



Peningkatan Kompetensi Gerak dan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Melalui Permainan Futsal Format Kecil (*Small-Sided Games*)

Ahmad Alrizki Amirudin¹, Sapto Wibowo, Heryanto Nur Muhammad³

^{1,2,3} Universitas Negeri Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Jl. Lidah Wetan, Kec. Lakarsantri, kota Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Email: ahmadalrizki.21006@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Pembelajaran PJOK di tingkat sekolah menengah masih menghadapi tantangan berupa rendahnya partisipasi siswa dan terbatasnya pendekatan yang mendorong keterlibatan aktif. *Small-Sided Games* (SSG) atau permainan futsal format kecil hadir sebagai alternatif metode pembelajaran yang lebih partisipatif dan menyenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan SSG dalam meningkatkan kompetensi gerak dan motivasi belajar siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan sampel sebanyak 64 siswa kelas VIII yang dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa pembelajaran futsal format kecil (3v3 dan 4v4), sedangkan kelompok kontrol mengikuti pembelajaran futsal dengan metode konvensional. Instrumen yang digunakan berupa tes keterampilan permainan futsal dan angket motivasi belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor rata-rata kompetensi gerak sebesar 1,76 poin lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, serta peningkatan rata-rata motivasi belajar sebesar 4,66 poin. Nilai signifikansi pada kedua variabel sebesar 0,000 menunjukkan perbedaan yang sangat signifikan secara statistik. Temuan ini membuktikan bahwa penerapan SSG tidak hanya meningkatkan kemampuan teknis permainan, tetapi juga mampu menumbuhkan semangat dan motivasi belajar siswa. Dengan demikian, model SSG layak diterapkan sebagai strategi pembelajaran inovatif dalam PJOK di sekolah menengah.

Kata Kunci: PJOK, futsal, *small-sided games*, kompetensi gerak, motivasi belajar

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam membentuk individu yang sehat secara fisik, mental, dan social (Nuraini et al., 2024). Melalui pembelajaran PJOK yang efektif, siswa tidak hanya diajarkan keterampilan gerak, tetapi juga nilai-nilai sportivitas, kerjasama, serta motivasi untuk menjalani gaya hidup aktif sepanjang hayat (Setiawati et al., 2024). Namun demikian, dalam praktiknya di berbagai sekolah menengah, pembelajaran PJOK masih dihadapkan pada sejumlah kendala. Salah satu permasalahan utama adalah pendekatan pembelajaran yang masih bersifat tradisional, berpusat pada guru, dan kurang mendorong partisipasi aktif seluruh siswa (Risana et al., 2025). Akibatnya, banyak siswa yang menunjukkan rendahnya kompetensi gerak serta minimnya motivasi dalam mengikuti pembelajaran PJOK (Raibowo & Nopiyo, 2020).

Seiring dengan berkembangnya pendekatan pembelajaran yang lebih partisipatif dan kontekstual, pendekatan permainan format kecil atau *Small-Sided Games* (SSG) menjadi salah satu solusi inovatif yang relevan (Firmana et al., 2023). SSG merupakan model permainan yang dimodifikasi dengan jumlah pemain lebih sedikit, lapangan yang lebih kecil, serta waktu bermain yang lebih singkat (Alamsyah et al., 2023). Format ini memungkinkan setiap peserta lebih banyak berinteraksi dengan bola, meningkatkan frekuensi pengambilan keputusan, serta memperbesar peluang keterlibatan aktif siswa selama proses pembelajaran (Nopiyanto et al., 2022). Dalam konteks ini, SSG tidak hanya meningkatkan kemampuan teknis dan taktis permainan, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan sehingga berdampak pada peningkatan motivasi intrinsik siswa (Clemente et al., 2023).

