

PENGARUH LATIHAN SHOOTING TARGET TERHADAP KETEPATAN SHOOTING DALAM PERMAINAN FUTSAL PADA SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMP MINHAAJU AL-SALAM TAHUN PELAJARAN 2024/2025

Ramdan¹, Sheila Dwi Loviani², Mirwan Aji Soleh³
Universitas Sebelas April¹²³

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima 10 Jan 2026
Disetujui 20 Jan 2026
Dipublikasikan 28 Feb 2026

Kata kunci:

Shooting, target, ketepatan shooting futsal

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* target terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal SMP Minhaaju Al-Salam tahun pelajaran 2024/2025. Permasalahan yang dihadapi adalah rendahnya ketepatan *shooting* siswa dalam permainan futsal yang berpotensi memengaruhi performa tim secara keseluruhan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest design*. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal yang berjumlah 18 orang. Instrumen yang digunakan adalah tes ketepatan *shooting* ke gawang dengan target tertentu. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata dari skor pretest sebesar 22,1 menjadi 30,2 pada posttest, dengan rata-rata peningkatan sebesar 8,11 poin atau sekitar 36%. Hasil uji *t* menunjukkan thitung sebesar 63,12 lebih besar dari ttabel sebesar 1,743 pada taraf signifikansi 0,05, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan *shooting* target terhadap ketepatan *shooting* siswa. Dapat disimpulkan bahwa latihan *shooting* target memberikan pengaruh positif dan signifikan dalam meningkatkan ketepatan *shooting* siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Minhaaju Al-Salam. Penelitian ini diharapkan menjadi referensi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam meningkatkan keterampilan *shooting* dalam permainan futsal.



Copyright © 2026 Universitas Sebelas April
All rights reserved

*Corresponding Author:

Sheila Dwi Loviani
Prodi PJKR
Universitas Sebelas April
Jalan Angkrek Situ No 19 Sumedang
Email:

1. PENDAHULUAN

Pendidikan ialah suatu kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan umum seseorang termasuk didalamnya peningkatan penguasaan teori dan keterampilan memutuskan terhadap persoalan-persoalan yang menyangkut kegiatan mencapai tujuan pendidikan (education) mencakup kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan untuk meningkatkan kompetensi menyeluruh seseorang dalam arah tertentu dan berada di luar lingkup pekerjaan yang ditanganinya saat ini, (Nufuadi, 2022: 4).

Berdasarkan definisi tersebut, dapat dijelaskan bahwa pendidikan adalah suatu proses yang berkelanjutan, bertujuan untuk mengembangkan seluruh potensi manusia, dan melibatkan berbagai aspek kehidupan. Pendidikan tidak hanya sebatas transfer pengetahuan, tetapi juga pembentukan karakter, pengembangan keterampilan, dan persiapan individu untuk hidup di masyarakat.

Pelaksanaan pembelajaran pjok harus disesuaikan dengan tujuan yang akan dicapai oleh pembelajaran pendidikan jasmani itu sendiri dan hal ini sangat didukung oleh metode yang akan dilaksanakan oleh guru. melalui metode yang akan di terapkan oleh guru pjok diharapkan mampu memberikan penjelasan yang tepat mengenai materi yang akan diajarkan kepada anak didik, baik secara verbal maupun non-verbal.

Tujuan dari pendidikan jasmani bukan sekedar pencapaian yang bersifat fisik semata, akan tetapi juga melibatkan aktivitas psikis. Oleh karena itu, penyelenggaraan pendidikan jasmani harus dikembangkan lebih optimal sehingga peserta didik menjadi lebih inovatif, terampil dan kreatif. Persoalan yang muncul adalah bagaimana guru pendidikan jasmani dapat menciptakan, mendorong dan mengelola situasi pembelajaran dengan segenap kemampuannya agar tujuan dari pembelajaran pendidikan jasmani tersebut dapat tercapai. Upaya meningkatkan hasil belajar siswa tidak terlepas dari kegiatan belajar siswa di sekolah. Kegiatan belajar siswa di sekolah terdiri dari tiga jenis kegiatan yaitu kegiatan intrakurikuler, ekstrakurikuler, dan kokurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga di Sekolah Menengah Pertama (SMP) ditetapkan oleh kepala sekolah berdasarkan bakat dan minat siswa. Beberapa contoh kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, misalnya: kesenian (tari, karawitan, teater, dan musik), olahraga (bola voli, bola basket, pencak silat, sepak bola, dan futsal) dan kegiatan pengabdian pada masyarakat (IPM/OSIS, Pramuka, PMR, UKS, dan kerohanian).

