

Pengaruh Latihan *Tactical Attacking Options For Two Players* terhadap Menyerang Tim Futsal Putra UNJ

Mahesa Abirezi^{1*}, Andri Irawan², Uzizatun Maslikah³

^{1,2,3}Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

Email: mahesabirezi@gmail.com¹, andri_irawan@unj.ac.id², uzizatunmaslikah@unj.ac.id³

Jl. R.Mangun Muka Raya No.11, RT.11/RW.14, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13220

Korespondensi penulis: mahesabirezi@gmail.com*

Abstract. *The aim of this research is to find out how much influence the tactical attacking options training for two players (vertical pairs, parallela, and backdoor) has on attacking the UNJ men's futsal team. The method used in this research is the experimental method. The population of this study were members of the UNJ Men's Futsal KOP, totaling 64 people. The sample consisted of 17 athletes who competed with proportional sampling. The design used in this research is a one-group pre- and post-test design. From the results of the tactical attacking options test, the initial test average was 3.57 and the standard deviation was 0.56. The final test average was 7.29, and the standard deviation was 1.55. From the results of the average and standard deviation, the thitung is 9.57, while the ttable with a significance level of 0.05 with $df(n - 1) = 13$ is 2.16. Based on the results of these calculations, it can be seen that $tcount(9.57) > ttable 2.16$, so H_0 is rejected and H_1 is accepted. This means that the tactical attacking options for the two-player exercise have an effect on improving UNJ men's futsal attacking ability..*

Keywords: *Training Of The Tactical Attacking Options, Attacking, Futsal*

Abstrak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar Pengaruh Latihan *tactical attacking options for two players (vertical pairs, parallela, backdoor)* terhadap menyerang tim Futsal Putra UNJ. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi dari penelitian ini adalah anggota KOP Futsal Putra UNJ yang berjumlah 80 orang, sampelnya adalah atlet yang bertanding berjumlah 17 orang dengan menggunakan *purposive sampling*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pre-etest post-test* design. Dari hasil tes *tactical attacking options*, diperoleh rata – rata tes awal sebesar 3,57 dan simpangan baku sebesar 0,56. Rata – rata tes akhir sebesar 7,29 dan simpangan baku sebesar 1,55. Dari hasil rata – rata dan simpangan baku tersebut maka diperoleh thitung sebesar 9.57 sedangkan ttable dengan taraf signifikan 0,05 dengan $df(n - 1) = 13$ adalah 2,16. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, dapat dilihat bahwa thitung $(9.57) > ttable 2.16$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Ini berarti bahwa latihan *tactical attacking options for two players* berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan menyerang futsal Putra UNJ.

Kata kunci: Latihan *Tactical Attacking Options*, Menyerang, Futsal

1. LATAR BELAKANG

Perkembangan futsal di Indonesia saat ini menunjukkan tren yang positif dan semakin populer di kalangan masyarakat, khususnya di kalangan anak muda. Beberapa faktor yang mendukung perkembangan futsal di Indonesia antara lain futsal menjadi olahraga favorit di kalangan anak muda karena kemudahannya. Dengan lapangan yang lebih kecil dibandingkan sepak bola, futsal lebih mudah diakses dan dimainkan di area perkotaan yang padat. Berbagai kompetisi dan turnamen futsal, baik tingkat lokal, nasional, maupun internasional. Liga Futsal Indonesia (PFL) merupakan contoh dari kompetisi resmi yang memberikan wadah bagi para pemain futsal untuk menunjukkan kemampuan mereka. Selain itu, semakin banyak akademi

dan pembinaan yang bermunculan di berbagai daerah di Indonesia. Akademi ini berperan penting dalam pengembangan bakat-bakat muda dan melatih mereka secara profesional sejak usia dini.

