dapat dipahami sebagai bagian dari pendekatan latihan berbasis pola yang menekankan repetisi dan koordinasi gerak.

Selanjutnya, penelitian Fitrah et al. (2024) menunjukkan bahwa variasi latihan bermain mampu meningkatkan ketepatan passing secara signifikan karena memberikan pengalaman belajar yang lebih dinamis. Hal ini diperkuat oleh Wijaya et al. (2021) yang menyatakan bahwa model latihan kombinasi efektif dalam meningkatkan keterampilan menggiring dan mengumpan secara bersamaan. Temuan ini memperlihatkan bahwa keberagaman metode latihan berperan penting dalam meningkatkan motivasi dan adaptasi pemain terhadap berbagai situasi permainan. Dalam konteks ini, latihan *diamond passing* dapat dianggap sebagai bentuk variasi latihan yang menggabungkan unsur teknik dan pergerakan secara simultan.

Dari sudut pandang teknik dasar, hasil penelitian ini juga mendukung temuan Utomo dan Indarto (2021) yang menyatakan bahwa passing merupakan komponen utama dalam penguasaan teknik sepak bola. Gutawa dan Kafrawi (2022) menegaskan bahwa penguasaan teknik dasar sejak usia dini menjadi fondasi penting dalam pembinaan pemain. Oleh karena itu, peningkatan kemampuan passing melalui latihan yang tepat akan berdampak pada peningkatan kualitas permainan secara keseluruhan. Hal ini menunjukkan bahwa latihan yang terfokus pada teknik dasar memiliki peran strategis dalam pengembangan performa pemain.

Selain aspek teknik, peningkatan kemampuan passing juga dipengaruhi oleh faktor koordinasi dan keseimbangan. Penelitian Awal (2024) menunjukkan bahwa koordinasi dan keseimbangan memiliki hubungan signifikan dengan kemampuan passing pemain. Latihan *diamond passing* yang melibatkan pergerakan dinamis dan perubahan posisi secara terus-menerus memungkinkan pemain untuk mengembangkan kedua aspek tersebut secara

bersamaan. Dengan demikian, peningkatan kemampuan passing tidak hanya dipengaruhi oleh latihan teknik, tetapi juga oleh peningkatan kemampuan fisik pendukung yang terintegrasi dalam proses latihan.

Dalam konteks metode latihan, penelitian Permono dan Ramadhani (2025) menunjukkan bahwa metode *drill passing* efektif dalam meningkatkan akurasi passing pemain usia muda. Sementara itu, Putra et al. (2023) menekankan bahwa latihan yang dilakukan secara sistematis, terprogram, dan berkelanjutan akan menghasilkan peningkatan performa yang optimal. Hal ini sejalan dengan pelaksanaan latihan dalam penelitian ini yang dilakukan secara rutin selama 6 minggu. Di sisi lain, meskipun penelitian Mubarok dan Mudzakir (2020) berfokus pada *small sided games* untuk meningkatkan *dribbling*, pendekatan berbasis situasi permainan yang digunakan tetap relevan dalam meningkatkan keterampilan teknik secara umum.

Secara kritis, meskipun hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan yang signifikan, terdapat kemungkinan bahwa efektivitas latihan dapat berbeda jika diterapkan pada kelompok usia, tingkat kemampuan, atau konteks latihan yang berbeda. Hal ini menjadi penting untuk dipertimbangkan dalam menggeneralisasi hasil penelitian. Namun demikian, *novelty* penelitian ini terletak pada penerapan latihan *diamond passing* pada konteks klub lokal dengan pola latihan yang sebelumnya cenderung konvensional. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi empiris bahwa metode latihan berbasis pola dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan kemampuan passing pemain sepak bola.

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan latihan *passing diamond* memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing pemain sepak bola Persisam FC Taliwang. Peningkatan rata-rata sebesar 1,60 poin atau sekitar 20,5% tidak hanya merefleksikan perubahan kuantitatif, tetapi juga menunjukkan peningkatan kualitas keterampilan teknik secara fungsional. Secara konseptual, efektivitas latihan ini didukung oleh integrasi koordinasi gerak, akurasi operan, serta kecepatan pengambilan keputusan dalam situasi yang menyerupai permainan. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa latihan berbasis pola terstruktur mampu meningkatkan performa teknik dasar pemain secara lebih optimal dibandingkan pendekatan konvensional.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah bahwa pelatih dapat mengintegrasikan latihan *passing diamond* ke dalam program latihan sebagai strategi peningkatan keterampilan passing yang lebih efektif dan aplikatif. Latihan ini berpotensi meningkatkan kemampuan membaca ruang (*spatial awareness*), kerja sama tim, serta konsistensi akurasi operan melalui pola latihan yang dinamis. Penelitian ini juga memberikan kontribusi baru dalam konteks penerapan metode latihan *passing diamond* pada klub lokal yang sebelumnya didominasi oleh pendekatan latihan monoton. Dengan pendekatan latihan yang lebih variatif dan kontekstual, proses pembinaan pemain diharapkan menjadi lebih efisien dan berorientasi pada peningkatan performa.