Futsal, sebagai varian sepak bola yang dimainkan di lapangan lebih kecil dan dengan aturan yang sedikit berbeda, telah menjadi fenomena global dengan daya tarik yang meluas di kalangan berbagai usia dan tingkat keterampilan (Spyrou et al., 2020). Popularitas futsal tidak terbatas pada pemain profesional tetapi juga merambah ke kalangan pelajar, mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi (Luhardi et al., 2022). Permainan futsal yang cepat dan dinamis sangat sesuai dengan karakteristik siswa usia remaja, dan dapat menjadi wahana efektif untuk mengembangkan keterampilan gerak serta membangun kerja sama tim (Anwar et al., 2023). Sebagai salah satu cabang olahraga yang sangat digemari siswa, futsal memiliki potensi besar untuk diadaptasi dalam model SSG (Yudha et al., 2020). SSG menjadi metode yang sangat berharga karena memungkinkan siswa untuk lebih sering terlibat dalam aktivitas fisik, membuat keputusan yang cepat, dan meningkatkan keterampilan teknis dan taktis mereka (Fernandez et al., 2020). Aktivitas bermain harus disesuaikan dengan karakteristik pendidikan olahraga, yang meliputi situasi, lokasi, kompetisi, aktivitas, penilaian, dan penghargaan (Islam, 2022).

Penerapan futsal berbasis SSG dalam pembelajaran PJOK di sekolah menengah memungkinkan terjadinya peningkatan kompetensi motorik seperti koordinasi, kelincahan, kecepatan, serta keterampilan permainan seperti passing, dribbling, dan shooting (Reis & Correa, 2021). Di sisi lain, suasana kompetitif yang positif dalam SSG juga diyakini mampu meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi belajar siswa (Putri & Suriadi, 2022). SSG juga berkontribusi pada peningkatan kebugaran kardiovaskular dan

daya tahan siswa. Dalam pembelajaran olahraga, motivasi memegang peranan penting dalam keberhasilan belajar siswa. Motivasi belajar yang tinggi akan mendorong siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran, berusaha untuk meningkatkan keterampilan mereka, dan mencapai tujuan yang ditetapkan (Mustofa et al., 2022). SSG dalam futsal dapat menjadi alat yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa karena format permainan yang menyenangkan, menantang, dan memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebaya (Akmalia et al., 2023).

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa penerapan SSG dalam PJOK mampu meningkatkan hasil belajar siswa, baik dalam aspek keterampilan maupun sikap (Fitriyan & Indriarsa, 2024). Penelitian internasional menunjukkan bahwa pendekatan ini lebih efektif dibandingkan metode tradisional dalam meningkatkan partisipasi siswa dan pencapaian hasil belajar motorik (Sinag, 2024). Namun, penelitian di konteks Indonesia, khususnya yang mengkaji secara spesifik pengaruh SSG berbasis futsal terhadap kompetensi gerak dan motivasi belajar siswa sekolah menengah, masih sangat terbatas. Padahal, data empiris semacam ini sangat dibutuhkan untuk memperkuat dasar penerapan inovasi pembelajaran PJOK di lingkungan sekolah (Arifin et al., 2022). Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas model permainan futsal format kecil (*Small-Sided Games*) dalam meningkatkan kompetensi gerak dan motivasi belajar siswa sekolah menengah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, yang bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis pengaruh permainan futsal format kecil (*Small-Sided Games*) terhadap peningkatan kompetensi gerak dan motivasi belajar siswa sekolah menengah. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran faktual dan sistematis mengenai fenomena yang diteliti berdasarkan data numerik. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Sidoarjo pada tahun ajaran 2024/2025. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan mempertimbangkan kesetaraan karakteristik akademik dan kondisi fisik siswa. Sampel penelitian terdiri atas dua kelas dari jenjang kelas VIII, dengan jumlah total 64 siswa yang terbagi ke dalam dua kelompok: kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kompetensi Gerak diukur melalui tes keterampilan permainan futsal yang mencakup empat aspek utama: passing, dribbling, shooting, dan kontrol bola. Penilaian

dilakukan menggunakan rubrik performa dengan skala 1–4, yang telah divalidasi sebelumnya oleh ahli pembelajaran olahraga.

