

**PENGARUH LATIHAN PERMAINAN TARGET TERHADAP
AKURASI *SHOOTING* KE GAWANG PADA
*CLUB THE BOS FUTSAL***

SKRIPSI

Oleh

Ahmad Raihan

Nomor Induk Mahasiswa: 06061282126057

Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2025

**PENGARUH LATIHAN PERMAINAN TARGET TERHADAP
AKURASI *SHOOTING* KE GAWANG PADA
*CLUB THE BOS FUTSAL***

SKRIPSI

Oleh

Ahmad Raihan

Nomor Induk Mahasiswa: 06061282126057

Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan

Mengesahkan

Mengetahui,
Koordinator Program Studi,
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Pembimbing,



Destriani, M. Pd
NIP. 198912012019032018



Dr. Herri Yusfi, M.Pd
NIP. 19870722024211004



**PENGARUH LATIHAN PERMAINAN TARGET TERHADAP
AKURASI *SHOOTING* KE GAWANG PADA
CLUB THE BOS FUTSAL**

SKRIPSI

Oleh

Ahmad Raihan

Nomor Induk Mahasiswa: 06061282126057

Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan

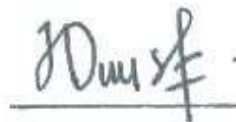
Hari : Jum'at
Tanggal : 18 Juli 2025

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dr. Herri Yusfi, M.Pd



2. Anggota : Destriana, M.Pd



Indralaya, 18 Juli 2025

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Destriani, M. Pd
NIP. 198912012019032018

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Raihan
NIM : 06061282126057
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul "Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Akurasi *Shooting* Ke Gawang pada Club The Bos Futsal" ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 18 Juli 2025

Yang membuat pernyataan



Ahmad Raihan

NIM. 06061282126057

PRAKATA

Skripsi dengan judul "Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Akurasi Shooting Ke Gawang pada *Club The Bos Futsal*" disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Herri Yusfi, M.Pd sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A., Dekan FKIP Unsri dan Ibu Destriani, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga ditunjukkan kepada Ibu Destriana, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Lebih lanjut, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama penulis mengikuti perkuliahan, terima kasih banyak kepada para atlet futsal yang telah mendukung dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa terima kasih kepada semua pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Indralaya, 18 Juli 2025

Penulis



Ahmad Raihan

NIM. 06061282126057

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini, tak lupa shalawat serta salam tercurah kepada Nabi besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya sekalian hingga akhir zaman, yang atas izin Allah SWT telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia di dunia ini.

Alhamdulillah berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Akurasi Shooting Ke Gawang pada Club The Bos Futsal". Penulisan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd), di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya. Pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga penulisan skripsi ini dapat selesai. Menyusun skripsi ini, tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang penulis alami, namun berkat arahan, dukungan, inspirasi, dan do'a dari orang terdekat, khususnya kepada orang tua, sehingga penulis mampu menyelesaikannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik isi maupun penulisannya, oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan dan akan penulis terima dengan hati terbuka

Indralaya, 18 Juli 2025



Ahmad Raihan
NIM. 06061282126057

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamualaikum Wr. Wb

1. Kedua orang tua ku tercinta, ayahanda Drs.H Barlimli dan ibunda Sulastri S,Pd terimakasih penulis ucapkan atas segala pengorbanan dan ketulusan yang diberikan kepada penulis, yang selalu sentiasa memberikan yang terbaik untuk penulis. tak kenal lelah untuk mendoakan, mengusahakan, dan memberikan dukungan baik secara moral maupun finansial, serta memprioritaskan pendidikan dan kebahagiaan anak anaknya. Segala hal yang dilalui memberikan penulis pelajaran yang sangat berharga tentang arti menjadi seseorang lelaki yang kuat, bertanggung jawab, selalu berjuang dan mandiri. Semoga dengan adanya skripsi ini dapat membuat ayah dan ibu lebih bangga karena berhasil menjadikan anak laki-laki pertama nya ini menyandang gelar sarjana seperti yang diharapkan. Besar harapan penulis semoga ayah dan ibu selalu sehat, panjang umur, bertambah rezekinya dan bisa menyaksikan keberhasilan lainnya yang akan penulis raih dimasa yang akan datang.
2. Kakak perempuan, Auliya Ulfa yang senantiasa membantu dan memberikan semua hal dalam proses pembuatan skripsi ini dan membuat penulis termotivasi untuk menjadi sosok anak kedua yang ingin mengejar hal yang baik seperti yang dilakukan oleh kakak perempuannya.
3. Adik laki laki, Muhammad Khairyan yang selalu menjadikan penulis termotivasi untuk bisa terus belajar menjadi sosok kakak yang dapat memberikan pengaruh positif, baik dalam bidang akademik maupun non akademik, serta berusaha untuk menjadikan panutannya dimasa yang akan datang kelak.
4. Koordinator program studi pendidikan jasmani dan kesehatan, ibu Destriani M.Pd yang telah memberikan fasilitas perkuliahan dan memberikan ilmu sehingga dapat membuat penulis menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Bapak Dr. Herri Yusfi M,Pd selaku dosen pembimbing skripsi yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran untuk mengarahkan dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih atas ilmu, pengalaman dan bimbingan yang diberikan.