Semakin berkembangnya futsal di Indonesia, pemerintah melalui PSSI (Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia), serta pihak swasta seperti sponsor dan media, memberikan dukungan yang signifikan terhadap perkembangan futsal. Ini terlihat dari penyelenggaraan liga dan turnamen yang didukung penuh oleh berbagai pihak. Prestasi yang dicapai oleh Tim Nasional Futsal Indonesia juga turut memberikan dorongan besar bagi perkembangan futsal di tanah air. Partisipasi dan performa tim nasional dalam berbagai ajang internasional, seperti AFF Futsal *Championship* dan AFC Futsal *Championship*, memberikan motivasi bagi para pemain muda. Untuk mencapai peningkatan prestasi olahraga dalam futsal, diperlukan suatu proses latihan dan waktu. Latihan adalah suatu proses pembentukan kemampuan dan keterampilan atlet yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, semakin hari beban latihan semakin meningkat, dan dilaksanakan dalam kurun waktu yang panjang. “Ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet yaitu: latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, dan latihan mental. Dari semua aspek itulah yang paling penting atau berpengaruh dalam proses latihan untuk mencapai prestasi yang maksimal”. (Airlangga, 2022)

Kerja sama tim sangat penting dan selalu diutamakan dalam semua olahraga permainan. Demikian juga dalam olahraga permainan futsal yang sangat mengandalkan kerja sama tim (Badaru, 2017). Kerja sama tim dalam permainan futsal harus ditunjukkan oleh sebuah tim apabila ingin meraih kemenangan. Kerja sama tim dalam permainan futsal dapat dibangun pada saat latihan (Sintaro et al., 2020), untuk mengefektifkan suatu kerja sama tim pelatih harus menerapkan strategi permainan yang tepat pada saat latihan dan pertandingan.

Strategi dalam permainan futsal merupakan suatu usaha untuk mengembangkan kemampuan berpikir, kreativitas, dan improvisasi (Hasibuan, 2016; Laksana, 2008) untuk menentukan alternatif terbaik saat memecahkan masalah yang dihadapi dalam suatu pertandingan secara efektif, efisien, dan produktif dalam hal memperoleh hasil yang maksimal yaitu kemenangan dalam sebuah pertandingan. Strategi permainan futsal dapat digambarkan melalui posisi dan fungsi pemain masing-masing sesuai dengan kondisi pada saat pertandingan (Paranoan & Prastya, 2019; Sukmawarti et al., 2018). Hal tersebut sangat penting karena perubahan peran antar pemain pada saat pertandingan memiliki mobilitas dan intensitas yang tinggi. Pelatih dapat berganti strategi permainan pada saat pertandingan, jika strategi yang diterapkan tidak berjalan dengan baik.

Strategi yang ada dalam permainan futsal antara lain bertahan dan menyerang. Strategi menyerang dapat dilakukan apabila sebuah tim sedang menguasai bola. Tim yang terus menguasai bola dan melakukan serangan memiliki kesempatan lebih banyak menciptakan peluang untuk mencetak gol. Semakin sering tim melakukan serangan ke daerah pertahanan lawan, maka semakin besar juga tim tersebut untuk mencetak gol lebih banyak. Apabila sebuah tim ingin memenangkan pertandingan maka harus memiliki keseimbangan antara bertahan dan menyerang. Selain memiliki pertahanan yang baik, sebuah tim juga harus memiliki strategi menyerang yang bervariasi agar tidak mudah diantisipasi oleh pertahanan lawan, sehingga mampu mencetak gol serta meraih kemenangan.

Dalam masalah ini tim futsal Universitas Negeri Jakarta memiliki permasalahan sedikitnya keberhasilan menyerang melalui penerapan *tactical attacking* yang kurang efektif sehingga menghambat kemampuan tim Universitas Negeri Jakarta untuk menciptakan peluang dan menciptakan gol. Salah satu permasalahan yang mungkin muncul adalah kurangnya variasi dalam *tactical attacking options for two players* ketika menyerang. Pemain yang cenderung menggunakan taktik dan gerakan yang sama secara berulang dapat menjadi lebih diprediksi oleh pertahanan lawan, sehingga mengurangi efektivitas serangan tim.