Motivasi Belajar diukur menggunakan angket skala Likert dengan 20 item yang mengacu pada teori motivasi belajar (intrinsik dan ekstrinsik), serta telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas menggunakan korelasi Pearson Product Moment, sedangkan reliabilitas diuji dengan *Alpha Cronbach*. Penelitian dilaksanakan selama enam kali pertemuan. Kelas eksperimen diberikan perlakuan berupa model pembelajaran futsal format kecil (3v3 dan 4v4) dalam berbagai variasi permainan, sedangkan kelas kontrol menerima pembelajaran futsal dengan metode konvensional. Sebelum dan sesudah perlakuan, kedua kelompok diberi tes kompetensi gerak dan angket motivasi belajar. Data dianalisis secara kuantitatif deskriptif dengan menghitung nilai rata-rata (mean), standar deviasi, minimum, dan maksimum untuk masing-masing variabel. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*, dan homogenitas diuji dengan *Levene's Test*. Untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, digunakan uji-t independen (*Independent Samples t-Test*) jika data berdistribusi normal dan homogen. Jika data tidak memenuhi asumsi normalitas, maka digunakan uji non-parametrik *Mann-Whitney U*. Seluruh analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi terbaru dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Tabel statistic deskriptif

Tabel Statistik Deskriptif					
Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviasi
Kompetensi Gerak	64	7,6	15,2	11,947	1,4919
Motivasi Belajar	64	27,4	49,3	39,691	4,8874

Tabel 1 menyajikan data statistik deskriptif untuk dua variabel utama dalam penelitian, yaitu kompetensi gerak dan motivasi belajar, dengan jumlah peserta sebanyak 64 siswa. Nilai rata-rata (mean) kompetensi gerak siswa adalah 11,947 dengan standar deviasi 1,4919, sedangkan nilai minimum dan maksimum berada pada 7,6 dan 15,2. Hal ini menunjukkan adanya variasi tingkat keterampilan gerak antar siswa. Untuk motivasi belajar, nilai rata-rata adalah 39,691 dengan standar deviasi 4,8874, yang berarti tingkat

motivasi belajar siswa cukup tinggi secara umum, meskipun tetap terdapat perbedaan antar individu.

Tabel 2. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Kelompok	Statistik	df	Sig. (p)
Kompetensi Gerak	Eksperimen	0,107	32	0,200*
Kompetensi Gerak	Kontrol	0,099	32	0,200*
Motivasi Belajar	Eksperimen	0,095	32	0,200*
Motivasi Belajar	Kontrol	0,130	32	0,184

Tabel 2 menunjukkan hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, yang digunakan untuk melihat apakah data berdistribusi normal. Seluruh nilai signifikansi (Sig.) dari masing-masing kelompok pada dua variabel menunjukkan angka lebih dari 0,05, seperti 0,200 untuk kompetensi gerak kelompok eksperimen dan kontrol, serta 0,200 dan 0,184 untuk motivasi belajar. Ini mengindikasikan bahwa data yang dikumpulkan dari seluruh kelompok penelitian berdistribusi normal, dan dengan demikian layak untuk dianalisis menggunakan uji parametrik.

Tabel 3. Uji Homogenitas Lavene

Variabel	F Lavene	Sig. (p)
Kompetensi Gerak	0,147	0,703
Motivasi Belajar	1,710	0,196

Tabel 3 menampilkan hasil uji homogenitas menggunakan Levene's Test, yang bertujuan untuk mengetahui apakah varians antar kelompok eksperimen dan kontrol homogen. Nilai signifikansi untuk kompetensi gerak adalah 0,703 dan untuk motivasi belajar adalah 0,196, keduanya di atas ambang batas 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data memiliki varians yang setara antar kelompok, dan tidak terdapat perbedaan penyebaran data yang signifikan, sehingga memenuhi syarat untuk dilanjutkan ke uji perbandingan

Tabel 4. Independent Sample t-Test

Variabel	t hitung	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Diff	CI 95%-Bawah	CI 95%-Atas
Kompetensi Gerak	5,835	62	0,000	1,7625	0,3021	1,1587	2,3663
Motivasi Belajar	4,310	62	0,000	4,6562	1,0804	2,4965	6,8160

Tabel 4 menyajikan hasil dari Independent Samples t-Test, yang bertujuan untuk melihat apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol. Hasil uji menunjukkan bahwa baik pada variabel kompetensi gerak maupun motivasi belajar, terdapat perbedaan yang signifikan dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Rata-rata kompetensi gerak siswa pada kelompok eksperimen lebih tinggi sebesar 1,76 poin dibandingkan kelompok kontrol, dan motivasi belajar lebih tinggi sebesar 4,66 poin. Rentang kepercayaan (CI 95%) dari kedua perbedaan ini tidak melewati angka nol, menguatkan bahwa perbedaan tersebut secara statistik signifikan. Dengan kata lain, penerapan permainan futsal format kecil (Small-Sided Games) terbukti memberikan dampak positif yang nyata terhadap peningkatan kompetensi gerak dan motivasi belajar siswa.