6. Ibu Destriana M,Pd selaku dosen penguji yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing, mengarahkan, memberikan masukan dan nasehat dalam proses penelitian.
7. Kepada seluruh dosen penjaskes yang telah memberikan ilmu sehingga dapat membuat penulis bisa menyelesaikan perkuliahan dan skripsi dengan baik dan admin penjaskes yang banyak membantu dalam menyelesaikan administrasi selama perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
8. Rekan rekan mahasiswa penjaskes angkatan 2021 yang telah mengajari apa arti dari solidaritas dan loyalitas, terimakasih atas kenangan dan pengalamannya.
9. Rekan rekan AL KTG , terimakasih telah menjadi rumah tempat berkumpul yang hangat, kompak, dan menyenangkan. Suka maupun duka telah kita lalui bersama dalam proses pendewasaan bersama.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini.
11. Kepada seseorang yang pernah bersama penulis dan tidak bisa disebut namanya. Terimakasih atas waktu bersamanya saat perkuliahan dan terimakasih untuk patah hati yang diberikan saat proses penyusunan skripsi ini. Ternyata perginya anda dari kehidupan penulis memberikan motivasi untuk terus maju dan berproses menjadi pribadi yang mengerti apa itu pengalaman, pendewasaan, sabar dan bisa menerima arti dari kehilangan. Terimakasih telah menjadi bagian yang menyenangkan sekaligus menyakitkan dalam pendewasaan ini. Pada akhirnya setiap orang ada masanya dan setiap masa ada orangnya.
12. Terakhir penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada satu sosok yang berjuang selama ini dengan sendirian tanpa henti, seorang laki laki sederhana yang mempunyai impian yang tinggi. Terimakasih kepada penulis skripsi ini yaitu diri sendiri, Ahmad Raihan. Apresiasi sebesar besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai terimakasih karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati setiap proses yang bisa dibilang tidak mudah. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini dan rayakan hal sekecil apapun dalam dirimu sendiri.

MOTTO

“ Maka sesungguhnya didalam kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan ”

(Q.S Al – Insyirah: 5-6)

” Pelan pelan saja, tidak semua hal harus dikejar terburu-buru, setiap orang punya timeline nya sendiri. Nikmati prosesnya tanpa membandingkan dirimu dengan pencapaian orang lain ”

” Boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu. Dan boleh jadi kamu menyenangi sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedangkan kamu tidak mengetahui ”

(Q.S Al – Baqarah: 216)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR TELAH DIUJI DAN DIUJI DAN DILULUSKAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
KATA PENGANTAR.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK.....	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Permasalahan Penelitian	6
1.2.1 Identifikasi Masalah	6
1.2.2 Batasan Masalah	6
1.2.3 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Hakikat Futsal.....	9
2.2 Teknik Dasar Olahraga Futsal	11
2.3 Hakikat Ketepatan <i>Shooting</i> dalam Permainan Futsal.....	14
2.4 Hakikat latihan.....	17
2.5 Hakikat Latihan Permainan Target	24
2.6 Kajian Penelitian yang Releven.....	31
2.7 Kerangka berpikir	33
2.8 Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
3.1 Jenis Penelitian	35
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	35
3.2.1 Waktu Penelitian.....	35
3.2.2 Tempat Penelitian.	35
3.3 Populasi dan Sampel.....	35
3.5 Teknik Analisis Data	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1 Hasil Penelitian	40
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	40
4.1.2 Deskripsi Data Hasil Pretest Passing.....	40
4.2 Hasil Uji Prasyarat	43
4.2.1 Uji Normalitas	43
4.2.2 Uji Homogenitas.....	43
4.2.3 Hasil Uji Hipotesis	44
4.3 Pembahasan Penelitian.....	46