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang semakin populer di Indonesia, terutama di kalangan siswa. Keterampilan teknik, seperti *shooting*, merupakan faktor kunci dalam keberhasilan permainan futsal. Namun, banyak siswa yang masih mengalami kesulitan dalam mengoptimalkan ketepatan *shooting* mereka. Hal ini bisa disebabkan oleh kurangnya latihan yang terfokus dan metode latihan yang tidak efektif.

Berdasarkan observasi awal di SMP Minhaaju Al-Salam, kegiatan ekstrakurikuler futsal dilaksanakan setiap hari kamis dan sabtu. Kegiatan ekstrakurikuler berlangsung mulai pukul 14.00 – 16.00 WIB di lapangan futsal sekolah. Peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Minhaaju Al-Salam terdiri dari kelas VII, VIII, dan IX yang berjumlah 18 siswa pada tahun pelajaran 2024/2025. Seiring masuknya futsal ke sekolah, banyak digelarnya pertandingan futsal antar sekolah di tingkat kecamatan, kabupaten, provinsi, maupun nasional, maka salah satu sekolah di Sumedang ini membuka ekstrakurikuler futsal.

Di SMP Minhaaju Al-Salam, ekstrakurikuler futsal menjadi salah satu wadah bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan olahraga mereka. Namun, permasalahan yang sering di alami oleh banyak siswa belum mencapai ketepatan *shooting* yang diharapkan, yaitu *shooting* yang tidak tepat sasaran dan tidak terarah ke gawang lawan. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* target terhadap ketepatan *shooting* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal.

1.1 Kegiatan Ekstrakurikuler

Menurut Nurholis (2023: 20) ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan pendidikan yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam pelajaran kurikulum standar sebagai ekspansi dari kegiatan kurikulum dan dilakukan di bawah bimbingan sekolah dengan tujuan untuk mengembangkan kompetensi pribadi, hobi, bakat, minat, dan kemampuan peserta didik yang lebih luas atau di luar minat yang dikembangkan oleh kurikulum. Berdasarkan pendapat tersebut jelaskan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan di sekolah yang dilakukan di luar jam pelajaran utama. Kegiatan ini dirancang untuk memberi ruang bagi siswa agar bisa mengembangkan kemampuan dan potensi diri yang mungkin tidak tersentuh dalam pelajaran formal. Melalui ekstrakurikuler, siswa bisa menyalurkan hobi, minat, atau bakat mereka baik dalam bidang olahraga, seni, kepemimpinan, sehingga keterampilan sosial. Meskipun dilakukan diluar jam belajar, kegiatan ini tetap di bawah pengawasan sekolah agar tujuannya sejalan dengan pendidikan karakter dan pengembangan diri siswa. Dengan mengikuti ekstrakurikuler, siswa dapat lebih mengenal potensi dirinya dan bahkan menemukan cita-cita atau arah karir yang ingin di kejar di masa depan. Maka dari itu, ekstrakurikuler bukan hanya pelengkap, tetapi bagian penting dari pendidikan yang menyeluruh dan berorientasi pada pembentukan karakter serta pengembangan kepribadian peserta didik. Jadi, ekstrakurikuler bukan hanya sekedar kegiatan pengisi waktu, melainkan bagian penting dari pembentukan pribadi yang seimbang antara akademik dan non-akademik.

