

Pengaruh Latihan Permainan Target Dan *Small-Sided Game* Terhadap Ketepatan *Shooting* Futsal Pemain MAN 2 Kota Padang

Doni Afrizon^{1*}, Yogi Arnaldo², Umar³ Ikhwanul Arifan⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Padang, Indonesia.

Email Korespondensi: doniafrizon10@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang penelitian ini adalah banyaknya para pemain futsal MAN 2 Kota Padang yang *shooting* nya melebar atau tidak mengarah ke gawang. Hal ini dikarenakan kurangnya pemahaman tentang teknik dasar *shooting* futsal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan permainan target dan latihan *small-sided game* terhadap ketepatan *shooting* futsal pemain MAN 2 Kota Padang, serta melihat metode latihan mana yang lebih efektif dalam meningkatkan ketepatan *shooting* futsal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 25 orang, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pemain inti MAN 2 Kota Padang yang berjumlah 12 orang. Dan dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing kelompok menerima perlakuan latihan yang berbeda selama 16 pertemuan. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah tes ketepatan *shooting* futsal. Berdasarkan hasil uji t independen, diperoleh nilai t hitung sebesar 0,585. dengan derajat kebebasan (df) 10 dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,571. Karena nilai signifikansi sebesar $0,571 > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa tidak dapat perbedaan yang signifikan pada nilai *posttest* antara kelompok latihan permainan target dan kelompok *small-sided game* dalam meningkatkan ketepatan *shooting*.

kata kunci : latihan permainan target, *small-sided game*, ketepatan *shooting*, futsal

The Influence Of Target Game Training And Small-Sided Game On The Shooting Accuracy Of Futsal Players at MAN 2 Kota Padang

ABSTRACT

The background of this research is the large number of futsal players of MAN 2 Kota Padang whose shots are wide or not directed at the goal. This is due to a lack of understanding of basic futsal shooting techniques. This study aims to determine the effect of target game training and small-sided game training on futsal shooting accuracy of MAN 2 Kota Padang players, as well as to see which training method is more effective in improving futsal shooting accuracy. This study uses a quantitative approach with a quasi-experimental design. The population in this study amounted to 25 people, sampling was carried out using a purposive sampling technique, namely 12 core players of MAN 2 Kota Padang. And divided into 2 groups, each group received different training treatments for 16 meetings. The instrument used in data collection was a futsal shooting accuracy test. Based on the results of the independent t-test, the calculated t value was 0.585. with degrees of freedom (df) 10 and a significance value (Sig. 2-tailed) of 0.571. Because the significance value of $0.571 > 0.05$, then H_0 is accepted and H_1 is rejected. This shows that there is no significant difference in the posttest scores between the target game training group and the small-sided game group in improving shooting accuracy.

Keywords: *target game training, small-sided game, shooting accuracy, futsal*

PENDAHULUAN

Futsal merupakan olahraga yang sangat populer dan digemari khalayak ramai. Sama seperti sepakbola, olahraga ini menggunakan bola sebagai medianya, hanya saja perbedaannya adalah dalam jumlah pemain dan besar lapangannya (Olahraga, Jasmani, dan Volume 2020). Futsal adalah salah satu cabang olahraga yang sering dipertandingkan, futsal merupakan olahraga prestasi (Rahmah, Setiawan, dan Putra 2024). Adapun pengertian futsal adalah olahraga yang dimainkan menggunakan bola sepak di dalam ruangan yang terdiri dari 2 tim dan masing-masing tim terdiri dari 5 orang pemain inti (Series 2020). Adapun beberapa teknik futsal yaitu seperti *dribbling*, *passing*, *controll*, dan *shooting* (Sugiarto, Tomi, dan Fauzi 2022). Dari segi lapangan yang relatif kecil, hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahan, untuk dapat menguasai keterampilan dasar bermain futsal yang baik di butuhkan latihan yang rutin dan disiplin (Irianto dan Yudhistomo 2020).

Adapun beberapa teknik futsal yaitu seperti *dribbling*, *passing*, *controll*, dan *shooting*. Untuk bisa berprestasi pemain futsal harus memiliki beberapa keterampilan yaitu *shooting*. *Shooting* dalam bermain futsal merupakan salah satu teknik yang wajib dimiliki oleh pemain futsal, karena *shooting* adalah salah satu cara untuk menciptakan gol dan mendapatkan kemenangan (Risyanto, Taufik, dan Putri 2020). Dengan lapangan yang lebih kecil, peluang mencetak gol menjadi lebih banyak. Futsal juga sangat menuntut fisik (Ristagara, Afrizal, dan Setiawan 2024). Dan menurut berbagai literatur, pelatih perlu memperhatikan tuntutan fisik ini saat merancang program latihan untuk persiapan kompetisi (Adil 2020).