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Norma Tes Ketepatan Shooting Futsal Putra	38
Tabel 4. 1 Data Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting.....	41
Tabel 4. 2 Deskriptif Statistik <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Ketepatan <i>Shooting</i>	42
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas.....	43
Tabel 4. 4 Dependent Variable.....	44
Tabel 4. 5 Hasil Uji Homogenitas	44
Tabel 4. 6 Uji -t Hasil Pretest dan Posttest.....	45
Tabel 4. 7 Hasil Uji Hipotesis	45
Tabel 4. 8 Persentase Peningkatan Ketepatan Shooting.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1	Teknik tendangan dengan punggung	16
Gambar 2. 4	Permainan Target Goaling	26
Gambar 2. 5	Permainan Target Girshoot.....	27
Gambar 2. 6	Permainan Target Bolbal Shoot.....	29
Gambar 2. 7	Permainan target zig-zag goal	30
Gambar 2. 8	Kerangkar Berpikir	34
Gambar 2. 9	Pembagian Wilaya Skoring Tes shooting.....	37
Gambar 4. 1	Diiagram Batang Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Riwayat Hidup	60
Lampiran 2 Usul Judul	61
Lampiran 3 Persetujuan Seminar Proposal	62
Lampiran 4 Bukti Perbaikan Seminar Proposal	63
Lampiran 5 SK Pembimbing.....	64
Lampiran 6 SK Surat Izin Penelitian	66
Lampiran 7 Program Latihan	67
Lampiran 8 Hasil Data Pretest	76
Lampiran 9 Hasil Data <i>Posttest</i>	77
Lampiran 10 Analisis Data SPSS.....	78
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian.....	79
Lampiran 12 Surat Balasan Penelitian	81
Lampiran 13 Surat Persetujuan Seminar Hasil	82
Lampiran 14 Bukti Perbaikan seminar Hasil	83
Lampiran 15 LoA.....	84
Lampiran 16 Surat Persetujuan Sidang Akhir.....	85
Lampiran 17 Bukti Perbaikan Sidang Akhir.....	86
Lampiran 18 Hasil Cek Plagiasi.....	87

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan target terhadap akurasi *shooting* ke gawang pada pemain *club* the bos futsal prabumulih. Metode yang digunakan adalah eksperimen dengan teknik sampling jenuh, melibatkan 20 pemain laki-laki sebagai sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan target dapat meningkatkan akurasi *shooting* pemain *club* the bos futsal prabumulih. Peningkatan ini terlihat dari perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*, di mana terjadi peningkatan sebesar 18,7% setelah diberikan perlakuan berupa latihan *shooting*. Uji ketepatan *shooting* menunjukkan nilai $\text{sig. (2-tailed)} < 0,05$, $t_{\text{hitung}} = 12,352$, dan $t_{\text{tabel}} (df = 19) = -12,352$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Karena $t_{\text{hitung}} (12,352) > t_{\text{tabel}} (-12,352)$ dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan latihan target terhadap akurasi *shooting* pemain *club* the bos futsal prabumulih. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan permainan target efektif dalam meningkatkan akurasi *shooting* ke gawang sehingga dapat dijadikan referensi dalam pengembangan latihan akurasi *shooting*.

Kata Kunci : Latihan Target, Akurasi *Shooting*, Futsal

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of target training on shooting accuracy on goal for the players of the BoS Futsal Club in Prabumulih. The method used is an experiment with a saturated sampling technique, involving 20 male players as samples. The results of the study indicate that target training can improve the shooting accuracy of the BoS Futsal Club in Prabumulih. This increase can be seen from the comparison of the pretest and posttest results, where there was an increase of 18.7% after being given treatment in the form of shooting training. The shooting accuracy test shows a sig. (2-tailed) value < 0.05 , t count = 12.352, and t table ($df = 19$) = -12.352 with a significance value of $p = 0.000$. Because t count (12.352) $>$ t table (-12.352) and a significance value of $0.000 < 0.05$, it can be concluded that there is a significant effect of target training on the shooting accuracy of the BoS Futsal Club in Prabumulih. These findings indicate that target game training is effective in improving shooting accuracy on goal and can therefore be used as a reference in developing shooting accuracy training.

Keywords: *Target Practice, Shooting Accuracy, Futsal*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan aktivitas kegiatan yang tersusun secara sistematis dan bertujuan untuk menunjang, mempertahankan, serta mengembangkan aspek fisik, mental, dan sosial individu. Pelaksanaan olahraga idealnya dimanfaatkan sebagai sarana untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran tubuh, mutu sumber daya manusia, pembentukan nilai-nilai moral, sikap sportivitas, serta kedisiplinan. Selain itu, olahraga juga berperan penting dalam memperkuat rasa persatuan dan kesatuan, meningkatkan ketahanan nasional, serta mengangkat citra dan martabat bangsa. Futsal merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang mencerminkan nilai sportivitas tinggi dan kerja sama tim yang solid. (Destriana et al., 2023).

Futsal tidak hanya digemari karena sifat permainannya yang dinamis dan menyenangkan, tetapi juga berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan kesehatan jasmani dan psikologis. Permainan ini menuntut koordinasi, kecepatan, ketahanan, serta kerja sama tim yang baik, sehingga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan keterampilan sosial pemainnya. Lingkungan pendidikan, futsal kerap dijadikan sebagai sarana pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif untuk menanamkan nilai-nilai sportivitas, disiplin, dan tanggung jawab. Oleh karena itu, pengembangan pembelajaran melalui olahraga futsal menjadi penting guna menciptakan proses pendidikan yang holistik, tidak hanya menekankan aspek kognitif tetapi juga psikomotorik dan afektif. (Mahanani & Indriarsa, 2021). Futsal tidak hanya berfungsi sebagai bentuk olahraga rekreasi, tetapi juga telah berkembang menjadi cabang olahraga kompetitif yang diperlombakan dalam berbagai ajang ditingkat daerah, nasional, hingga internasional. (Kharisma & Mubarak, 2020) menyatakan bahwa penyelenggaraan kompetisi futsal ditingkat regional, nasional, hingga internasional telah banyak dilakukan sebagai upaya untuk mendorong peningkatan prestasi