1.2 Permainan Futsal

Futsal adalah olahraga yang dimainkan dalam tempo cepat dan suasana permainan yang sangat dinamis karena ukuran lapngannya yang relatif kecil dibandingkan sepakbola, ruang gerak pemainpun menjadi terbatas. Hal ini menuntut setiap pemain untuk selalu fokus, cepat mengambil keputusan, dan minin melakukan kesalahan. Dalam futsal, satu kesalahan kecil bisa langsung dimanfaatkan lawan untuk mencetak gol karna ruang terbuka sangat sedikit an tekanan datang dari segala arah. Sebagai permainan beregu, futsal sangat bergantung pada Kerjasama tim. Setiap pemain harus saling memahami posisi, pergerakan dan tanggung jawab masing-masing. Oleh karna itu, kekompakan dan rasa saling percaya antar pemain adalah kunci utama dalam permainan futsal. Menurut lhaksana (2011: 7-8) “Futsal adalah olahraga beregu, kolektivitas tinggi akan mengangkat prestasi, siapa yang mencetak gol sama sekali tidak penting, yang penting adalah gol yang terciptak”.

Permainan futsal adalah bagaimana tim menguasai dan memainkan bola untuk mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan. Nilai utama futsal terletak pada kerja sama tim, umpan-umpan pendek, Gerakan cepat, serta kelincahan dalam mengecoh lawan. Meskipun tekdik dasarnya mirip dengan sepak bola, permainan futsal memiliki perbedaan seperti ukuran lapangan yang lebih kecil, jumlah pemain yang lebih sedikit, waktu permainan yang lebih singkat serta bola yang lebih kecil. Penguasaan teknik dasar sangat penting dalam futsal agar pemain bisa tampil percaya diri, Menyusun strategi, dan menghadapi tekanan lawan dengan tenang.

Menurut lhaksana (2011: 13) Permainan futsal dapat dikatakan hampi mirip dengan permainan sepakbola. Perbedaan antara futsal dan sepak bola pada *low of the game* saja,

sedangkan untuk elmen Teknik dasar tetap sama. Secara umum permainan futsal dan sepak bola relatif sama, yaitu memainkan bola dengan kaki (kecuali penjaga gawang boleh menggunakan tangan) untuk menciptakan atau menggagalkan terciptanya gol. Perbedaan mendasar pada lapangan yang digunakan dengan perbandingan kurang lebih satu banding enam, sehingga menurut peralatan dan peraturan pertandingan atau permainan yang disesuaikan.

1.3 Teknik Dasar Permainan Futsal

Teknik dasar permainan futsal adalah serangkaian keterampilan atau gerakan fundamental yang harus dikuasai oleh setiap pemain untuk bermain futsal secara efektif dan efisien. Teknik dasar ini mencakup cara mengontrol, mengiring, mengoper, menembak, dan bertahan terhadap bola dalam permainan yang berlangsung cepat dan dinamis di lapangan. Teknik dasar menjadi pondasi utama dalam pengembangan kemampuan pemain futsal, baik secara individu maupun dalam kerja sama tim. Tanpa penguasaan teknik dasar, pemain akan kesulitan mengikuti tempo permainan dan strategi yang dijalankan tim. Menurut Jaya (2008: 62) “Untuk dapat bermain futsal dengan baik seorang pemain harus dibekali dengan *skill* teknik dasar yang baik, tidak hanya sekedar menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam menguasai atau mengontrol bola”.

1.4 Pengertian *Shooting*

Shooting adalah proses menendang bola keras dan akurat. Teknik *shooting* yang baik dilakukan dengan kaki bagian dalam. Kunci kekuatan *shooting* ada pada kekuatan tungkai kaki dan sudut pengambilan tendangan yang optimal.

Menurut Ibenzani (2020: 35) adalah sebagai berikut.