Teknik permainan futsal yang dominan dilakukan adalah menendang yaitu mengoper dan menembak atau *shooting*. Berbagai teknik *shooting* harus dipahami dan diterapkan sesuai dengan kondisi yang ada di lapangan. (Doewes, Elumalai, dan Azmi 2022) cara melakukan *shooting* pun ada beberapa yaitu dengan menggunakan ujung kaki, tumit kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki. Dengan meningkatkan keterampilan ini, pemain akan lebih berpeluang mencetak gol, sekaligus mendukung keberhasilan tim secara keseluruhan (Asnur et al. 2024). Ketepatan *shooting* merupakan kemampuan untuk bisa mengarahkan bola ke arah yang diinginkan oleh seorang pemain (Ariestika et al. 2023). Agar memiliki ketepatan atau akurasi *shooting* yang baik maka diperlukan latihan yang teratur dan jelas. Untuk itu beberapa

metode latihan bisa digunakan dalam meningkatkan ketepatan *shooting* seperti latihan. Kegiatan yang dilakukan dengan tujuan yang jelas dan terprogram dengan waktu yang telah ditetapkan disebut latihan (Arifin 2018). Latihan yang baik adalah latihan yang dimulai atau dibuat berdasarkan tujuan atau masalah yang mau kita selesaikan atau kita lewatkan. Maka dari itu kita juga harus melihat konsep dari pada *shooting* dalam permainan futsal. (Praniata 2019) konsep dari *shooting* yaitu, persiapan dan penyesuaian kaki dengan bola, langkah kaki, ayunan saat melakukan *shooting* dan pengoptimalan *shooting*.

Berikut latihan untuk meningkatkan ketepatan *shooting* adalah latihan permainan target dan latihan *small-sided game*. Latihan permainan target yaitu latihan yang dilakukan dengan tujuan meningkatkan ketepatan atau akurasi, yang dilakukan dengan cara menembak atau mengarahkan sesuatu ke target atau sasaran (Travassos 2021). Dengan latihan ini pemain atau atlet bisa mengasah untuk meningkatkan teknik maupun insting pemain. Selanjutnya adalah latihan *small sided-game*, latihan *small-sided game* adalah sebuah bentuk latihan yang menyerupai pertandingan atau situasi nyata yang terjadi saat pertandingan (Fatoni dan Prianto 2022). Pada latihan ini pelatih menentukan perarturan dan menciptakan situasi tertentu untuk mencapai tujuan latihannya. latihan ini dikembangkan secara spesifik untuk mencapai keputusan terbaik yang bisa dilakukan pemain dalam situasi yang nyata saat pertandingan.

MAN 2 Kota Padang merupakan salah satu sekolah yang memiliki banyak prestasi salah satunya pada olahraga futsal. Tim futsal MAN 2 Kota Padang pernah menjuarai beberapa *event* yang ada di Sumatera Barat, salah satunya *Event Hydro Coco* tingkat Sumatera Barat sekaligus mewakili Sumatera Barat untuk mengikuti turnamen antar provinsi yang diselenggarakan di Medan tahun 2019. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti pada pertandingan MAN 2 Kota Padang melawan SMA 3 Padang pada turnamen *AXIS Nation Cup 2024*. Hasilnya menjelaskan bahwa jumlah frekuensi *shooting* tim MAN 2 Kota Padang yaitu 25 percobaan dalam satu pertandingan. Dengan percobaan *shooting* yang mengarah ke gawang berjumlah 8 tembakan, sedangkan percobaan *shooting* yang tidak mengarah ke gawang berjumlah 17 tembakan. Persentase rata-rata *shooting* mengarah ke gawang dari tim MAN 2 Kota Padang mencapai 32%, sedangkan presentase rata-rata *shooting* yang tidak mengarah ke gawang mencapai 68%.