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim yang masing masing tim beranggotakan lima orang dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan, dengan manipulasi bola dan kaki. Futsal juga merupakan olahraga yang dapat dimainkan banyak orang karena futsal merupakan miniatur dari sepakbola dan dapat dilakukan diruangan yang relatif lebih kecil sehingga masyarakat lebih memilih futsal dibanding sepak bola karena olahraga ini mudah untuk dimainkan (Zainuddin & Yusuf, 2021), dalam praktik pembelajaran pendidikan jasmani, banyak guru memilih mengganti materi sepak bola dengan futsal karena keterbatasan saran dan prasarana. Hal ini disebabkan futsal dapat dilaksanakan di area yang relatif lebih kecil, sehingga lebih mudah diterapkan dalam konteks sekolah. Selain itu, kesamaan antara gerakan dasar futsal dan sepak bola turut mempermudah guru dalam menyampaikan materi pengajaran.

Pelatih memiliki peran yang sangat vital dalam proses pembinaan atlet. Tanpa arahan dan pendamping dari seseorang pelatih, pencapaian prestasi optimal akan sulit diraih, oleh karena itu pelatih bertanggung jawab memberikan perlakuan atau pendekatan yang tepat (*treatment*) kepada atlet, dengan tujuan agar atlet mampu mengatasi tantangan secara mandiri saat berada dilapangan. Seorang atlet juga dituntut untuk terus mengembangkan dirinya yang mencakup aspek pengembangan bakat, keterampilan teknis, kondisi fisik, pengetahuan, sikap mental, serta kemampuan dalam mengelola emosi, baik yang bersifat positif maupun negatif (Yusfi, 2022). Dalam olahraga futsal, penguasaan teknik dasar merupakan aspek yang sangat krusial. Hal ini disebabkan oleh karakter permainan futsal yang menuntut kecepatan, tidak memungkinkan pemain untuk terlalu lama menguasai bola, serta membutuhkan sistem pertahanan yang solid dan strategi penyerangan yang terorganisir. Oleh karena itu, keterampilan dalam menguasai teknik dasar futsal perlu dikuasai secara optimal. Teknik dasar yang dimaksud meliputi kemampuan mengumpan (*passing*), menggiring bola (*dribbling*), mengontrol bola (*control*), dan melakukan tembakan (*shooting*). (Limbong et al., 2022)

Kemampuan seorang atlet futsal dalam melakukan tembakan dengan akurasi tinggi merupakan aspek fundamental dalam permainan, mengingat keberhasilan teknik *shooting* sangat bergantung pada ketelitian dan keterampilan pemain. kemampuan ketepatan pemain sangat berpengaruh ketika pemain melakukan *shooting* dan mencetak gol dengan tepat pada gawang ketika berhadapan dengan penjaga gawang lawan, maka dari itu kemampuan ketepatan sangat berkaitan dengan teknik *shooting* pada pemain futsal. Ketepatan umumnya didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mengarahkan gerakan menuju sasaran yang telah ditentukan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai (F. B. N. Iyakrus, 2023).

Shooting merupakan teknik tendangan ke arah gawang yang berperan sebagai metode paling efektif dalam mencetak gol pada permainan futsal. Meskipun teknik ini terlihat sederhana, pelaksanaannya menuntut tingkat konsentrasi tinggi dan ketepatan sasaran agar dapat menghasilkan gol secara optimal. Permana (2021: 9) menyatakan bahwa teknik *shooting* dalam futsal merupakan metode paling efektif untuk mencetak gol. Teknik *shooting* yang umum digunakan meliputi tendangan dengan punggung kaki, ujung kaki, serta kaki bagian dalam, di mana tendangan menggunakan punggung kaki dianggap memiliki efektivitas yang lebih tinggi. Dalam situasi tekanan permainan yang meliputi keterbatasan waktu, ruang sempit, kelelahan fisik, serta penjagaan ketat dari lawan, seorang pemain dituntut untuk mampu melaksanakan teknik shooting dengan baik dan akurat guna mencapai hasil yang optimal.

Passing merupakan salah satu teknik dasar yang sangat krusial dalam permainan futsal, karena pelaksanaannya menuntut kecepatan, kekuatan, serta ketepatan dalam mengarahkan bola. Tujuan utama dari teknik ini adalah mengoper bola kepada rekan satu tim sebagai bagian dari strategi (Yusfi et al., 2022).

