

SKRIPSI



**PENGARUH LATIHAN PERMAINAN TARGET TERHADAP
KETEPATAN SHOOTING MENGGUNAKAN KAKI
BAGIAN DALAM PEMAIN FUTSAL SKADA FC**

***THE EFFECT OF TARGET GAME TRAINING ON SHOOTING
ACCURACY USING PART FOOTS IN SKADA FC FUTSAL
PLAYERS***

MARDIANSYAH AINUL AMIN

**PROGRAM STUDI STRATA 1 PENDIDIKAN KEPELATIHAN
OLAHRAGA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
TAHUN 2020**

PENGARUH LATIHAN PERMAINAN TARGET TERHADAP KETEPATAN SHOOTING MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM PEMAIN FUTSAL SKADA FC

THE EFFECT OF TARGET GAME TRAINING ON SHOOTING ACCURACY USING PART FOOTS IN SKADA FC FUTSAL PLAYERS

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan karena para pemain SKADA FC dinilai kurang antusias dan kurang tertarik dengan metode latihan yang diberikan oleh Pelatih, sehingga proses latihan tidak maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam pemain futsal SKADA FC.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental design* dengan *Nonivalent Control Grup Design*. Penelitian ini terdapat dua kelompok yaitu: kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberi perlakuan (*treatment*) metode latihan permainan target dan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Perlakuan yang diberikan peneliti sebanyak 12 kali pertemuan dengan frekuensi 3 kali dalam seminggu selama 4 minggu atau 1 bulan. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *sampling jenuh*. Sampel dalam penelitian ini masuk semua dikarenakan sampel hanya 20 orang. Instrument dalam penelitian ini adalah tes ketepatan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam ke sasaran pada lapangan permainan futsal. Analisa data menggunakan uji t (*paired sample t test*) pada taraf signifikansi 0,05.

Dari penelitian diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan (*treatment*) metode latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam pemain futsal SFC Planet Sleman, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan (*treatment*). Hasil tersebut dapat dilihat dari hasil nilai t hitung ($13.615 > t \text{ table } (2.262)$), sedangkan pada kelompok kontrol nilai t hitung ($9.000 < t \text{ tabel } (2.262)$).

Kata Kunci: *latihan permainan target, ketepatan shooting.*

PENDAHULUAN

Futsal dalam bahasa aslinya Spanyol atau Portugis yaitu *futbol* dan *sala*, berarti “sepak bola” dan “dalam ruang” adalah varian olahraga sepak bola yang lebih dulu terkenal. Meskipun demikian, futsal merupakan permainan bola yang dimainkan di ruangan tertutup, permainan ini dapat dilakukan di ruangan terbuka tergantung situasi dan kondisi yang ada. Futsal diciptakan di Montevideo, Uruguay pada 1930, oleh Juan Carlos Ceriani saat piala dunia digelar di Uruguay (Jaya, 2008). Futsal merupakan olahraga permainan yang cukup digemari hampir seluruh dunia termasuk Indonesia. Permainan futsal berkembang dan masuk ke Indonesia sebenarnya sekitar tahun 1998-1999, kemudian pada tahun 2000 an permainan futsal mulai dikenal masyarakat.

Permainan futsal mulai berkembang dengan jumlah klub futsal yang semakin banyak di Indonesia. Permainan ini dilakukan oleh 5 orang setiap tim, berbeda dengan sepakbola konvensional yang pemainnya berjumlah 11 orang setiap tim. Ukuran lapangan dan ukuran bolanya lebih kecil dibandingkan ukuran yang digunakan dalam sepakbola. Peraturan olahraga futsal dibuat oleh FIFA agar permainan ini berjalan dengan *fair play* dan juga untuk menghindari cedera yang terjadi. .

Futsal sangat berkembang dengan pesat, pada tahun 2010 Indonesia bisa menyelenggarakan futsal se-Asia di Jakarta. Lahirlah tim nasional Indonesia yang pertama kali, seiring dengan perkembangan zaman dan perkembangan olahraga.

Futsal dapat diterima oleh masyarakat secara luas yang ada diseluruh Indonesia. Banyak berdiri komunitas

atau klub futsal, selain itu banyak di selenggarakan pertandingan futsal.