Hal ini mengakibatkan tim MAN 2 Kota Padang mengalami kekalahan. Rendahnya persentase rata-rata *shooting* tim MAN 2 Kota Padang yang mengarah ke gawang disebabkan dengan beberapa masalah yang ditemukan peneliti yaitu bola yang di *shooting* masih banyak tidak mengarah ke gawang, kurang tepatnya pengenaaan kaki pada bola, pandangan yang berfokus pada bola dan tidak melihat ke gawang, tumpuan kaki yang jauh dari bola. Melihat pentingnya ketepatan *shooting* dalam permainan futsal, maka solusi yang dapat diberikan yaitu dengan memberikan latihan permainan target dan latihan *small-sided game*. Peneliti memilih latihan permainan target dan *small-sided game* agar para pemain bisa memaksimalkan peluang yang didapatkan, sehingga dapat menciptakan gol yang banyak dan mendapatkan kemenangan. Selain itu bentuk latihan ini belum pernah diterapkan dalam proses latihan pemain MAN 2 Kota Padang.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Metode eksperimen merupakan jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui dampak suatu perlakuan terhadap variabel yang lain dalam situasi yang terkontrol (Ni Made Ratminingsih 2020). Pada penelitian ini menggunakan “*Two Group – Pre-test-Pots-test design*”. Dua kelompok perlakuan dilibatkan, masing-masing diberikan jenis latihan yang berbeda yaitu latihan permainan target dan latihan *small-sided game*. Penelitian ini dilaksanakan di MAN 2 Kota Padang selama 16 kali pertemuan dengan frekuensi 3-4 kali seminggu. Adapun populasi adalah keseluruhan data dalam penelitian (Sulistiyowati 2017). Dengan pengertian di atas dalam penelitian ini populasi adalah semua siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MAN 2 Kota Padang. Adapun sampel adalah bagian kecil dari sejumlah populasi yang menjadi fokus dalam penelitian (Sumilih, Pujiriyani, dan Jaya 2025). Pada penelitian ini teknik yang digunakan dalam pengambilan sampelnya adalah teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu atau kebutuhan dari penelitian (Lenaini 2021). Maka dipilih pemain inti dari futsal MAN 2 Padang yang sering mengikuti turnamen antar sekolah sebanyak 12 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah ketepatan *shooting*. Sebelum perlakuan diberikan seluruh peserta atau sampel menjalani *pre-test*, kemudian sampel

tadi akan dibagi ke dalam 2 kelompok dengan cara *ordinal pairing* berdasarkan hasil dari skor *pre-test*. Dimana setiap pemain melakukan 10 tembakan ke gawang dan skor tertinggi dalam 2 kali kesempatan yang digunakan sebagai nilai akhir. Data analisis menggunakan uji normalitas sebagai syarat analisis statistik kemudia dilanjutkan uji t berpasangan untuk mengetahui perubahan dalam masing-masing kelompok, serta uji t independen untuk membandingkan efektivitas antara kedua jenis latihan (Sugiyono dan Noeraini 2019).

HASIL

1. Hasil Tes Awal (*Pre-Test*) Ketepatan *Shooting* Pemain Futsal MAN 2 Kota Padang

Berdasarkan dengan *mean* (16,67), *sd* (2,160), *varians* (4,667), nilai maximum 20 dan nilai minimum analisa data *pre-test* pada kelompok 1, yaitu latihan permainan target memperoleh hasil 14. Sedangkan kelompok 2, yaitu latihan *small-sided game* memperoleh hasil dengan *mean* (16,33), *sd* (2,066), *varians* (4,267), nilai maximum 19 dan nilai minimum 14.

Tabel 1. Deskripsi Data Hasil *Pretest* Dengan Mengelompokkan Latihan Permainan Target (1) Dan Latihan *Small-Sided Game* (2)

Kelompok	<i>mean</i>	<i>sd</i>	<i>varians</i>	<i>maximum</i>	<i>minimum</i>
Kel 1	16,67	2,160	4,667	20	14
Kel 2	16,33	2,066	4,267	19	14