Pembahasan

Pembelajaran PJOK di tingkat sekolah menengah saat ini masih menghadapi sejumlah tantangan yang cukup krusial, khususnya dalam hal efektivitas metode mengajar dan keterlibatan aktif siswa (Rubiana et al., 2025). Banyak proses pembelajaran yang masih berpusat pada guru, sehingga kurang memberikan ruang bagi siswa untuk aktif mengeksplorasi kemampuan geraknya (Puspitaningrum, 2024). Hal ini berakibat pada rendahnya keterampilan motorik dasar siswa serta minimnya motivasi untuk mengikuti pembelajaran olahraga secara antusias. Di tengah kondisi ini, pendekatan pembelajaran berbasis permainan format kecil atau Small-Sided Games (SSG) muncul sebagai alternatif yang potensial untuk memperbaiki kualitas pembelajaran PJOK (Komarudin, 2023).

Model permainan futsal dalam format kecil memberikan pengalaman belajar yang lebih intensif dan interaktif bagi siswa (Putra et al., 2022). Dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dan ruang bermain yang lebih terbatas, setiap siswa memperoleh lebih banyak kesempatan untuk terlibat langsung dalam aktivitas permainan. Situasi ini memungkinkan terjadinya pengulangan gerakan, pengambilan keputusan yang cepat, serta peningkatan koordinasi dan komunikasi antar pemain (Clemente et al., 2021). Temuan penelitian ini menguatkan pendapat Clemente et al. bahwa SSG memberikan stimulus motorik yang lebih merata dan meningkatkan efisiensi waktu belajar keterampilan teknis. Dalam praktiknya, SSG menempatkan siswa dalam kondisi yang aktif secara fisik dan mental, sehingga mampu menstimulasi perkembangan keterampilan teknis seperti mengoper bola, menggiring, menembak, dan mengontrol

permainan secara lebih efektif dibandingkan metode konvensional (Ermenova et al., 2021). Korelasi positif antara penggunaan SSG dan peningkatan keterampilan ini juga dilaporkan oleh (Fernandez et al., 2020), yang menunjukkan bahwa intensitas dan repetisi gerak dalam SSG berdampak langsung pada peningkatan performa teknis.

Selain berdampak pada aspek keterampilan gerak, pendekatan SSG juga memberikan pengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa (Lugaya & Fitri, 2019). Permainan yang dikemas dalam suasana menyenangkan dan penuh tantangan menciptakan iklim belajar yang suportif dan kompetitif secara sehat (Yanti & Darmawan, 2019). Siswa terdorong untuk berpartisipasi aktif karena merasa dihargai, mampu menyesuaikan kemampuan dengan ritme permainan, dan mendapatkan kepuasan dari proses belajar yang menyenangkan (Cahyana et al., 2018). Hal ini selaras dengan temuan (Mustofa et al., 2022) bahwa lingkungan belajar yang positif berkontribusi terhadap peningkatan motivasi belajar intrinsik. Dalam konteks pendidikan olahraga, pengalaman semacam ini sangat penting karena mampu memperkuat keterlibatan emosional siswa terhadap aktivitas fisik, membentuk sikap percaya diri, serta meningkatkan keinginan untuk terus berkembang (Akmalia et al., 2023).

Lebih lanjut, penerapan SSG juga memperlihatkan bagaimana pendekatan yang tepat dapat menjembatani tujuan pembelajaran jasmani secara holistic (Messy et al., 2023). Bukan hanya keterampilan fisik yang berkembang, tetapi juga nilai-nilai sosial seperti kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab (Bisa, 2023). Dengan demikian, hasil penelitian ini secara empiris mendukung teori pembelajaran konstruktivistik yang menekankan keterlibatan aktif dan pembelajaran kontekstual sebagai sarana penguatan afektif dan kognitif siswa. Dalam pembelajaran yang dilakukan secara berulang dan sistematis, siswa menunjukkan peningkatan tidak hanya dari sisi kemampuan teknis tetapi juga dari segi disposisi belajar, seperti kesabaran, ketekunan, dan kemampuan menghadapi tantangan (Winata & Abady, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa model pembelajaran seperti SSG mampu membangun karakter melalui aktivitas bermain yang bermakna dan menyenangkan (Marini et al., 2019).