Berdasarkan hasil observasi pada bulan november 2024 diturnamen yang diikuti oleh *club the bos* futsal menunjukkan bahwa rendahnya kemampuan *shooting* pada pemain *club the bos* futsal. Dalam melakukan *shooting*, masih

terlihat bahwa sebagian besar pemain menghasilkan tendangan yang kurang bertenaga, sehingga bola meluncur dengan lambat dan mudah diantisipasi oleh pemain belakang maupun ditangkap penjaga gawang. Selain itu, akurasi tendangan juga masih rendah, ditunjukkan dengan banyaknya bola yang keluar lapangan atau tidak tepat mengarah ke gawang lawan. Kurangnya konsentrasi dan kecenderungan untuk tergesa-gesa saat melakukan *shooting* turut menjadi faktor yang mempengaruhi rendahnya efektivitas teknik tersebut, oleh sebab itu peneliti tertarik melakukan penelitian guna mengungkap masalah sebenarnya yang terjadi pada pemain *club the bos* futsal.

Kesalahan yang kerap terjadi saat melakukan *shooting* disebabkan oleh kurangnya akurasi dalam mengarahkan bola ke gawang, oleh karena itu untuk menguasai teknik *shooting* futsal secara optimal, diperlukan program latihan yang dilakukan secara konsisten dan berkelanjutan guna membentuk otomatisasi dalam keterampilan tersebut. Terdapat berbagai bentuk latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan menendang ke arah gawang, salah satunya adalah latihan permainan target. Permainan target merupakan jenis latihan yang menitik beratkan pada aktivitas dengan tuntutan akurasi dan ketelitian tinggi guna mencapai skor atau hasil yang diinginkan. Bentuk-bentuk latihan dalam permainan target ini meliputi *goaling*, *girshoot* (menggiring dan menembak), *zig-zag goal*, serta *bolbal shoot*. Selain berfungsi untuk meningkatkan ketepatan dalam melakukan *shooting*, variasi latihan ini juga dimanfaatkan oleh pelatih sebagai upaya untuk mengurangi kejenuhan atlet akibat rutinitas latihan yang monoton. (Buya, dkk., 2021: 109)

Berbagai hasil penelitian sebelumnya secara konsisten mengindikasikan bahwa latihan target (*target training*) merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan ketepatan *shooting* pada pemain futsal. Misalnya, studi di SMK Teknik Cisaat menunjukkan bahwa latihan permainan target selama 14 sesi (3x/minggu) pada 9 pemain meningkatkan akurasi *shooting* secara signifikan ($p = 0,002$) menurut Ramadhan (2021). Penelitian lain di SMA Negeri 11 Kota Jambi dengan sampel 16 pemain futsal putri juga mencatat peningkatan rata-rata nilai dari 18,93 menjadi 23,06 ($t\text{-hitung} = 2,564 > t\text{-tabel}$) yang membuktikan

efek signifikan dari latihan menurut Anwari dkk., (2022).

Penelitian menurut (Muhammad Ali & Rizka Oktaviani.,2022) menganalisis perbandingan tingkat efektivitas antara tendangan menggunakan kaki bagian dalam dan teknik punggung kaki (*instep*) terhadap akurasi tendangan penalti pada pemain futsal di kota Jambi. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara kedua teknik tersebut—dengan t hitung $0,550 < t \text{ tabel } 1,681$ ($df=42$) dan nilai signifikansi $p = 0,585$ ($> 0,05$)—menunjukkan bahwa teknik kaki bagian dalam dan punggung kaki menghasilkan akurasi yang serupa. Namun, secara rata-rata, tendangan menggunakan kaki bagian dalam sedikit lebih unggul ($\text{mean} = 11,33$ vs $\text{mean} = 10,90$), meskipun tidak secara statistik signifikan

Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi karena menyoroti permasalahan rendahnya akurasi *shooting* pada pemain *club the bos* Futsal, yang berdampak langsung pada performa tim dalam pertandingan. Latihan teknik *shooting* yang monoton dan kurang menantang menjadi alasan perlunya inovasi dalam metode latihan. Keterbaruan dari penelitian ini terletak pada penerapan model latihan permainan target yang tidak hanya menekankan aspek ketepatan dan kontrol, tetapi juga dirancang agar lebih menarik dan memotivasi pemain. Fokus penelitian pada klub amatir memberikan nilai praktis yang tinggi, sebab temuan tersebut dapat segera diterapkan oleh pelatih dan manajemen sebagai dasar dalam merancang program latihan yang lebih efisien dan relevan dengan kebutuhan praktis.