Tim yang menguasai bola dapat melakukan serangan dengan cara membangun perlahan dari bawah melalui pemain anchor atau disebut *Build Up*. *Build up* adalah membangun serangan dari bawah pertahanan sendiri dan tidak memaksakan permainan untuk terburu-buru menyerang ke pertahanan lawan dimana saat pertahanan lawan seimbang. Dalam penerapannya momen menyerang mempunyai dua fase yaitu membangun serangan (*Build up*) dan menyelesaikan serangan (*Finishing*). Dimana membangun serangan bertujuan untuk menghasilkan peluang dan menyelesaikan serangan kelanjutan dari membangun proses serangan itu sendiri yang bertujuan untuk memanfaatkan peluang dan mengkonversikannya menjadi sebuah gol. Dalam proses membangun serangan yaitu memulai serangan atau membangun serangan dimulai dari penjaga gawang dan melewati berbagai area, yaitu area belakang (*Build Up Area*), tengah (*Open Play Area*) hingga depan (*Finishing area*). (Paranoan & Prastya, 2019)

Dalam melakukan build up biasanya para pemain melakukan *tactical attacking* dalam permainan. *Tactical attacking options for two players* atau *combination play* adalah pergerakan yang efektif dalam memainkan bola dengan dua pemain, tujuan dari *tactical attacking* adalah menguasai bola sambil mencari peluang untuk mencetak gol. *Tactical attacking* adalah salah satu bentuk permainan yang memerlukan *chemistry*, karena pemain harus saling terhubung satu sama lain.

Permainan kombinasi adalah proses mengikuti sesama pemain dan untuk membantu penyerangan dengan passing. *Tactical attacking* adalah objek yang bagus dari permainan modern. Di dalam *tactical attacking* yang paling penting adalah passing dikarenakan passing merupakan modal awal untuk landasan bermain. *Tactical attacking options for two players* hanya dilakukan oleh dua orang yang berkelanjutan dari *tactical individu*. *Tactical attacking options for two players* bermain hanya dengan dua pemain yang bertujuan untuk melakukan penyerangan. Selain penyerangan *tactical attacking* juga digunakan ketika menguasai bola. Permainan kombinasi dua orang ini terjadi ketika pemain hanya menggunakan 1 – 2 sentuhan saja. Ada banyak taktik di dalam *tactical attacking options for two players* yang sering digunakan dalam permainan futsal diantaranya adalah *parallel, backdoor dan vertical pairs*. *Tactical attacking option* adalah permainan futsal modern yang sudah dilakukan oleh para tim profesional. (Lamche, 2016)

Namun berdasarkan masalah yang ditemukan dilapangan yaitu proses taktik menyerang menggunakan proses kombinasi dua orang yang berguna dalam menciptakan peluang. Dengan meningkatkan aspek-aspek ini melalui latihan yang konsisten, pemain futsal dapat menjadi lebih efektif dalam menjalankan *tactical attacking options for two players* dan berkontribusi secara positif dalam mencapai kesuksesan tim. Berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan *Tactical Attacking Options For Two Players* Terhadap Menyerang Tim Futsal UNJ”.

2. KAJIAN TEORITIS

Menyerang

Bagian dari bermain futsal adalah dengan memenangkan pertandingan, adanya proses memenangkan pertandingan yaitu melakukan suatu penyerangan yang bisa berawal dari serangan balik yang cepat, antisipasi dan membangun serangan dari bawah atau disebut build up. Menurut Constantin Eckner “setiap itm menggunakan pola build up yang berbeda untuk pindah ke daerah yang lebih maju di lapangan”. (Fitranto & Budiawan, 2019). “Menyerang adalah elemen individu atau kelompok yang dijalankan oleh para pemain tim ketika menguasai bola, berusaha mengatasi lawan dan mencapai tujuan serangan. Dengan kata lain, ini adalah tindakan yang dilakukan dalam berbagai fase serangan”. (Lupescu, 2017)

