

KONTRIBUSI *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* ATLET BHINNEKA FUTSAL MAJENANG

Husna Syarifful Amin¹, Cucu Hidayat², Herdi Hartadji³
Universitas Siliwangi
husnasyariffulamin@gmail.com¹

ABSTRAK

Dalam permainan futsal salah satu teknik dasar yang memegang peranan penting adalah pukulan *shooting*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal atlet Bhinneka Futsal Majenang. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini merupakan atlet Bhinneka Futsal yang berjumlah 43 orang. 18 atlet terpilih menjadi sampel dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah tes dan pengukuran *standing long jump*, *soccer wall volley test*, dan ketepatan *shooting*. Hasil pengujian menunjukkan adanya kontribusi. Uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai f hitung $10,2 > f$ tabel $3,65 = 4,46$, sehingga hal tersebut menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada kontribusi yang signifikan antara *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting*.

Kata Kunci: Futsal, Koordinasi Mata Kaki, Power Otot Tungkai, *Shooting*

ABSTRACT

One of the basic techniques in futsal that play an important role is shooting strokes. This study aims to determine how much the contribution of leg muscle power and ankle coordination to shooting accuracy in the futsal game of Bhinneka Futsal Majenang athletes. This study uses a quantitative descriptive method. The population in this study were Bhinneka Futsal athletes, totaling 43 people. 18 athletes were selected as samples by purposive sampling technique. The instruments used were tests and measurements of standing long jump, soccer wall volleyball test, and shooting accuracy. The test results show a contribution. The hypothesis test shows that the f count is $10.2 > f$ table $3.65 = 4.46$. Therefore, this shows that H_0 is rejected and H_a is accepted, which means that there is a significant contribution between leg muscle power and ankle coordination on shooting accuracy.

Keywords: *Futsal, Ankle Coordination, Leg Muscle Power, Shooting*

PENDAHULUAN

Futsal termasuk kedalam permainan bola besar yang cukup populer saat ini dan bisa dikatakan berkembang dengan pesat. Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing beranggotakan 5 orang. Dalam pencapaian prestasi seorang atlet harus menguasai beberapa teknik dasar permainan futsal yang harus dikuasai sebagai penunjang dalam bermain, menurut Lhaksana dalam (Taufik, 2019) berpendapat bahwa dalam futsal pemain juga mempelajari untuk bermain lebih akurat

dalam hal teknik dasar bermain, seperti teknik mengumpan (*passing*), menerima (*control*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring (*dribbling*) dan menembak (*shooting*) (hal. 287).

Seorang pemain harus memahami teknik dasar dalam bermain futsal sebagai penunjang dalam bermain dan salah satunya adalah teknik menembak *shooting*. *Shooting* dalam futsal merupakan salah satu teknik dasar yang memegang peranan penting dalam permainan futsal. Karena tujuan *shooting* adalah untuk memasukan bola ke gawang lawan dengan tujuan memperoleh poin untuk merubah keadaan atau sering di sebut skor. Seperti yang sudah dijelaskan dan dapat disimpulkan *Shooting* adalah tindakan menendang bola sekuat mungkin ke arah sasaran agar bola masuk ke dalam gawang untuk terciptanya gol. Kemampuan *shooting* sangat berguna, jadi jika seseorang pemain mempelajari teknik menembak dengan benar maka kemampuannya menjadi lebih baik dan mencapai tujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Dalam melakukan *shooting* dengan baik seorang futsal membutuhkan komponen kebugaran jasmani yaitu *power* dan koordinasi mata kaki. Istilah *power* sama dengan daya *eksplosif* atau daya ledak. *Power* yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu *power* otot tungkai yang menjadi unsur penting saat melakukan *shooting*. *Power* otot tungkai adalah kemampuan otot tungkai seseorang dalam melakukan kontraksi otot yang kuat serta cepat sehingga menghasilkan gerakan tendangan cepat dan keras. Menurut Harsono (2018) *power* adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan secara maksimal dalam waktu yang sangat cepat (hlm.99). Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *power* otot tungkai sangat berpengaruh dalam melakukan teknik dasar *shooting*, dikarenakan *shooting* mengandalkan *power* otot tungkai dalam melakukan tendangan secara maksimal, mengandalkan kekuatan dan kecepatan terhadap bola.

Selain mengandalkan *power* otot tungkai, komponen kebugaran jasmani yang lainnya juga berpengaruh salah satunya koordinasi mata kaki. Koordinasi adalah kerjasama sistem persarafan pusat sebagai sistem yang telah diselaraskan oleh proses rangsangan dan hambatan serta otot rangka. Koordinasi juga merupakan kemampuan yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan. Koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah. Menurut Wening Nugraheni & Agung Widodo (dalam Aziz, 2018) menyatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan dengan memadukan beberapa kemampuan dengan tepat dan irama yang terkontrol sehingga menghasilkan gerak yang efektif dan efisien (hal. 151). Dari uraian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa koordinasi adalah sebuah kemampuan seseorang untuk merangkai beberapa unsur gerakan menjadi suatu gerakan yang selaras sesuai dengan tujuan.