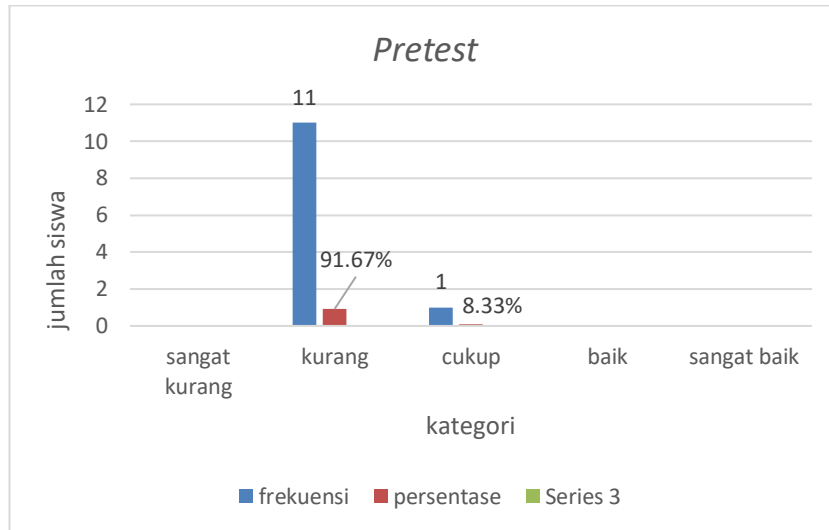
Selanjutnya yaitu tabel distribusi frekuensi dari tes awal *shooting* pemain futsal MAN 2 Kota Padang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal *Shooting* Pemain Futsal

Jumlah nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
40-50	0	0%	Sangat baik
30-39	0	0%	Baik
20-29	1	8,33%	Cukup
10-19	11	91,67%	Kurang
0-9	0	0%	Sangat kurang
Jumlah	12	100%	

Berdasarkan tabel diatas kemampuan *shooting* pemain futsal MAN 2 Kota Padang dari 12 orang, tidak ada pemain yang mencapai pada berkategori sangat baik, dan kategori baik, kemudian ada pemain yang berada pada kategori cukup

sebanyak 1 orang (8,33%), kemudian ada pemain yang berada pada kategori kurang sebanyak 11 orang (91,67%), kemudian tidak ada pemain yang berada pada kategori sangat kurang. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan pada histogram berikut :



Gambar 1. Histogram Hasil Tes Awal (*Pre-Test*)

2. Hasil tes akhir (*post-test*) ketepatan *shooting* pemain futsal MAN 2 Kota Padang

Berikut deskripsi data *pre-test* pada kelompok 1, yaitu latihan permainan target memperoleh hasil dengan *mean* (25,33), *sd* (2,503), *varians* (6,267), nilai maximum 30 dan nilai minimum 23, sedangkan kelompok 2, yaitu latihan *small-sided game* memperoleh hasil dengan *mean* (24,50), *sd* (2,429), *varians* (5,900), nilai maximum 28 dan nilai minimum 21.

Tabel 3. Deskripsi data hasil *post-test* dengan metode latihan permainan target (1) dan latihan *small-sided game* (2)

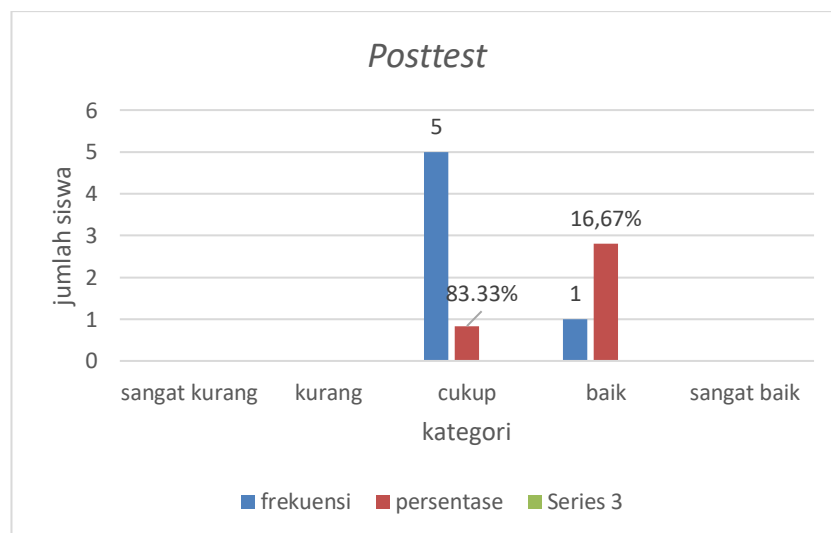
Kelompok	<i>mean</i>	<i>sd</i>	<i>varians</i>	<i>maximum</i>	<i>minimum</i>
Kel 1	25,33	2,503	6,267	30	23
Kel 2	24,50	2,429	5,900	28	21