Futsal adalah aktivitas permainan invasi (*invasion games*) yang dimainkan lima lawan lima orang dalam durasi waktu tertentu yang dimainkan pada lapangan, gawang dan bola relatif lebih kecil dari permainan sepakbola yang mensyaratkan kecepatan bergerak, menyenangkan serta aman dimainkan serta tim yang menang adalah tim yang lebih banyak mencetak gol ke gawang lawannya (Saryono, 2008). Permainan futsal memberikan manfaat bagi sistem ketahanan tubuh hampir sepanjang permainan, seorang pemain akan berlari ke segala lapangan, hampir tanpa henti. Menurut (Irawan, 2009), teknik- teknik dasar dalam bermain futsal ada beberapa, seperti *receiving* (menerima bola), *shooting* (menendang bola ke gawang), *passing* (mengumpan), *chipping* (mengumpan

lambung), *heading* (menyundul bola) dan *dribbling* (menggiring bola).

Berbagai teknik dan gerakan yang bisa dilakukan pemain di dalam lapangan, terdapat berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang dimiliki pemain sangatlah mendukung dalam penguasaan bola untuk mencapai sebuah kemenangan. Kenyataan di lapangan, permainan futsal didominasi oleh penguasaan bola *passing* cepat antar pemain dan kemampuan *shooting* yang bagus contohnya pada tim futsal yang sudah profesional, tim futsal dapat menguasai bola sangat baik, aliran bola cepat *passing* yang bagus, *dribble* yang baik, *shooting* yang akurat, saling mendukung rekan satu tim, membuka ruang untuk pergerakan kerjasama yang solid dan juga skill individu yang dimiliki pemain membuat tim menjadi tim yang kuat.

Teknik permainan futsal yang dominan dilakukan adalah menendang yaitu mengoper dan menembak atau *shooting*. *Shooting* adalah tendangan kearah gawang. Teknik *shooting* kelihatannya mudah tetapi sebenarnya dibutuhkan konsentrasi dan ketetapan sasaran agar *shooting* yang kita lakukan menjadi sebuah gol. Dalam futsal *shooting* merupakan senjata paling ampuh untuk mencetak gol, *shooting* dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki dan ujung kaki.

Ketepatan *shooting* dalam futsal sangat penting maka, perlu upaya peningkatan ketepatan *shooting* guna menyempurnakan ketrampilan yang dimiliki pemain. Pemain harus mampu menguasai macam-macam teknik dasar bermain futsal. Kemampuan pemain menguasai teknik dasar bermain futsal dapat mendukung dalam bermain futsal baik secara individu maupun kolektif,

melakukan *shooting* dengan baik dan tepat pada sasaran bagi pemain bukan merupakan hal yang mudah.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada tanggal 4 Agustus 2020 sampai dengan 6 Agustus 2020 pada pertandingan antar klub, *shooting* menggunakan kaki bagian dalam lebih sering digunakan. Pemain dalam menembak bola kearah gawang dan banyak yang berbuah gol dengan teknik *shooting* menggunakan kaki bagian dalam untuk menendang ke gawang pada pertandingan tersebut, terlihat bahwa *shooting* menggunakan kaki bagian dalam lebih akurat dalam melepaskan tendangan ke gawang.

SKADA FC adalah salah satu klub yang berada di kota Makassar dengan pemain yang rata-rata menempuh Pendidikan di SMK Negeri 2 Makassar. Didalam klub SKADA FC tersebut dari hasil pengamatan peneliti terdapat masalah ketika bertanding

yaitu pemain sering sekali dalam melakukan shooting tidak tepat pada sasaran yang diinginkan, bahkan tidak menutuup kemungkinan bolanya melambung tinggi dari gawang. Seiring masuknya futsal di Indonesia, banyak digelar pertandingan futsal antar klub di tingkat kabupaten, provinsi, maupun nasional, contohnya seperti saat mengikuti pertandingan Bupati Cup Gowa para pemain SKADA FC tidak bisa memanfaatkan peluang shooting sehingga bolanya melebar, melambung diatas mistar gawang, atau terbentur pemain bertahan dari lawan sehingga terjadi serangan balik yang mengakibatkan tim mengalami kekalahan.

Pemberian materi dari pelatih untuk tim dinilai kurang menarik dan kurang optimal. Contohnya pelatih hanya memberikan materi *passing*, kucing-kucingan, satu lawan satu lalu *game*. Hal itu memberi bukti bahwa

latihan yang dilakukan menjadi membosankan. Sehingga pemain kurang termotivasi untuk melakukan latihan. Selain itu, pemberian materi *shooting* sering dikesampingkan oleh pelatih. Karena *shooting* dianggap tidak terlalu penting dalam permainan futsal. Pada kenyataannya shooting yang tepat pada sela-sela pemain bertahan lawan atau tempat yang menyulitkan penjaga gawang untuk meraihnya bola akan menghasilkan sebuah gol untuk timnya. Sehingga shooting perlu dikembangkan atau ditingkatkan.