Futsal

Futsal merupakan permainan olahraga yang hampir mirip dengan permainan sepakbola. Permainan futsal sering disebut sepakbola yang diminikan. Permainan futsal sudah terkenal dengan lapangan yang kecil dan dimainkan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit yaitu 5 pemain berbeda dengan jumlah pemain sepakbola yaitu 11 pemain. Perbedaan antara futsal dan

sepakbola hanya terletak pada lamanya waktu bermain, sedangkan untuk teknik dasar tetap sama. Secara garis besar permainan futsal dan sepakbola sama, yaitu permainan yang sama-sama menggunakan kaki dan kecuali kiper boleh menggunakan kaki dan tangan untuk menghindari terjadinya gol (Ali & Oktaviani, 2020).

Permainan futsal selalu berhubungan dengan strategi, strategi adalah suatu rencana yang cermat mengenai kegiatan untuk mencapai sasaran khusus. Menurut (FDFPI, 2021) “permainan futsal memiliki aspek penting sebelum bertanding, yaitu Menyusun strategi untuk melawan tim agar memenangkan pertandingan” (Fitranto et al., 2022). Strategi dapat dikatakan sebagai cara yang digunakan sebuah tim untuk meraih kemenangan. (Lucchesi, 2023) mengatankan “bahwa strategi adalah cara yang dilakukan oleh tim untuk mencapai tujuan (Fitranto et al., 2022). Strategi dalam sebuah tim pada permainan futsal membutuhkan kematangan, yaitu sebuah taktik untuk memenangkan pertandingan. Strategi yang diterapkan pada futsal adalah strategi menyerang dan strategi bertahan. Apabila sebuah tim menguasai bola maka tim tersebut dikatakan sedang menyerang, sebaliknya tim yang tidak menguasai bola maka disebut sedang bertahan.

Latihan

Latihan (*training*) adalah suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, dan yang kian hari jumlah beban pelatihannya kian bertambah (Kresnayadi & Dewi, 2017). Bowers dan Fox (dalam Budiwanto, 2013: 18) mengungkapkan bahwa dalam mengatur program latihan yang paling menguntungkan harus mengembangkan kemampuan fisiologis khusus yang diperlukan untuk melakukan keterampilan olahraga atau kegiatan tertentu. Adapun menurut Bompa (2009) mengatakan bahwa latihan merupakan suatu kegiatan olahraga yang sistematis dalam waktu yang panjang, ditingkatkan secara bertahap dan perorangan, bertujuan membentuk manusia yang berfungsi fisiologis dan psikologinya untuk memenuhi tuntutan tugas. Maka latihan berperan penting bagi kesuksesan seseorang untuk mencapai tujuan yang akan di tempuh, dan juga peningkatan kualitas diri dan kesehatan akan semain baik dan meningkat. Latihan bertujuan untuk memberikan perkembangan dalam performa atlet. Perkembangan yang terjadi ketika latihan berlangsung diartikan sebagai respon. Sedangkan perkembangan yang terjadi akibat dari latihan yang teratur dan terprogram diartikan sebagai adaptasi.