Terdapat gap penelitian terkait rendahnya akurasi *shooting* pada pemain futsal, khususnya di *club the bos* Futsal. Penelitian terdahulu lebih banyak membahas teknik dasar futsal secara umum atau membandingkan teknik *shooting*, dengan fokus utama pada penggunaan punggung kaki. Sementara itu, efektivitas latihan inovatif seperti permainan target dalam meningkatkan akurasi *shooting*, terutama pada klub dengan keterbatasan sarana, belum banyak dikaji. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak latihan permainan target terhadap akurasi shooting pada pemain futsal

Berdasarkan latar belakang diatas perlu diketahui apakah ada Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Akurasi *Shooting* Kegawang Pada club The Bos Futsal, Maka penulis tertarik melakukan sebuah penelitian yang harapanya dapat memberikan kontribusi pada Universitas sebagai bahan refrensi untuk mengetahui pengaruh tersebut. Untuk itu peneliti melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Akurasi *Shooting* Ke Gawang Pada *club* the bos Futsal".

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah disampaikan,permasalahan yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah :

1. Rendahnya akurasi *shooting* ke gawang yang ditunjukkan oleh pemain *Club* The Bos Futsal, yang menyebabkan banyak peluang mencetak gol terbuang sia-sia.
2. Kesalahan teknis saat *shooting*, seperti arah bola yang meleset dari gawang, kecepatan bola yang lamban, serta kurangnya konsentrasi dan ketepatan pemain saat menendang.
3. Belum optimalnya penguasaan teknik dasar *shooting* oleh pemain, yang memengaruhi kemampuan mereka dalam mencetak gol secara efektif di bawah tekanan permainan.

1.2.2 Batasan Masalah

Untuk menghindari cakupan permasalahan yang terlalu luas, penelitian ini membatasi ruang lingkup masalah yang akan diteliti dengan tujuan agar hasil penelitian dapat lebih fokus dan terarah,oleh karena itu, permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh latihan permainan target terhadap akurasi *shooting* kegawang pada pemain *club* the bos futsal.

1.2.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini yaitu : Apakah terdapat pengaruh latihan permainan target terhadap akurasi *shooting* kegawang pada pemain *club the bos* futsal?.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disampaikan sebelumnya, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh latihan permainan target terhadap akurasi *shooting* kegawang pada pemain *club the bos* futsal.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan cakupan dan permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini, diharapkan hasilnya dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, baik dari segi teori maupun aplikasi praktis. Manfaat tersebut meliputi hal-hal berikut ini::

1. Manfaat Teoritis
 - a. Bagi pelatih, temuan penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan serta menyediakan alternatif metode latihan yang efektif untuk meningkatkan kemampuan *shooting*, khususnya dalam cabang olahraga futsal..
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang olahraga futsal, serta menyajikan penjelasan secara ilmiah mengenai pengaruh latihan target terhadap akurasi *shooting* kegawang pada pemain *club the bos* futsal.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi pelatih, pengaruh latihan target terhadap akurasi *shooting* kegawang pada pemain *club the bos* futsal dapat dijadikan sebagai

referensi dan alat evaluasi dalam pelaksanaan proses latihan.

- b. Bagi peneliti, pelaksanaan penelitian ini diharapkan memberikan pengalaman yang berharga serta menjadi sumber pengetahuan yang mendalam, sekaligus mampu secara nyata menjawab permasalahan yang terkait dengan topik penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azhar, S. (2022). Pengaruh Latihan Footwork Terhadap Kelincahan. *Physical Activity Journal* 5(2), 428–441. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2>
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Aswanto, R. D. (2022). Survei motivasi peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal. *Jurnal Sport Science and Health*, 3(1), 20-25.
- Azizah, S. N., Permatasari, B., & Suwarni, E. (2022). Pengaruh Penerapan Absensi Fingerprint Terhadap Disiplin Kerja Aparatur Sipil Negara Pada Bagian Pengadaan Barang/Jasa Sekretariat Kota Bandar Lampung. *SMART: Strategy of Management and Accounting through Research and Technology*, 2(1), 67–77. <http://jim.teknokrat.ac.id/index.php/smart/issue/archive>
- Arifin, R., & Warni, H. (2019). Model Latihan Kelincahan Sepakbola. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 17(2), 63-66
- Bahtra, R. (2022). Buku Ajar Permainan Sepakbola (Issue 156). , P. A., Tamunu, D., & Sumarauw, F. D. (2021). Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Dalam Permainan Futsal. *PHYSICAL: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 108–122. <https://doi.org/10.53682/pj.v2i1.1120>
- Buya, Paulus Andri, Doortje Tamunu, and Frederik Dj Sumarauw. "Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Dalam Permainan Futsal." *Physical: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga* 2.1 (2021): 108-122.
- Destriana, M. P., Destriani, M. P., Yusfi, H., & Muslimin, M. P. (2021). Model Pembelajaran Permainan Bola Voli. Bening Media Publishing. *Jurnal*

Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 21(1), 50-51

- Dikdik Zafar Sidik. (2019). Prinsip latihan Dalam Olahraga. *Jurnal Ilmu Keolahragan*, 3(2), 120-125
- Destriana, D. , Aryanti, S., Indralaya Utara, T., Ilir, O., & Selatan, S. (2023). Zigzag Terhadap Hasil Kelincahan Pemain Futsal Acadwmy Bigreds Palembang. *Journal of Sport Science and Fitness*, 1(1), 27–33. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>
- Faruk, A. M. H. D. M. (2021). Analisis Akurasi Pasing Pada Pertandingan Gran Final Professional League Indonesia 2021. *Jurnal Ilmiah spirit*. 4(6), 121-127
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik dan Taktik: Pengaruhnya terhadap Keterampilan Bermain Futsal. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(2), 143–155. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i2.1080>
- Gunawan, G., & Mahfud, I. (2022). Pengaruh Latihan Dribble Dengan Metode Bermain Terhadap Hasil Dribble Sepak Bola Ssb Mitra Utama Lampung Selatan. *Journal Of Physical Education*, 3(2), 49–58. <https://doi.org/10.33365/joupe.v3i2.1908>
- HASYIM, Hasyim; SAHARULLAH, Saharullah. (2021). Dasar-dasar ilmu kepelatihan. *Jurnal Ilmu Keolahragan*, 3(1), 12-15
- Hayati, R., Sari, A. P., Irdawati, I., Ratnawati, R., Juita, D., & Lovita, N. (2024). Peningkatan Kemampuan Berfikir Kritis pada Pembelajaran IPAS Menggunakan Model Problem Based Learning (PBL) di Sekolah Dasar. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(4), 2646-2653.
- Hartati, H. and D. R. (2021). Hubungan keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap hasil dribbling menggunakan kaki bagian luar pada kegiatan ekstrakurikuler futsal. *Journal Of Physical Education*, 2(2), 55–58.
- Herri Yusfi, dan, & Destriana Destriana, D. D. (2019). Pengembangan Teknik Pembelajaran Permainan Futsal di SMP Kelas VII. *Journal Of Physical*

Education, 3(1), 111–113.

- Iyakrus, F. B. N. (2023). Pengaruh Latihan Target Gawang terhadap Ketepatan Shooting Futsal. *Jurnal Ilmu Keolahragan*, 3(1), 45-55.
- Iyakrus, I. (2022). Hubungan kecepatan Hasil Keterampilan Mengiring Bola Pemain U-23 Klub Perautuan Olahraga Guguk Sijunjung (POGS). *Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 2(1), 91–96.
- Iyakrus, I. , R. G. A. (2021). Hakikat Latihan Permainan Target Terhadap Akurasi Shooting Pada Ekstrakurikuler Futsal SMK Teknika Cisaat. *Jurnal Porkes*, 1(2), 118–126.
- Iyakrus, S. & H. Y. (2019). Hubungan Koordinasi mata kako dan kelentukan sengan Kemampuan Mengiring Bola di Smo N 1 indralaya. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 5(1), 5-6.
- Kharisma, Y., & Mubarak, M. Z. (2020). Analisis Tingkat Daya Tahan Aerobik Pada Atlet Futsal Putri AFKAB Indramayu. *Physical Activity Journal*, 1(2), 125. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2349>
- Lestari, Ni Kadek Yuni dan Laksmi, G. A. P. S. (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. www.stikes-khkediri.ac.id
- Limbong, A., Ridlo, A. F., & Iskandar, T. (2022). Peningkatan Kualitas Bermain Dalam Cabang Olahraga Futsal. *An-Nizam*, 1(2), 103–110. <https://doi.org/10.33558/an-nizam.v1i2.4362>
- Meirizal Usra, A. N. S., Maulana, F., & Septiadi, F. (2023). Hakikat Akurasi Shooting Futsal Permainan Target Versus Permainan Konvensional di Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(1), 217–222. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i1.4409>

- Mahanani, R. A., & Indriarsa, N. (2021). Hubungan Konsetrasi Terhadap Ketetapan Shooting Pada Ekstrakurikuler Futsal Putri. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 139–149.
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model Latihan Dribling Sepakbola Untuk Pemula Usia Sma. *Sport Science and Education Journal*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.823>
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2022). Model Latihan Shooting Bola Basket Dengan Modifikasi Ring Pada Anak Usia Sekolah Menengah Pertama. *Journal of Arts and Education*, 2(1), 49–56. <https://doi.org/10.33365/jae.v2i1.69>
- Meldayani, M., Triansyah, A., Bafadal, M. F., Haetami, M., & Ali, R. H. (2023). Pengaruh Latihan Target Terhadap Akurasi Shooting Futsal Pada Mahasiswi Pendidikan Jasmani Untan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, 10(1), 1–11.
- Miftahul, Miftahul, and Tjung Hauw Sin. "Hubungan agresivitas terhadap ketepatan shooting futsal." *Jurnal Patriot* 1.2 (2019): 345-356.
- Munir, M., Kurnia, D., Suhartono, Safaah, N., & Utami, A. P. (2022). Metode Penelitian Kesehatan Penerbit. *Jurnal Eureka Media Aksara*, 1–178.
- Nasrulloh, A., & Prasetyo, K. D. A. (2021). Dasar-Dasar Latihan Beban. *UnyPress, August 2018*, 1–140. <https://docplayer.info/163394993-Dasar-dasar-latihan-beban-ahmad-nasrulloh-yudik-prasetyo-krisnanda-dwi-apriyanto.html>
- Neta, Y. R., Natal, Y. R., & Wani, B. (2023). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Futsal (Studi Pembinaan Futsal Di Sma Negeri 1 Bajawa). *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 3(1), 19–27. <https://doi.org/10.38048/jor.v3i1.1205>
- Nosa, V. T. A., Sulaiman, I., Nurdin, F., & Praniata, A. R. (2019). Model Pembelajaran Shooting Futsal Untuk Siswa Sma. *Jurnal Pendidikan*