Shooting adalah keterampilan inti dalam permainan futsal untuk setiap siswa. Mengenal waktu yang tepat untuk melakukan tendangan, pada prinsipnya tendangan dilakukan pada saat: (1) ada ruang tembak; (2) ada waktu cukup untuk melakukan tendangan; (3) tidak ada siswa lain yang berada di posisi yang jauh lebih menguntungkan.

1.5 Macam-Macam *Shooting* Permainan Futsal

1. *shooting* dengan ujung kaki

Teknik *shooting* dalam futsal yang sering digunakan adalah menendang dengan ujung kaki. Teknik ini biasanya digunakan dalam posisi yang tidak menguntungkan. Tendangan yang dihasilkan akan sangat keras dan tepat ke sasaran.

2. *Shooting* dengan punggung kaki

Teknik yang satu ini hampir sama dengan teknik *shooting* pertama, hanya saja diperlukan latihan yang lebih agar menghasilkan tendangan yang lebih keras. Pertama, bersiri di depan bola dan posisikan kaki tumpuan di samping bola dengan jari menghadap ke arah gawang.

3. *Shooting* dengan kaki bagian luar

Teknik dengan kaki bagian luar disaat akan melakukan *shooting* langsung di depan gawang. Posisikan badan di samping bola dengan jari kaki menghadap ke gawang.

4. *Shooting* dengan kaki bagian dalam

Tendangan dengan kaki bagian dalam biasanya digunakan untuk melakukan *shooting* jarak jauh.

1.6 Ketepatan

Menurut Budiwanto (2012: 47) "Ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu sasaran sesuai dengan tujuan atau melakukan gerakan tanpa membuat kesalahan". Ketepatan merupakan kemampuan seseorang dalam mengarahkan sesuatu tanpa melakukan kesalahan sesuai dengan tujuannya.

Pengertian ketepatan lebih diartikan, pada ketepatan dalam melakukan *shooting*. Menurut Sugono (2008: 1178) "Ketepatan adalah keadaan, ketelitian, atau kejutuan". Ketepatan *shooting* dalam futsal merupakan faktor yang diperlukan seseorang untuk mencapai target yang diinginkan ke gawang lawan agar mendapatkan skor atau gol.

1.7 Latihan

Latihan adalah sebuah proses yang dilakukan secara terencana, teratur, dan berkelanjutan untuk meningkatkan kemampuan seseorang, baik secara fisik, teknik, maupun mental. Menurut Mylsidayu (2015: 47) Istilah latihan berasal dari beberapa kata bahasa Inggris yang mengandung beberapa makna seperti *practice*, *exercise* dan *training*. Latihan yang berasal dari kata *practice* adalah aktivitas untuk meningkatkan (keterampilan) berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan dan kebutuhan cabang olahraga. Pengertian latihan yang berasal dari kata *exercise* adalah perangkat utama dalam proses latihan harian untuk meningkatkan kualitas fungsi organ tubuh manusia, sehingga mempermudah olahragawan dalam menyempurnakan gerakannya. Latihan berasal dari kata *training* adalah suatu proses penyempurnaan kemampuan berolahraga yang berisikan materi teori dan praktik, menggunakan metode, dan aturan, sehingga tujuan dapat tercapai pada waktunya.

1.8 Shooting Target

Shooting target adalah latihan dengan menggunakan target tertentu sebagai sasaran tembakan secara akurat dan terkontrol. Sasaran ini berupa gawang, titik tertentu dalam gawang, alat bantu mini, atau papan. Menurut Nurhasan (2001: 162) "*Shooting* adalah menembak bola ke arah sasaran".

2. METODE

Metode adalah cara atau jalan yang harus ditempuh untuk mencapai suatu tujuan. Tujuan penelitian yaitu untuk mengungkapkan, menggambarkan, dan menyimpulkan hasil pemecahan masalah melalui cara tertentu sesuai dengan prosedur penelitian. Menurut Arikunto (2013: 203) "Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya".