3. METODE PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *tactical attacking options for two players* terhadap menyerang tim Futsal Putra UNJ. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen (Budiwanto, 2017). populasi dari penelitian ini adalah anggota Klub Olahraga Prestasi (KOP) Futsal Putra UNJ yang berjumlah 80 orang. Pengambilan sampel ini menggunakan teknik pengambilan *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel dengan mempertimbangkan khusus supaya data dari hasil penelitian yang dilakukan menjadi lebih representatif. Maka, penelitian ini menggunakan sampel tim futsal putra UNJ yang bertanding pada Invitasi dan *Fourfeo* KSBF 2024 berjumlah 14 orang. Penelitian ini menggunakan video dokumenter tim futsal UNJ di Invitasi Mahasiswa dan *Fourfeo* KSBF 2024.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan blangko penelitian yang berisi kolom-kolom tabel untuk setiap keberhasilan dan kegagalan *tactical attacking options for two players* pada Tim Futsal UNJ di Invitasi Mahasiswa 2024 dan *event Fourfeo* KSBF 2024. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data adalah dengan cara memberikan tanda “I” apabila melakukan keberhasilan atau kegagalan *tactical attacking options for two players*. Untuk melakukan pengamatan ini tidaklah mudah, oleh karena itu untuk mengurangi tingkat kesalahan dalam pengamatan dibutuhkan seorang observer. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik statistik uji-t perhitungan data untuk membandingkan tes awal dan tes akhir latihan *Tactical Attacking Options For Two Players*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Langkah selanjutnya yang harus dilakukan setelah pengambilan data penelitian adalah menyajikan data hasil penelitian. Deskripsi data meliputi nilai tertinggi, nilai terendah, nilai rata-rata, standar deviasi, median, modus, distribusi frekuensi dan histogram dari masing-masing variabel. Berikut ini adalah deskripsi data dari masing – masing variabel.

Tabel 1. Deskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir *Tactical Attacking Options*

Deskripsi Data	Tes Awal	Tes Akhir
Nilai Terendah	2	5
Nilai Tertinggi	5	10
Mean	3.57	7.29
Median	4	7
Modus	4	7
Simpangan Baku	0.56	1.55

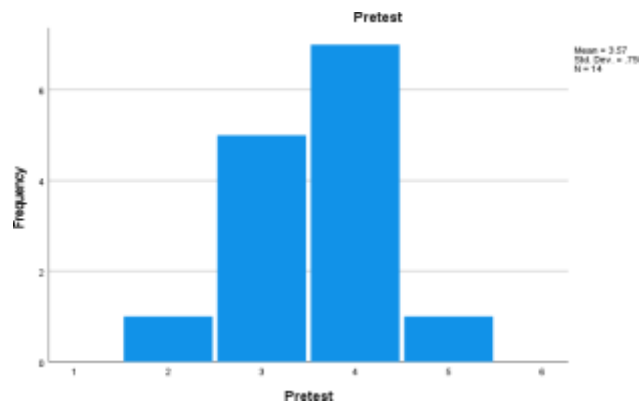
Hasil Test awal *Tactical Attacking Options*

Hasil penelitian menunjukkan rentang skor tes awal *Tactical Attacking Options* adalah 3 dengan nilai terendah adalah 2 dan nilai tertinggi adalah 5. Untuk nilai rata-rata sebesar 3,57. Pada nilai simpangan baku sebesar 0,56, median sebesar 4 serta nilai modus sebesar 4. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka terlihat distribusi frekuensi pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal *Tactical Attacking Options*

No	Interval Kelas	Frekuensi	Frekuensi relatif
1	2 - 2.9	1	7.5%
2	3 - 3.9	5	35%
3	4 - 4.9	7	50%
4	5 - 5.9	1	7,5%
Total		14	100%

Selanjutnya kecenderungan distribusi frekuensi hasil tes awal taktik individu menyerang di atas, digambarkan dalam gambar 1 di bawah ini



Gambar 1. Diagram Histogram Hasil Tes Awal *Tactical Attacking Options* For Two Players

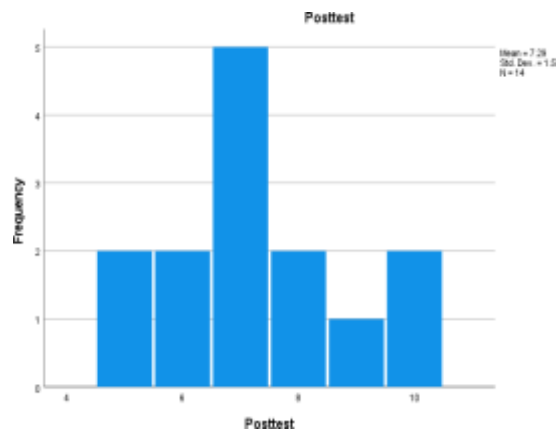
Hasil Test Akhir *Tactical Attacking Options*