Temuan dari penerapan model ini memperlihatkan adanya perbedaan yang nyata antara pembelajaran dengan metode konvensional dan pendekatan permainan format kecil (Yunianti, 2020). Siswa yang terlibat dalam SSG menunjukkan perkembangan yang lebih baik dalam berbagai aspek pembelajaran PJOK (Hafina et al., 2022). Oleh karena itu, pendekatan ini layak untuk dipertimbangkan sebagai bagian integral dalam desain

kurikulum dan strategi pengajaran guru olahraga di sekolah. Penerapan SSG tidak hanya meningkatkan hasil belajar, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang lebih kaya, partisipatif, dan relevan dengan kebutuhan perkembangan remaja (Karim et al., 2024).

Secara keseluruhan, permainan futsal format kecil merupakan pendekatan inovatif yang mampu menjawab tantangan pembelajaran PJOK masa kini (Hadiana et al., 2022). Metode ini memberikan ruang yang lebih luas bagi siswa untuk aktif, kreatif, dan termotivasi dalam belajar (Alam & Susilo, 2022). Pendekatan ini juga memperkuat prinsip bahwa pendidikan jasmani seharusnya tidak hanya berfokus pada keterampilan fisik semata, melainkan juga menjadi sarana untuk membentuk kepribadian dan karakter siswa secara utuh (Mudjihartono et al., 2022). Dengan demikian, model SSG menjadi strategi yang efektif untuk menciptakan pembelajaran olahraga yang lebih kontekstual, menyenangkan, dan berdampak jangka panjang bagi perkembangan siswa (Kuspratiwi et al., 2024).

KESIMPULAN

Penerapan permainan futsal format kecil atau Small-Sided Games terbukti efektif dalam meningkatkan kompetensi gerak dan motivasi belajar siswa sekolah menengah. Pendekatan ini memberikan ruang bagi siswa untuk lebih aktif, terlibat langsung dalam proses pembelajaran, serta memperoleh pengalaman bermain yang menyenangkan dan menantang. Melalui keterlibatan yang intensif, siswa tidak hanya mengembangkan keterampilan teknis permainan, tetapi juga menunjukkan peningkatan antusiasme, rasa percaya diri, dan kerja sama dalam kegiatan olahraga. Dengan manfaat ganda pada aspek fisik dan afektif, SSG layak dijadikan strategi pembelajaran yang inovatif, menyenangkan, dan relevan untuk diterapkan secara luas dalam pembelajaran PJOK di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmalia, R., Ul, A., Ray, M., Pramudya, A., Azrohid, F., & Tanjung, L. A. (2023). Manajemen Peserta Didik dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Journal on Education*, 05(03), 9225–9231.
- Alam, B. T., & Susilo, E. A. (2022). Pengembangan Gawang Futsal Multiguna Untuk 13 Materi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah Desa Susuhbango Kabupaten Kediri. *Jurnal Unu Blitar*, 7(1), 583–591.
- Alamsyah, Hidasari, F. P., & Gustian, U. (2023). Pengaruh Latihan Small Sided Games terhadap Ketepatan Chest Pass pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 12(2020), 2715–2723. <https://doi.org/10.26418/jppk.v12i2.62089>
- Anwar, A. S., Suari, S., Asmara, A. S., Prawiyogi, A. G., & Putra, R. T. (2023). Elementary