Selanjutnya yaitu tabel distribusi frekuensi dari tes akhir *shooting* pemain futsal MAN 2 Kota Padang kelompok latihan permainan target dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil *Posttest* Pemain Futsal Kelompok Permainan Target (1)

Jumlah nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
40-50	0	0%	Sangat baik
30-39	1	16,67%	Baik
20-29	5	83,33%	Cukup
10-19	0	0	Kurang
0-9	0	0%	Sangat kurang
Jumlah	6	100%	

Berdasarkan tabel di atas bisa dilihat bahwa pada kelompok latihan permainan target yang terdiri dari 6 orang. Tidak ada pemain yang mencapai kategori sangat baik. Kemudian ada 1 pemain yang berada pada kategori baik, kemudian ada 5 pemain yang berada pada kategori cukup dan tidak ada pemain yang berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan pada histogram berikut :



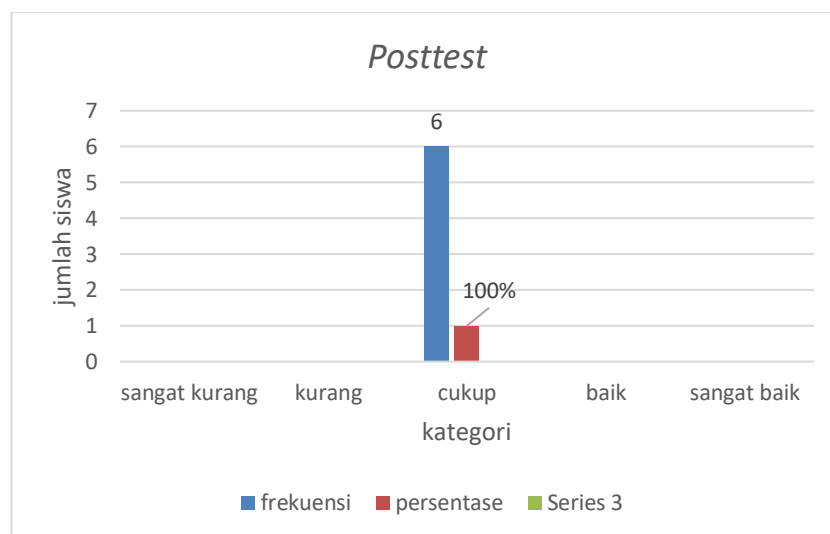
Gambar 2. Histogram Hasil Tes Akhir (*Pos-Test*) Latihan Permainan Target

Selanjutnya yaitu tabel distribusi frekuensi dari tes akhir *shooting* pemain futsal MAN 2 Kota Padang kelompok latihan *small-sided game* dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil *Posttest* Pemain Futsal Kelompok *Small-Sided Game* (2)

Jumlah nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
40-50	0	0%	Sangat baik
30-39	0	0%	Baik
20-29	6	100%	Cukup
10-19	0	0	Kurang
0-9	0	0%	Sangat kurang
Jumlah	6	100%	

Berdasarkan tabel di atas bisa dilihat bahwa pada kelompok latihan *small-sided game* yang terdiri dari 6 orang. Tidak ada pemain yang mencapai kategori sangat baik dan baik. Kemudian seluruh pemain yaitu 6 orang berada pada kategori cukup dan tidak ada pemain yang berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan pada histogram berikut:



Gambar 3. Histogram Hasil Tes Akhir (*Pos-Test*) Latihan *Small-Sided Game*

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, baik dari kelompok latihan permainan target(1) dan kelompok latihan *small sided-game*(2) sama-sama mengalami peningkatan ketepatan *shooting*. Latihan permainan target merupakan latihan dengan menembak bola dari jarak yang telah ditentukan ke sasaran (Lestari,Ni Kadek Yuni dan Laksmi

2020). hal ini membuat pemain menjadi lebih fokus untuk mengarahkan bola ke sasaran. Latihan ini pun lebih mirip dengan tes yang diberikan peneliti. Walaupun sasarannya berubah-ubah tiap pertemuan dan juga melibatkan teknik lain seperti *passing* dan *dribbling*.