Hasil tes akhir taktik individu menyerang memperoleh nilai terendah 5, nilai tertinggi 10, rata-rata 7,29, median 7, modus 7, simpangan baku 1,55, rentang sebesar 5. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka terlihat distribusi frekuensi pada tabel 4.4 di bawah ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Akhir *Tactical Attacking Options*

No	Interval Kelas	Frekuensi	Frekuensi relatif
1	5 - 5.9	2	14,3%
2	6 - 6.9	2	14,3%
3	7 - 7.9	5	35,7%
4	8 - 8,9	2	14,3%
5	9 - 9,9	1	7,1%
6	10 - 10,9	2	14,3%
Total		14	100%

Selanjutnya kecenderungan distribusi frekuensi hasil tes awal taktik individu menyerang di atas, digambarkan dalam gambar 3 di bawah ini



Gambar 2. Diagram Histogram Hasil Tes Akhir *Tactical Attacking Options For Two Players*

Pengujian Hipotesis

Dari hasil tes *tactical attacking options*, diperoleh rata – rata tes awal sebesar 3,57 dan simpangan baku sebesar 0,56. Rata – rata tes akhir sebesar 7,29 dan simpangan baku sebesar 1,55. Dari hasil rata – rata dan simpangan baku tersebut maka diperoleh thitung sebesar 9.57 sedangkan ttabel dengan taraf signifikan 0,05 dengan df (n - 1) = 13 adalah 2,16. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, dapat dilihat bahwa thitung (9.57) > ttabel 2.16 maka H0 ditolak dan H1 diterima. Ini berarti bahwa latihan *tactical attacking options for two players* berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan menyerang futsal Putra UNJ.

Pembahasan Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan menyerang setelah diberikan latihan *tactical attacking options (vertical pairs, paralela, back- door)* dengan nilai thitung = 9,57 yang lebih besar dari ttabel = 2.16 dengan taraf signifikansi 0.05. Hal ini sesuai dengan kerangka berpikir dan teori serta hipotesis penelitian yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh latihan *tactical attacking options (vertical pairs, paralela, back-door)* terhadap menyerang futsal Putra UNJ. Hal ini menunjukkan bahwa latihan *tactical attacking options (vertical pairs, paralela, back-door)* penting dilakukan untuk meningkatkan menyerang futsal. *Tactical attacking two players* disebut juga *combination play* atau bermain dengan kombinasi adalah pergerakan yang cepat dan efektif dalam memainkan bola dengan dua pemain dari tim yang sama. Bermain kombinasi dalam futsal mengacu pada gaya permainan di mana para pemain bekerja sama untuk menggerakkan bola di lapangan melalui operan pendek yang cepat dan gerakan yang terkoordinasi.

Tactical attacking options adalah salah satu sistem permainan kombinasi yang bergerak melalui taktikal individu dan berlanjut ke taktikal kelompok secara keseluruhan. Permainan kombinasi tidak hanya dilakukan beberapa pemain saja, tetapi semua pemain harus memahami permainan kombinasi. Dalam proses membangun serangan menggunakan *tactical attacking* yaitu memulai serangan dimulai dari penjaga gawang dan melewati berbagai lini yaitu lini belakang, tengah hingga lini depan. Menjadi sangat terampil dalam hal penguasaan bola adalah hal yang baik dan bagus, namun pemain harus mampu menerapkan kemampuan ini pada konteks fungsional dan konkret yang melibatkan rekan satu tim. Dengan gerak dasar passing yang baik, *tactical attacking* akan tercipta dan pemain akan menikmati berbagai macam cara bermain.