Adanya masalah diatas dibutuhkan sebuah cara belajar baik dan tepat yaitu dengan metode pendekatan bermain. Pada dasarnya pemain senang melakukan permainan karena bersifat menyenangkan, mudah, menarik, sederhana, dan dapat dilakukan secara sukarela. Didalam penelitian ini permainan target diharapkan tepat untuk meningkatkan

ketepatan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam.

TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS

a. Pengertian futsal

Menurut (Lhaksana, 2011), futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil, hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahan. Futsal adalah olahraga beregu, kolektivitas tinggi akan mengangkat prestasi. Menurut Javier Lozano dalam (Lhaksana, 2008), futsal bukan hanya suatu permainan bagi pemain yang merasa lebih nyaman di lapangan sempit.

Menurut (Justinus Lhaksana, 2004), "sebelum berkembang menjadi cabang olahraga yang kedudukannya sejajar dengan sepakbola, futsal ditekuni sebagai sarana pengarahan dan pembentukan para pemain muda yang ingin berkarir dalam bidang

futsal". Dengan demikian yang dimaksud dengan futsal dalam penelitian ini adalah permainan sepakbola *indoor* yang dimainkan lima orang dan membutuhkan tingkat kompetensi teknik yang tinggi karena dimainkan dengan waktu yang cepat.

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006:160). Metode diperlukan dalam pelaksanaan suatu penelitian. Metode penelitian memberikan garis-garis yang cermat dan mengajukan syarat-syarat yang benar, maksudnya menjaga agar memperoleh hasil yang sesuai dan dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah.

Penetapan metode penelitian dipengaruhi oleh objek penelitian. Sehingga metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Metode eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi faktor-faktor lain yang mengganggu

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *quasi experimental design*. Bentuk desain ini merupakan pengembangan dari *true experimental design*, yang sulit dilaksanakan (Sugiyono, 2015: 77). Menurut Sugiyono (2015: 77-79) mengemukakan “bentuk-bentuk desain *quasi experiment*, yaitu *Time Series Design* dan *Nonequivalent Control Grup Design*”. Penelitian ini

menggunakan *Nonequivalent Control Grup Design*, Sugiyono, (2015: 79) menyatakan bahwa: “Desain ini hampir sama dengan *pretest-posttest control design*, hanya pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random”.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2015: 80), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian disimpulkan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua pemain SKADA FC.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2015: 81). Teknik sampel

yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling jenuh*. Menurut Sugiyono (2015: 85) “ *sampling jenuh* adalah teknik penentu sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel”. Pertimbangan dalam penentuan sampel karena hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil kurang dari 30 orang, pemain SKADA FC terdiri dari 20 pemain maka, peneliti mengambil teknik *sampling jenuh* untuk memakai semua populasi. Setelah mendapatkan sampel kemudian dibagi menjadi dua kelompok. Pembagian kelompok dilakukan dengan cara meranking hasil *pretest* dari yang tertinggi sampai dengan terendah, kemudian dilakukan pembagian kelompok eksperimen yang diurutkan secara *ordinal pairing* dengan menggunakan pola A- B-B-A, Deni Hariyadi (2014: 32) menyatakan bahwa: “cara yang satu ini digunakan agar kedua kelompok mempunyai

kemampuan yang seimbang (*equivalent*)”.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Futsal GORO Arena dan waktu perlakuan ini dilaksanakan pada tanggal 30 Agustus 2020 – 27 September 2020.

HASIL PENELITIAN DAN

Hasil analisis data dan uji hipotesis yang telah dikemukakan sebelumnya, menunjukkan bahwa dari tiga hipotesis yang diajukan, hipotesis pertama dan hipotesis ketiga diterima sedangkan hipotesis kedua ditolak. Hasil tersebut, pengaruh kelompok eksperimen (latihan permainan target) dan kelompok kontrol (tanpa latihan permainan target) terhadap ketepatan shooting

menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC penelitian ini relevan dengan kerangka berpikir yang telah dikembangkan berdasarkan teori-teori yang mendukung penelitian ini.