Sedangkan latihan *small-sided game* merupakan latihan yang mirip dengan situasi pertandingan (Putra et al. 2022). Hal ini membuat pemain harus responsif dan cepat dalam mengambil keputusan untuk melakukan tembakan ke gawang. Pada latihan ini pelatih memberikan beberapa peraturan yang berbeda disetiap latihannya. Jadi pemain dalam kelompok latihan ini lebih mendapatkan pengalaman yang mirip seperti pertandingan. Dari penjelasan ini maka kita bisa melihat bahwa latihan permainan target sedikit lebih diuntungkan dengan tes yang dilakukan pada penelitian ini. Walaupun demikian latihan *small side game* lebih memiliki impact dalam situasi nyata atau saat pertandingan.

Adapun keterbaruan dari penelitian ini adalah dengan menggabungkan dua metode latihan yaitu latihan permainan target dan latihan *small-sided game* dalam meningkatkan ketepatan *shooting* berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang hanya memakai dari salah satu metode latihan tersebut seperti pada penelitian (Wardana 2017) yang berjudul “pengaruh latihan permainan target dengan menggunakan kaki bagian dalam pemain futsal SSC Planet Sleman. Meskipun penelitian ini telah dilakukan dengan usaha yang semaksimal mungkin, peneliti menyadari bahwa masih terdapat sejumlah keterbatasan yang dapat mempengaruhi hasil dari penelitian seperti, keterbatasan waktu, absensi pemain dan motivasi dari masing-masing pemain. hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi rujukan dalam memilih metode latihan untuk meningkatkan ketepatan *shooting* khususnya pada pelatihan futsal remaja. Jika banyak pemain tidak bisa mengikuti latihan seperti dijadwal, maka peneliti menggantinya dengan hari berikutnya. Pada absensi peneliti memberikan maksimal 3 kali kepada sampel atau pemain MAN 2 Kota Padang. Dan pelatih selalu memberikan tambahan atau masukan serta evaluasi kepada pemain agar lebih bisa memperbaiki atau meningkatkan motivasi daripada pemain itu sendiri.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak adanya perbedaan pengaruh yang signifikan setelah diberikan perlakuan antara kelompok latihan permainan target dan kelompok latihan *small-sided game*. Hal ini bisa dilihat setelah *posttest* dilakukan memperoleh t hitung = 0,585 dan t tabel = 2,228, yaitu t hitung lebih kecil dari t tabel 5%. Namun walaupun demikian, setelah melakukan persentase peningkatan ketepatan *shooting* pada kelompok permainan target mencapai 51,95%, sementara kelompok *small-sided game* sebesar 50,03%. Meskipun perbedaannya tidak besar, namun persentase peningkatan ini memberikan gambaran bahwa meskipun kedua metode ini memiliki efektivitas yang hampir sama, latihan permainan target sedikit lebih unggul dalam meningkatkan ketepatan *shooting*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adil, Ahmad. 2020. "Survey Minat Dan Motivasi Pemain Futsal SMP. Negeri 21 MAKASSAR" Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar." *Jurnal Universitas Negeri Makasar* 25.
- Ariestika, Elsa, Doni Pranata, Nur Fadly Alamsyah, I. Putu Agus, dan Dharma Hita. 2023. "Sepakbola Metode latihan resiprokal : Apakah berpengaruh terhadap ketepatan shooting ? Reciprocal training method : Does it affect the shooting accuracy ?" 3(2):49–55.
- Asnur, Ihsan, M. Ridwan, Roma Irawan, Irfan Oktavianus, Ronny Yenes, Ikhwanul Arifan, Vega Soniawan, dan Ardo Okilanda. 2024. "Hubungan Keseimbangan , Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Shooting The Relationship between Balance , Limb Muscle Explosiveness and Eye- Foot Coordination on Shooting Ability." (1):187–98.
- Doewes, Rumi Iqbal, Gunathevan Elumalai, dan Siti Hartini Azmi. 2022. "Futsal Shooting Moving Ball Test (FSMT) Assessment as a New Testing Protocol." 10(6):1302–10. doi: 10.13189/saj.2022.100621.
- Fatoni, F. Z. Al, dan D. A. Prianto. 2022. "Pengaruh Metode Latihan Small Sided Games Terhadap Ketepatan Passing Mendatar Siswa Ekstrakurikuler Futsal." *Jurnal Prestasi Olahraga* 5(2016):108–13.
- Iqram, Muhammad, Hendrik Mentara, Andi Sultan Brilin, dan Universitas Tadulako. 2018. "Pendahuluan Sejalan dengan perkembangannya , futsal kini menjadi prioritas pada tim dengan strategi bermain yang apik , dipadu dengan beragam teknik setiap individu yang bermain demi pembinaan-pembinaan dalam kegiatan ekstrakurikuler . Futsal merupakan sa." 0383:60–70.
- Irianto, Subagyo, dan Fitriani Agung Yudhistomo. 2020. "The Effect of Part and Whole Methods to Improving Shooting Accuracy in Futsal Players of UNY." (1):165–70. doi: 10.5220/0009303401650170.
- Lenaini, Ika. 2021. "Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling." *HISTORIS: Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah* 6(1):33–39.
- Lestari, Ni Kadek Yuni dan Laksmi, Gusti Ayu Putu Satya. 2020. "Ada banyak bentuk-bentuk latihan yang bisa membuat kemampuan menendang ke gawang meningkat, salah satunya yaitu latihan menendang atau shooting menggunakan permainan target gawang kecil, Permainan target merupakan salah satu klasifikasi dari bentuk permai." *Jurnal Ilmu Kesehatan* 2(2):296–305.
- Ni Made Ratminingsih. 2020. "Metodologi dan Strategi Penelitian." *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* 125.