Tactical attacking options salah satu cara yang ampuh dalam menghasilkan peluang maupun menciptakan gol. Dengan banyaknya pengaplikasian *tactical attacking options* di dalam lapangan bukan tidak mungkin dapat memenangkan pertandingan. *Tactical attacking options two players* dilakukan dengan dua orang, *tactical attacking* mewakili titik tengah dari taktik individu dan sistem menyerang.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil data *pre-test* tim futsal putra UNJ melakukan taktikal attacking options sebanyak 50 kali kejadian dan data *post-test* melakukan taktik individu sebanyak 102 kali kejadian, dari data pretest dan posttest tersebut menunjukkan hasil penelitian bahwa terdapat peningkatan menyerang setelah diberikan latihan *tactical attacking options for two players* (vertical pairs, paralela, back-door). Dari hasil tes *tactical attacking options*, diperoleh rata – rata tes awal sebesar 3,57 dan simpangan baku sebesar 0,56. Rata – rata tes akhir sebesar 7,29 dan simpangan baku sebesar 1,55. Dari hasil rata – rata dan simpangan baku tersebut maka diperoleh *t*hitung sebesar 9,57 sedangkan *t*tabel dengan taraf signifikan 0,05 dengan $df (n - 1) = 13$ adalah 2,16. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, dapat dilihat bahwa $t_{hitung} (9,57) > t_{tabel} 2,16$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, ini berarti bahwa latihan *tactical attacking options for two players* berpengaruh untuk meningkatkan menyerang.

DAFTAR REFERENSI

- Airlangga, R. (2022). *Analisis sistem menyerang tim Anquere pada Jakarta Futsal League* (Skripsi). Universitas Negeri Jakarta.
- Ali, M., & Oktaviani, R. (2020). Perbedaan efektivitas menendang menggunakan kaki bagian dalam dengan punggung kaki terhadap ketepatan tendangan penalti. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 9, 64–73.
- Badaru, B. (2017). *Latihan taktik BEYB bermain futsal modern*. Cakrawala Cendekia.
- Budiwanto, S. (2017). Metodologi penelitian dalam keolahragaan. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*.
- Fitianto, N., & Budiawan, R. (2019). Analisis menyerang timnas futsal putri Indonesia pada Piala AFF Women Futsal Championship tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 1.
- Fitianto, N., Hasibuan, M. H., Prabowo, E., Paranoan, A., & Prakoso, G. (2022). Sistem menyerang futsal pada siswa T-Five Futsal Akademi di Ciracas Jakarta Timur. *Maroones*, 2, 94–99. <http://journal.unsika.ac.id/index.php/maroones>
- Hasibuan, M. H. (2016). Analisis tactical individual defence (block dan intercept) tim futsal Universitas Negeri Jakarta pada UGM Futsal Championship 2016. *Prosiding FIK*, 1(240–246).
<https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/prosidingfik/article/download/8989/6026>
- Kresnayadi, I. P. E., & Dewi, A. (2017). Pengaruh pelatihan plyometric depth jump 10 repetisi 3 set terhadap peningkatan daya ledak otot tungkai. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 3, 33–38.
- Laksana, J., & H. P., I. (2008). *Inspirasi dan spirit futsal*. Raih Asa Sukses.
- Lamche, T. (2016). *Coaching combination play from build up to finish* (A. Fitzgerald, Ed.). Soccer Tutor.
- Lupescu, I. (2017). *UEFA futsal coaching manual*. UEFA.
- Paranoan, A., & Prastya, A. N. (2019). Pengembangan model latihan build up menyerang pada permainan futsal. *Sport Coaching and Education*, 1, 79–92.
- Sintaro, S., Surahman, A., & Khairandi, N. (2020). Aplikasi pembelajaran teknik dasar futsal menggunakan augmented reality berbasis Android. *Telefortech*, 1(1).
<https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/telefortech/article/download/860/577>
- Sukmawarti, A., Akbar, D., Doewes, M., & Kedokteran Universitas Sebelas Maret, F. (2018). Hubungan somatotype dan passing accuracy pemain futsal AFK Sukoharjo (Skripsi). Universitas Sebelas Maret.