- School Students' Talent Analysis Through Sparing Partners in Futsal Extracurricular Activities. *Al-Ishtlah: Jurnal Pendidikan*, 15(2), 1773–1779. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i2.3002>
- Arifin, B., Roisatul, F., Muzakki, A., & Riska, L. I. (2022). Implementasi Pembelajaran PJOK Pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar*, 10(1), 104–111.
- Bisa, M. (2023). Sports Education as a Means of Building Student s' Character : Values and Benefits. *Al-Ishtlah: Jurnal Pendidikan*, 15(2), 1581–1590. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i2.3889>
- Cahyana, S., Susilawati, D., & Mulyanto, R. (2018). *Pengaruh Small Sided Game Terhadap Keterampilan Passing pada Mahasiswa UKM Futsal UPI Kampus Sumedang*. 631–640.
- Clemente, F. M., Afonso, J., & Sarmiento, H. (2021). Small-sided games : An umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. *PLoS ONE*, 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247067>
- Clemente, F. M., Moran, J., Ramirez-campillo, R., Beato, M., & Afonso, J. (2023). Endurance Performance Adaptations between SSG and HIIT in Soccer Players : A Meta-analysis Authors. *Sports Medicine*, 45, 183–210. <https://doi.org/10.1055/a-2171-3255>
- Ermenova, B. O., Ibragimova, T. G., Sovetkhanuly, D., Duketayev, B. A., & Damir, A. (2021). *Health-improving and educational effect of gamified physical activities Efecto educativo y de mejora de la salud de la actividad física del juego*. 2041, 737–742.
- Fernandez, C., Robles, M. T. A., & Javier, F. (2020). Small-Sided Games as a Methodological Resource for Team Sports Teaching : A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 1–21. <https://doi.org/10.3390/ijerph17061884>
- Firmana, I., Subarjah, H., Mahendra, A., Nuryadi, & Sofyan, D. (2023). Improving football playing skills through teaching games for understanding : A small-sided games approach. *Journal Sport Area*, 8(2), 184–193. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2023.vol8\(2\).12508](https://doi.org/10.25299/sportarea.2023.vol8(2).12508)
- Fitriyan, M. F., & Indriarsa, N. (2024). Penerapan Metode Small Side Game terhadap Hasil Belajar Passing Sepakbola di SMA Assa'adah. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(June), 129–137. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v7i1.15013>
- Hadiana, O., Mulyana, N., & Sutarna, N. (2022). Penerapan Model Pembelajaran Inkuiri untuk Meningkatkan Pemahaman dan Keterampilan Berpikir Kritis Siswa dalam Pembelajaran Futsal. *Seminar Nasional Inovasi Pendidikan*, 5(Snip 2021), 182–189.
- Hafina, A., Nur, L., & Malik, A. A. (2022). The development and validation of a character education model through traditional games based on the Socratic method in an elementary school. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 41(2), 404–415. <https://doi.org/10.21831/cp.v41i2.46125>
- Islam, M. S. (2022). Small-Sided Conditioned Games : A Drill for Overall Player Development in Soccer. *International Journal of Sport, Exercise and Health Research*, 6(1), 97–98.
- Karim, Z. A., Razak, A., Ismail, F. H., Muhammad, A. R., Kamaruzaman, S., Ali, S., & Akbar, A. (2024). The Development of the National Football Development Program (NFDP) Coaching Process Model: Emphasis on Small Sided Game (SSG) Approach El desarrollo del modelo de proceso de entrenamiento del Programa Nacional de Desarrollo del Fútbol (NFDP): Énfasis en. *Federacion Espanola de Asociaciones de Docentes de Education Fisica*, 2041, 224–231.
- Komarudin. (2023). Small-Sided Games Sebagai Sarana untuk Mengembangkan Kemampuan Pengambilan Keputusan dalam Permainan Sepakbola. *Jurnal*

Pendidikan Jasmani, 9(April).