Berkaitan dengan masalah yang ingin penulis ungkapkan tentang pengaruh latihan *shooting target* terhadap hasil ketepatan *shooting*, maka penulis perlu menentukan suatu metode yang tepat untuk penelitian tersebut. Untuk itu penulis mempergunakan metode penelitian yang disebut metode eksperimen.

Menurut Sugiyono (2022: 163) eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang independen (treatment/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkontrol. Kondisi dikendalikan agar tidak ada variabel lain (selain variabel treatment) yang mempengaruhi variabel dependen. Agar kondisi dapat dikendalikan, maka dalam penelitian eksperimen dilakukan di laboratorium.

$$O_1 \rightarrow X \rightarrow O_2$$

Untuk memperoleh data yang dalam suatu penelitian tentu diperlukan sumber data yang objektif dan tepat. Sumber data dalam penelitian ini disebut populasi. Maka populasi ini akan dipilih dengan pertimbangan yang matang. Populasi adalah sekelompok organisme yang mempunyai spesies sama (takson tertentu) serta hidup/menempati kawasan tertentu pada waktu tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler futsal SMP Minhaaju Al-Salam tahun pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 18 orang. Untuk menentukan jumlah sampel Arikunto (2008: 116) pengambilan sampel apabila kurang dari seratus lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Jika subjeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-55% atau lebih tergantung sedikit banyaknya. Berdasarkan pendapat tersebut penulis mengambil sampel sebesar 100% yaitu sebanyak 18 siswa.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Pada bagian ini disajikan hasil penelitian yang diperoleh dari pengolahan data kemampuan siswa dalam melakukan shooting pada kegiatan ekstrakurikuler futsal. Data yang dikumpulkan melalui tes awal (pre-test) dan tes akhir (post-test) dianalisis menggunakan statistik deskriptif yang meliputi nilai rata-rata, standar deviasi, serta nilai terendah dan tertinggi untuk memberikan gambaran umum mengenai hasil yang dicapai siswa. Selain itu, dilakukan uji normalitas untuk memastikan bahwa data berdistribusi normal serta uji signifikansi untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh yang berarti dari latihan yang diberikan. Penyajian hasil ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas dan sistematis mengenai peningkatan kemampuan siswa setelah mengikuti latihan shooting target.

Tabel 1. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata dan Standart Deviasi

Deskripsi	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Selisih
Rata-rata/Mean	22,1	30,2	8,11
Standart Deviasi (SD)	2	2,49	0,68
Nilai Terendah	19	27	8
Nilai Tertinggi	25	34	9

Dari tabel di atas dapat kita lihat bahwa hasil perhitungan nilai rata-rata tes awal yaitu (22,1) dan simpangan baku tes awal yaitu (2), kemudian nilai rata-rata tes akhir yaitu (30,2) dan simpangan baku tes akhir yaitu (2,49), nilai tersebut didapat dari hasil hitung skor tes dengan $N=18$. Untuk mencari rata-rata menjumlahkan skor yang didapat dari tes kemudian dibagi dengan banyaknya sampel, dan untuk mencari simpangan baku dicari dari nilai $\sum(X-\bar{x})^2$ kemudian dibagi dengan banyak nya $N = 18 - 1$.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Data

Deskripsi	N	L_{hitung}	L_{tabel}	Keterangan
Pre-test	18	0,1299	0,200	Normal
Post-test	18	0,1419	0,200	Normal

Dari data di atas dapat dilihat bahwa L_{hitung} tes awal dan tes akhir lebih kecil dari L_{tabel} pada taraf 0,05. Yang berarti berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Signifikansi

T _{hitung}	T _{tabel}	Keterangan
63,12	1,743	Signifikan

Berdasarkan data tersebut, dapat diketahui bahwa hasil perhitungan uji t didapat nilai T_{hitung} sebesar 63,12 dan hasil T_{tabel} didapat dari banyaknya sampel yaitu 18 pada taraf nyata 0,05 adalah 1,743. Jika dibandingkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($63,23 > (1,743)$). Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti terdapat pengaruh yang signifikan latihan shooting target terhadap ketepatan shooting siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal SMP Minhaaju Al-Salam.