Untuk mencapai kebermaknaan hasil data yang telah diuji kebenarannya dalam penelitian ini, selanjutnya akan dibahas lebih lanjut sebagai berikut :

1. Pengaruh yang signifikan kelompok eksperimen (Latihan permainan target) terhadap ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC

Hipotesis pertama diterima: ada pengaruh yang signifikan kelompok eksperimen (latihan permainan target) terhadap ketepatan shooting

menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC. Sesuai hasil uji-t data tes awal dan data tes akhir ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC pada kelompok eksperimen (latihan permainan target), ternyata dari hasil perhitungan diperoleh nilai t observasi lebih besar dari nilai t tabel pada taraf signifikan 95%. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis pertama yang diajukan diterima pada taraf signifikan 95%. Prediksi yang dapat dikemukakan bahwa dengan memberikan latihan kelompok eksperimen (latihan permainan target) secara terprogram dengan

sistematis, maka akan dapat meningkatkan ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal. Ini membuktikan bahwa latihan permainan target berperan dalam peningkatan ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal. Hal ini disebabkan karena permainan target memiliki karakteristik yang hampir sama dengan ketepatan yaitu keinginan untuk memberi arah kepada sasaran dengan maksud tujuan tertentu. Sesuai dengan pendapat Mitchell, Oslin dan Griffin (2003: 21) dalam Aris Fajar Pambudi (2011: 37) menjelaskan “*in target games, players score*

by throwing or striking a ball to a target”. Target games merupakan permainan yang menuntut konsentrasi, ketenangan, fokus, dan ketepatan yang tinggi dalam permainannya. permaia Metode latihan permainan target yang dimaksud adalah latihan-latihan yang sistematis dimana permainan target hanya dipakai sebagai untuk menambah insting ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam guna mencapai tujuan yang diinginkan. Pemberian latihan dengan menggunakan metode permainan target dalam bentuk shooting kegawang yang sudah diberi target. Hal ini dikarenakan seorang pemain akan mampu

mengeluarkan insting ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal.

2. Ada Pengaruh yang signifikan kelompok kontrol (tanpa latihan permainan target) terhadap ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC

Hipotesis kedua diterima: ada pengaruh yang signifikan kelompok control (tanpa latihan permainan target) terhadap ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC. Sesuai hasil uji-t data tes awal dan data tes akhir ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC pada kelompok kelompok kontrol (tanpa latihan permainan target),

ternyata dari hasil perhitungan diperoleh nilai t observasi lebih besar dari nilai t tabel pada taraf signifikan 95%. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis kedua yang diajukan diterima pada taraf signifikan 95%. Prediksi yang dapat dikemukakan bahwa dengan memberikan tanpa latihan permainan target secara terprogram dengan sistematis, dapat meningkatkan ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC. Ini membuktikan bahwa seorang atlet melakukan gerak latihan dalam mencapai ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan

futsal. Menurut Tony Hardiyanto (2017: 31) ketepatan atau akurasi *shooting* adalah kemampuan seseorang melakukan tendangan menuju sasaran yang dilihat mengenai sasaran pada jarak lempar tertentu. Ketepatan berhubungan dengan keinginan untuk memberikan arah kepada sasaran dengan maksud dan tujuan tertentu. Ketepatan merupakan salah satu komponen fisik yang harus dikuasai oleh atlet untuk mencapai prestasi maksimum khususnya mendapatkan tendangan yang mempunyai akurasi dalam olahraga futsal.

3. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara

kelompok eksperimen (Latihan permainan target) dan kelompok control (tanpa latihan permainan target) terhadap ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal

Hipotesis ketiga diterima: ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok eksperimen (latihan permainan target) dan kelompok kontrol (tanpa latihan permainan target) terhadap ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC. Sesuai hasil uji-t data tes akhir ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC pada

kedua kelompok, ternyata dari hasil perhitungan diperoleh nilai t observasi lebih besar dari nilai t tabel pada taraf signifikan 95%. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis ketiga yang diajukan diterima pada taraf signifikan 95%. Kelompok eksperimen (latihan permainan target) lebih baik dalam peningkatan ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC dari pada kelompok control (tanpa latihan permainan target). Di dalam melakukan ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal. Menurut denny sugono (2008: 1178) ketepatan adalah keadaan, ketelitian,

atau kejituan dikarenakan dengan latihan permainan target dalam jurnal pendidikan jasmani indonesia oleh Aris Fajar Pambudi (2007: 38), melalui permainan target diharapkan atlet memiliki nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Nilai yang diharapkan muncul adalah (1) kemandirian sikap, (2) kemandirian belajar, (3) pembentukan karakter, (4) pembentukan kepribadian. Sifat perhatian, konsentrasi, ketenangan, fokus, pada sasaran, dan akurasi yang tinggi apabila dilakukan secara rutin dan berulang-ulang diharapkan mampu membentuk nilai yang disebutkan di atas dalam aspek yang efektif. Atlet