- Olahraga, Gelanggang, Jurnal Pendidikan Jasmani, dan Olahraga Volume. 2020. "1080-Article Text-11113-1-10-20200430." *Rifgi Festiawan* 3:143–55.
- Praniata, Agus Rizqi. 2019. "Model Pembelajaran Shooting Futsal Untuk Siswa Sma." 27–34. doi: 10.3157/jpo.v8i1.1218.
- Putra, Aldo Naza, Haripah Lawanis, Faridatul 'ala, dan Ridho Bahtra. 2022. "Efektivitas Model Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Siswa Ssb Usia 12 Tahun." *Sporta Sainatika* 7(1):111–20. doi: 10.24036/sporta.v7i1.218.
- Rahmah, Mutia, Yogi Setiawan, dan Yogi Arnaldo Putra. 2024. "Tingkat Kecemasan , Konsentrasi , dan Motivasi Berprestasi Atlet." 877–90.
- Ristagara, Fandear, S. Afrizal, dan Yogi Setiawan. 2024. "Profil Kondisi Fisik Pemain Ekstrakurikuler Futsal Di SMA Negeri 8 Padang Physical Condition Profile of Futsal Extracurricular Players at SMA Negeri 8 Padang." 461–74.
- Risyanto, Aris, Muhamad Syamsul Taufik, dan Ravizah Eka Putri. 2020. "Pengaruh Latihan Plyometrics Otot Tungkai Terhadap Hasil Tendangan Penalti Pada Cabang Olahraga Futsal." *Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi* 10(1):1. doi: 10.35194/jm.v10i1.934.
- Series, Conference. 2020. "Use of audio-visual media on training basic skills in passing and shooting in futsal sports Use of audio-visual media on training basic skills in passing and shooting in futsal sports." doi: 10.1088/1742-6596/1521/4/042050.
- Sugiyono, dan Irma Ayu Noeraini. 2019. "Pengaruh Tingkat Kepercayaan, Kualitas Pelayanan, dan Harga Terhadap Kepuasan Pelanggan JNE Surabaya." *Ilmu dan Riset Manajemen* 5(5):1–17.
- Sulistiyowati, Wiwik. 2017. "Buku Ajar Statistika Dasar." *Buku Ajar Statistika Dasar* 14(1):15–31. doi: 10.21070/2017/978-979-3401-73-7.
- Sumilih, Ario, Dimas, Wulan, Dwi Pujiriyani, dan Aswadi Jaya. 2025. "Metode Penelitian Kuantitatif." 26–36.
- Travassos, Bruno. 2021. "How Informational Constraints for Decision-Making on Passing , Dribbling and Shooting Change With the Manipulation of Small-Sided Games Changes in Futsal." doi: 10.1177/00315125211016350.
- Wardana, Jupri Edho Imastra. 2017. "Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pemain Futsal SFC Planet Sleman." *the Influence of Target Play Exercise Towards Shooting Accuracy Futsal Player'S Inner Leg of Sfc Planet Sleman* 2(1):1–7.
- Yanto, Anggel Hardi. 2018. "Shooting Training Models with the Playing Approach for Futsal Extracurricular of Junior High School Students." 278(YISHPESS):493–97.