3.2 Pembahasan

Berdasarkan pengolahan data dan analisis data yang dilakukan oleh penulis terhadap hasil tes terdapat peningkatan dari hasil tes *shooting* target terhadap ketepatan shooting pada siswa peserta ekstrakurikuler futsal SMP Minhaaju Al-Salam. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil tes dimana nilai rata-rata *pre-test* sebesar 22,1 sedangkan *post-test* sebesar 30,2 hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan hasil tes *shooting* setelah siswa melakukan latihan *shooting*. Pada saat perlakuan berlangsung terlihat antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran, karena latihan *shooting* ini mengajarkan siswa agar lebih fokus dalam mencapai target

Pada saat *pre-test* dilakukan, masih banyak siswa yang kurang cukup menguasai teknik dasar *shooting* dengan baik, dan setelah diberikan perlakuan selama 10 pertemuan terlihat antusias siswa dalam mengikuti proses latihan, sehingga pengaruh yang cukup terhadap ketepatan siswa pada saat melakukan *shooting*.

Selain itu, untuk membuktikan peningkatan hasil latihan siswa, penulis melakukan uji peningkatan. Hal ini dapat dilihat pada tabel 3 yang menunjukkan hasil yang signifikan pada taraf nyata 0,05 yaitu $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $63,12 > 1,743$ dan besar peningkatannya sebesar 36%. Maka dengan demikian, adanya peningkatan dengan menggunakan latihan *shooting* target terhadap ketepatan *shooting*.

Penggunaan latihan *shooting* target berpengaruh secara signifikan terhadap ketepatan *shooting* target pada siswa peserta ekstrakurikuler futsal SMP Minhaaju Al-Salam.

4. SIMPULAN

Besarnya pengaruh latihan *shooting* target terhadap ketepatan *shooting* siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal SMP Minhaaju Al-Salam pada hasil penelitian rata-rata tes awal 22,1, rata-rata tes akhir 30,2. Jadi terdapat peningkatan rata rata sebesar 8,11, dengan hasil pengujian hipotesis dan analisis data secara statistik, yaitu t hitung 63,12 lebih besar dari t tabel 1,743 pada taraf nyata 0,05 dengan $dk = 18-1=17$, didalam batas penerimaan hipoitesis. Artinya ada perbedaan yang berarti (signifikan) dan peningkatan yang diperoleh sebesar **36%**.

5. SARAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini penulis memberikan saran-saran sebagai berikut.

1. Bagi siswa, hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih luas mengenai pengaruh latihan *shooting* target dalam permainan futsal.
2. Bagi guru dan pelatih, dapat dijadikan acuan dalam mengajar khususnya mengajarkan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal.
3. Bagi sekolah, masukan secara ilmiah mengenai pengaruh latihan *shooting* target terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal dapat digunakan sebagai acuan bagi guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran permainan futsal.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2008). *Penelitian Suatu Pendekatan Prakrik*. Jakarta: Rineka cipta.
- Arikunto, S. (2013). *Penelitian Suatu Pendekatan Prakrik*. Jakarta: Rineka cipta.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang (UM PRESS).
- Ibenzani. (2020). *Menyepak Bola*. Surabaya: CV.Pustaka Media Guru
- Jaya, A. (2008). *Futsal: Gaya Hidup, Peraturan dan Tips-Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Lhaksana, J. (2011). *Teknik Dasar dan Strategi Permainan Futsal Difamata Spot*. Jakarta: Raih Asa Sukses.
- Mylsidayu. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Nurholis. (2023). *Manajemen Kesiswaan Ekstrakurikuler dalam Meningkatkan Prestasi Siswa*. Kebumen: PT Arr Rad Pratama
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Sumber Daya Manusia*. Kuantitatif, Kualitatif, dan Studi Kasus). Bandung: Alfabeta.
- Sugono, D. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi IV (4th ed)*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.