melakukan latihan berulang-ulang agar mendapatkan keterampilan dan ketangkasan praktis tentang pengetahuan yang dipelajari. Oleh karena itu, dalam melakukan shooting menggunakan kaki bagian dalam yang bagus perlu latihan secara berulang-ulang. Latihan permainan target merupakan bentuk-bentuk pembelajaran suatu teknik cabang olahraga yang dilakukan dengan mengulang-gulang gerakan secara sistematis dan teratur. Latihan permainan target disebut juga metode training, yaitu suatu cara mengajar untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Juga, sebagai sarana untuk

memelihara kebiasaan-kebiasaan yang baik. Selain itu, metode ini dapat digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan. Kedua materi yang dijadikan fokus dalam penelitian yaitu kelompok eksperimen dan kontrol, eksperimen memiliki fungsi dalam latihan dalam meningkatkan ketepatan shooting menggunakan kaki dalam permainan futsal. Oleh karena itu bentuk latihan permainan target tersebut merupakan rangsangan syaraf yang dapat membantu melakukan ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal. Atau biasa diartikan

sebagai kemampuan insting seseorang dalam menanggapi rangsangan-rangsangan yang datang lewat indera, syaraf atau feeling lainnya. Dengan demikian kelompok eksperimen (latihan permainan target) dan kelompok control (tanpa latihan permainan target) mempunyai perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC dan kelompok eksperimen lebih baik dalam peningkatan ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal SKADA FC dari pada kelompok kontrol.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dari penelitian pengaruh latihan menggunakan paddle terhadap tarikan tangan renang gaya bebas pada Atlet Garuda Laut, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh yang signifikan kelompok eksperimen latihan permainan target terhadap shooting menggunakan kaki dalam permainan futsal SKADA FC.
2. Ada pengaruh yang signifikan kelompok kontrol tanpa latihan permainan target terhadap shooting menggunakan kaki dalam permainan futsal SKADA FC.

3. Ada perbedaan rata-rata yang signifikan kelompok eksperimen latihan permainan target pada dengan kelompok kontrol tanpa latihan permainan target.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis data dan kesimpulan penelitian ini, maka dapat disarankan atau direkomendasikan beberapa hal :

1. Disarankan kepada para pelatih dan pembina olahraga futsal, bahwa kiranya dalam peningkatan insting ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal, maka harus melakukan latihan dengan permainan target secara teratur.
2. Kepada atlet disarankan untuk selalu latihan permainan target untuk

insting ketepatan shooting dalam permainan futsal .

3. Kepada para peneliti selanjutnya disarankan untuk mencari pengaruh latihan permainan target dan latihan bentuk latihan lainnya untuk dibandingkan mana yang paling berpengaruh, untuk memadukan gerakan pada shooting menggunakan kaki bagian dalam permainan futsal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. (2007). *Permainan Borna*. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Han Publishing Company.
- FIFA. (2014). *Peraturan Futsal Internasional FIFA dan PSSI Indonesia*.
- Irawan, A. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Pena Pundi

- Aksara.
- Irianto, D. P. (2009). *Dasar Kepeatihan Olahraga*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jaya, A. (2008). *Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips Permainan Futsal*. Pustaka Timur.
- Justinus Lhaksana. (2004). *Materi Futsal Coaching Clinic Mizone*. Difamata Sport EO.
- Lhaksana, J. (2008). *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Raih Asa Sukses.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Be Champion.
- Pambudi, A. F. (2007). *Target Games dalam Sebuah Pengembangan Konsep Diri Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. 7, 34–40.
- Sajoto, M. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Depdikbud.
- Saryono. (2008). *Futsal Sebagai Salah Satu Permainan Alternatif Untuk Pembelajaran Sepakbola dalam Pendidikan Jasmani*. 3, 48–49.
- Stephen A Mitchell, J. L. O. dan L. L. G. (2003). *Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach*. Human Kinetics.
- Sudradjat Prawirasaputra. (2000). *Sepak Takraw*. Balai Pustaka.
- Sugiyanto SD. (1997). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. depdikbud.
- Sugono, D. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi IV (4th ed.)*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. CV Lubuk Agung.
- Yoyo Bahagia & Adang Suherman. (2000). *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*.