Untuk pengembangan ke depan, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar serta variasi kelompok usia dan tingkat kemampuan pemain. Selain itu, kombinasi latihan *passing diamond* dengan metode berbasis permainan atau pendekatan *game-based training* dapat diteliti lebih lanjut untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif. Kajian lanjutan juga dapat mengintegrasikan analisis aspek fisik dan kognitif guna memperdalam pemahaman mengenai mekanisme peningkatan keterampilan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi praktis, tetapi juga membuka peluang pengembangan kajian ilmiah yang lebih luas dalam bidang kepelatihan sepak bola.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Awal, A. (2024). Hubungan keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan passing bola dalam permainan sepak bola Club Mas Umum FC: Literature review. *Seminar Nasional Dies Natalis 2*, 176–179. <https://journal.unm.ac.id/index.php/Semnasdies62/article/view/5596>
- Awaluddin, A., Bachtiar, I., Hasanuddin, M. I., & Reza, M. (2023). Optimasi hasil belajar passing sepakbola melalui metode latihan diamond pass. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 8(2), 159–165. <https://journal.unnes.ac.id/sju/jscpe/article/view/75545>
- Fitrah, A., Arifan, I., & Oktavianus, I. (2024). Pengaruh latihan variasi bermain terhadap peningkatan ketepatan passing pemain sepakbola. *Jurnal Gladiator*, 4(2), 486–497. <https://doi.org/10.24036/gldor1043011>
- Fitri, A. H. (2021). Pengaruh variasi latihan zig-zag terhadap kemampuan dribbling dalam permainan sepak bola: Studi literatur. *Dharmas Journal of Sport*, 1(1), 9–14. <https://doi.org/10.56667/djs.v1i1.196>
- Gutawa, W. A., & Kafrawi, F. R. (2022). Analisis teknik dasar sepak bola pada anak usia dini pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Kecamatan Kunjang Kabupaten Kediri. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(02), 183–190. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/46420>
- Hasyim, R. R. N., & Syafii, I. (2022). Pengaruh model latihan El Rondo dan latihan passing 1-2 combination dalam meningkatkan akurasi passing sepakbola. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(4), 121–132. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/46567>
- Manik, S., & Putra Tarigan, R. (2022). Perbedaan pengaruh latihan diamond passing dengan triangle passing terhadap akurasi passing pada pemain sepakbola SSB Porkam Deli Serdang usia 10–15 tahun. *Jurnal Prestasi*, 6(1), 16–20. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/3181198>
- Mardela, R. (2020). Pengaruh passing group terhadap passing pemain sepakbola SMAN 4 SUMBAR FA kelompok usia 15–17 tahun. *Jurnal Patriot*, 2(1), 182–192. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/621>
- Mubarok, M. Z., & Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh latihan small sided games terhadap peningkatan keterampilan dribbling pemain sepakbola. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 9(1), 28–40. <https://journal.upgripnk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/1381/0>
- Pelamonia, S. P., & Hutapea, A. P. (2020). Pengaruh latihan passing 5, 10, 15 meter terhadap ketepatan passing sepakbola. *Jurnal Porkes*, 3(2), 103–109. <https://ejournal.hamzanwadi.ac.id/index.php/porkes/article/view/2962/1522>
- Permono, P. S., & Ramadhani, S. (2025). Pengaruh metode latihan drill passing terhadap akurasi passing pemain sepakbola usia muda. *Sepakbola*, 5(1), 51–58. <https://ejournal.ressi.id/index.php/sepakbola/article/view/333>
- Predyawan, R., Kusumawardhana, B., & Hadi, H. (2024). Pengaruh metode latihan passing trianggle (segitiga) terhadap akurasi passing pemain sepak bola. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 8(2), 688–702. <https://www.semanticscholar.org/paper/Pengaruh-Metode-Latihan-Passing-Trianggle-Terhadap-Predyawan-Kusumawardhana/ed215e8880c1c9211ee32351e3e13b6275ee795a>
- Putra, S., Emral, E., Arsil, A., & Sin, T. H. (2023). Konsep model latihan fisik pada sepakbola. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 974–985. <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/3429>

- Rahman, K. S., & Padli, P. (2020). Tinjauan kemampuan teknik dasar sepak bola. *Jurnal Patriot*, 2(2), 369–379. <http://patriot.ppi.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/562>
- Sandra, S. (2024). *Evaluasi tingkat kemampuan passing dalam permainan sepakbola pada Club Bastian FC Lubuklinggau Sumatera Selatan* (Doctoral dissertation, Pendidikan Kepelatihan Olahraga). <https://repository.unja.ac.id/63583/>
- Sidik, N. M., Kurniawan, F., & Effendi, R. (2021). Pengaruh latihan sepakbola empat gawang terhadap kemampuan passing stopping sepakbola ekstrakurikuler di SMP Islam Karawang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 60–67. <https://doi.org/10.35706/jlo.v2i1.4434>
- Turnip, F. G., Bancin, R. P. M., Gulo, A. F., Tafonao, D. J., Fadli, M., Sihombing, A. R., & Abdurrahman, E. (2025). Kemampuan teknik dasar sepak bola. *Jayabama: Journal Peminat Olahraga*, 5(2), 31–40. <https://doi.org/10.5281/zenodo.16344986>
- 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>
- Valerio, L., Yagin, F. H., & Plakias, S. (2025). Comparative analysis of pass go and traditional drill training methods on passing accuracy development in youth football players aged 12–15 years: A randomized controlled trial. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 6(02), 148–158. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v6i02.152>
- Wijaya, B. R., Usra, M., Flora, R., Iyakrus, I., & Bayu, W. I. (2021). Efektivitas model latihan kombinasi untuk meningkatkan keterampilan menggiring dan mengumpan dalam permainan sepak bola. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 6(2), 69–76. <https://doi.org/10.15294/jscpe.v6i2.48062>
- Zainuddin, M. S., Usman, A., Kamal, M., Abduh, I., Sudirman, A., & Fadlih, A. M. (2023). The effect of training methods on improving passing in soccer games. *Advances in Research*, 24(6), 14–20. <https://artix.article7submit.com/id/eprint/2880/>