- Kuspratiwi, F. W., Subagyo, & Nevitaningrum. (2024). Does Physical Education Activity Affect Character Development in Primary School Students? *Journal of Advances in Sports and Physical Education*, 8(42), 171–174. <https://doi.org/10.36348/jaspe.2024.v07i06.009>
- Lugaya, Y. R., & Fitri, M. (2019). Penerapan Model Latihan Small-Side Games terhadap Peningkatan Intrinsic Motivation dan Social Behavior Siswa Implementation of The Small-Side Games Exercise Model on Intrinsic Motivation Improvement and Social Behavior Students. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 19(3), 456–466.
- Luhardi, I., Sugiarto, T., Fitriady, G., & Amiq, F. (2022). Survey Motivasi Siswa SMP dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal. *Sport Science and Health*, 4(7), 643–651. <https://doi.org/10.17977/um062v4i72022p643-651>
- Marini, A., Maksum, A., Satibi, O., Yarmi, G., & Muda, I. (2019). Model of Student Character Based on Character Building in Teaching Learning Process. *Universal Journal of Educational Research*, 7(10), 2089–2097. <https://doi.org/10.13189/ujer.2019.071006>
- Messy, Putri, F., & Ilmi, D. (2023). Implementasi Strategi Pembelajaran Holistik. *Jurnal El-Rusyd*, 8(1), 63–70.
- Mudjihartono, Mudjiyanto, S., & Martini, T. (2022). Character Establishment Through Physical Education. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6(229), 134–145. <https://doi.org/10.33369/jk.v6i1.21026>
- Mustofa, N. H., Darsinah, & Wulandari, M. D. (2022). Perkembangan Motivasi Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Dasar*, 2, 373–380.
- Nopiyanto, Y. E., Pujiyanto, D., & Ibrahim. (2022). Kondisi Psikologis Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjas Pada Kelas Tatap Muka Terbatas. *Jurnal Sporta Sainatika*, 7(1), 60–69. <https://doi.org/10.24036/Sporta>
- Nuraini, A. S., Annisa, H., Rahmayanti, I., Ayuni, L. Q., Makiyyah, N. Z. N., Aprilianti, S. N., & Mulyana, A. (2024). Integrasi Nilai-Nilai Karakter Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Jenjang Sekolah Dasar. 2024, 2(3), 80–94. <https://doi.org/10.59059/mutiara.v2i3.1329>
- Puspitaningrum, D. C. (2024). Analisis Tantangan dan Peluang Pendidikan Jasmani Dalam Implementasi Kurikulum Sekolah Dasar : Systematic Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional*, 631–644.
- Putra, A. N., Lawanis, H., & Bahtra, R. (2022). Efektivitas Latihan Small Side Games Terhadap Keterampilan Shooting Siswa SSB Usia 12 Tahun. *Jurnal Sporta Sainatika*, 7(1), 111–120. <https://doi.org/10.24036/Sporta>
- Putri, E., & Suriadi, A. (2022). Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak dengan Motivasi dan Apresiasi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial Dan Humaniora*, 1(1), 142–148. <https://doi.org/10.55123/abdisoshum.v1i1.522>
- Raibowo, S., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan pada SMP Negeri Se-Kabupaten Mukomuko melalui Pendekatan Model Context, Input, Process & Product (CIPP). *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 146–165.
- Reis, M. A. M. dos, & Correa, U. C. (2021). Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum Small-Sided Games as Holons in the Football : a hierarchical systems approach. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*, 23, 1–7. <https://doi.org/10.1590/1980-0037.2021v23e74081> Small-Sided
- Risana, F., Herlina, Hadi, A. I. M., Pratama, A., Rahmah, F., & Syaife, I. (2025). Transformasi Metode Pembelajaran Pendidikan Agama Islam: dari Konvensional ke Pendekatan

- Student-centered Learning. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10, 619–632.
- Rubiana, I., Herliana, M. N., Priana, A., & Indrawan, B. (2025). Pelaksanaan Pendidikan Inklusi Mata Pelajaran PJOK: Perspektif Guru PJOK. *Journal of SPORT*, 9(1), 1–18. <https://doi.org/10.37058/sport>
- Setiawati, R., Frimananda, G. R., Hasanah, U., & Dian, A. D. S. (2024). Membangun Keterampilan Sosial: Peran Olahraga Jasmani dalam Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2728–2740.
- Sinag, D. (2024). Teacher-Student Interaction Models : Effective Strategies for Increasing Student Participation and Motivation. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 26(December), 1052–1065.
- 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. *Frontiers in Psychology*, 11(November), 1–17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.569897>
- Winata, D. C., & Abady, A. N. (2020). Pengembangan Model Game Outdoor Activities terhadap Pembentukan Karakter pada Siswa SDN 067250 Mabar. *Jurnal Visipena*, 11(2), 352–363.
- Yanti, F. D., & Darmawan, G. (2019). Penerapan Permainan Possession Game Terhadap Hasil Belajar Passing Sepakbola. *JPOK*, 7(3), 529–533.
- Yudha, A., Rizal, C., & Sabarini, S. S. (2020). Passing training model based on small side game in futsal sports for senior high school students. *Quality in Sport*, 2(6), 47–55. <https://doi.org/10.12775/QS.2020.011>
- Yunianti, S. S. (2020). Play-Based Learning as An Essential Strategy to Face 21st-Century Learning. *ICLLT*, 1–6. <https://doi.org/10.4108/eai.12-10-2019.2292213>