Olahraga, 8(1), 27.

- Okilanda, A., Dlis, F., Humaid, H., & Putra, D. D. (2020). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Dan Motivasi Berlatih Terhadap Teknik Dasar Sepakbola Sekolah Sepakbola Beji Timur U-13. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(1), 80–89. <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i1.280>
- Paisal, N. S. H. P. (2021). Pengembangan Aplikasi Statistika Berbasis Web Interaktif Untuk Analisis Uji-T. *Buletin Ilmiah Math. Stat. Dan Terapannya (Bimaster)*, 10(3), 331–340.
- Permana, Erik. "Pengaruh latihan metode block system untuk ketepatan shooting futsal." *Journal of Physical Education and Sport Science* 3.1 (2021): 9-11.
- Prabu, C. P., Juliandri, R., Lubis, P. H. M., & Hermansyah, B. (2022). Pengertian Akurasi Shooting Menurut Ahli. *IRJE : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*. 2(2), 565–572.
- Raibowo, S., Ilahi, B. R., Prabowo, A., Nopiyanto, Y. E., & Defliyanto. (2021). Penguasaan Keterampilan Dasar Futsal UKM FORKIP Universitas Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 333–341. <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/1162>
- Rosita, T., & Fachrezzy, F. (2019). Pengaruh Keseimbangan Kekuatan Otot Tung. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 117–126.
- Santoso, W. A., & Hariyoko, H. (2020). Survei daya tahan kardiovaskular dan keterampilan dasar futsal peserta ekstrakurikuler. *Sport Science and Health*, 2(10), 494-499.
- Sukma, Indra. Pengembangan Model Latihan Memanah Berbasis Permainan F-One Archery Pada Peserta Didik Sekolah Dasar. *Diss. UNIVERSITAS JAMBI*, 2022.
- Susila, L. (2021). Pengaruh Metode Latihan High Intensity Interval Training (HIIT)

- dalam Meningkatkan Power Otot Tungkai dan kelincahan pada Permainan Bola Voli. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 2(3), 230–238. <https://doi.org/10.54371/ainj.v2i3.86>.
- Syafaruddin Syafaruddin, R. P. R. (2023). Ketepatan Passing Atlet Futsal SSB FIFA FARMEL HATTA PALEMBANG. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 2(1), 21-28.
- Syamsuramel, H. H. and T. Rahmadani. (2020). Pengaruh latihan interval lari 30 meter terhadap kemampuan frekuensi kecepatan siswa ekstrakurikuler di man 3 PALEMBANG. *Sport Science and Health*, 6(1), 221-228.
- Triansyah, A., & Haetami, M. (2019). Pengaruh latihan target terhadap akurasi shooting futsal. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(12)
- Usmadi, U. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62. <https://doi.org/10.31869/ip.v7i1.2281>
- Victorian, A. R. (2023). Pengaruh Latihan Shooting dengan target terhadap Hasil akurasi Tendangan Pinalti. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 2(1), 121–126.
- Wardana, J. E. I. (2017). Pengaruh Latihan Permainan Terget 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.
- Widodo, Puput, and Ginanjar Adi Irawan. "Tingkat Kemampuan Teknik Shooting Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smk Tamtama Karanganyar Kebumen." *Journal on Education* 6.1 (2023): 138-148.
- Yusfi, H. (2022). *Kualitas Pelatih Cabang Olahraga Futsal Di Kabupaten Ilir Melalui Workshop*. <https://jurnal.unsur.ac.id/maenpo>
- Yusfi, H., Usra, M., Indra Bayu, W., & Kunci, K. (2022). Model Latihan Kombinasi untuk Meningkatkan Keterampilan Menggiring dan Mengumpan dalam Permainan Futsal. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 2(6),

69–76. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jsce>

Yoyo Bahagia. (2020). Hakikat Latihan Permainan Target. *Jurnal Olahraga*, 6(2), 108–122.

Zahara, S. (2023). Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting menggunakan Kaki bagian Dalam dalam permainan Futsal. *Jurnal Jasmani Dan Kesehatan*, 2, 21–26.