Melihat hasil pengamatan yang dilakukan pada tim Bhinneka Futsal Majenang di Kabupaten Cilacap bagian barat merupakan salah satu tim terbaik. Terbukti sejak awal berdirinya tahun 2016 sampai saat ini telah banyak menjuara turnamen futsal di tingkat kabupaten. Salah satu prestasi membanggakan yang diraih yaitu pada saat *event* Cilacap Super *League* 2021 (CSL). Turnamen ini bergulir setiap 2 tahun sekali dan saat itu diikuti 12 tim ternama di kabupaten cilacap. Tim Bhinneka Futsal Majenang mampu menduduki peringkat pertama sampai musim liga berakhir. Tidak cukup sampai disitu, atlet dari Bhinneka Futsal Majenang meraih predikat pemain terbaik dan *top score*. Salah satu yang menjadi kebanggaan lainnya adalah tim Bhinneka Futsal Majenang sudah banyak menyumbangkan atlet untuk Kabupaten Cilacap dan tim besar lain khususnya di daerah Jawa Tengah. Atlet tersebut antara lain Handi Ramdani, Liliek

Yudhi Pangestu, Rofian Anwar, Fito Agustin yang bergabung dengan tim Bsport Brebes dalam kompetisi futsal Liga Nusantara Jawa Tengah tahun 2021 yang dilaksanakan di GOR Manunggal Jati, Kota Semarang. Mereka juga berkontribusi untuk Kabupaten Cilacap dalam kompetisi AFP Jawa Tengah 2019 di GOR Sepuran Boyolali. Berikutnya ada juga Virel Maulana N.A., Claudio Bagus P., Isa M., Shalaby N.S.R., dan Irkham yang berkontribusi membela Kabupaten Cilacap dalam ajang Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV). Baru-baru ini, ada satu pemain yang mendapatkan panggilan untuk berkontribusi dengan tim SKN KEBUMEN U-20 yaitu Shalabi N.S.R. selanjutnya ada beberapa pemain seperti Satria, Kevin, Akbar, dan Adit yang berkontribusi membela tim Giga Futsal Cilacap dalam ajang CPS FFI U-20 *Championship 2022* yang diselenggarakan di GOR Tegal.

Dilihat dari catatan prestasi yang telah di capai tim Bhinneka Futsal Majenang dan pengamatan terhadap atlet saat melakukan latihan, penguasaan permainan dan keahlian individu pemainnya terlihat bahwa atlet memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam melakukan *shooting* dimana setiap pemain mampu melakukan *shooting* dengan baik dan tepat saran bahkan dilihat dari uraian diatas pada saat *event* Cilacap Super *League* mampu meraih *top score*. Kemampuan *shooting* tidak terlepas dari daya dukung *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki yang merupakan satu kesatuan yang sulit dipisahkan dan saling menunjang satu sama lain dalam rangkaian gerakan *shooting*. *Power* otot tungkai sangat dibutuhkan oleh pemain untuk menunjang tendangan yang cepat dan keras dalam melakukan *shooting* ke gawang lawan. Contohnya pada saat latihan *shooting* terlihat bahwa tendangan yang dilakukan pemain Bhinneka Futsal Majenang mampu melesat dengan cepat dan keras hingga sampai ke gawang dengan jarak yang beragam, bahkan saat *event* CSL atau *event* yang lainnya dalam situasi yang cukup jauh dan sudut yang sempit setiap pemain mampu menyelesaikan tendangan *shooting* dengan tepat sasaran ke arah gawang, memberikan ancaman ke gawang lawan, menciptakan gol dengan jarak beragam dan situasi yang cukup sulit. Semua itu tidak terlepas juga dari adanya koordinasi antara mata kaki. Koordinasi mata kaki merupakan salah satu unsur penting yang berpengaruh terhadap keberhasilan *shooting*. Maka perlu adanya koordinasi mata kaki dalam upaya peningkatan akurasi tendangan *shooting*. Tingkat kemampuan koordinasi mata kaki akan mempengaruhi cepatnya pemain futsal dalam merangkai gerak antara gerak mata untuk melihat bola dengan gerak kaki saat akan melakukan *shooting* menjadi satu pola gerakan yang menghasilkan gerakan terkoordinasi, efektif, mulus, dan efisien. Terlihat pada saat latihan dan beberapa turnamen, pemain Bhinneka Futsal Majenang mampu merangkai gerakan mata dan gerakan kaki dengan baik dan cepat pada saat menerima datangnya bola dan selanjutnya membidik sasaran dengan cepat dan tepat dalam melakukan *shooting* sehingga mampu melesatkan tendangan ke arah gawang dan menendang bola tepat pada sasarannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar futsal sangatlah penting salah satunya adalah teknik *shooting*. Dalam teknik *shooting* ada faktor-faktor pendukung diantaranya membutuhkan *power* otot tungkai guna mendapatkan hasil yang maksimal. Tetapi selain *power* otot tungkai, koordinasi mata kaki juga berperan penting menjadi salah satu faktor pendukung untuk mencapai keberhasilan dalam ketepatan *shooting*. Berdasarkan hasil pengamatan kepada tim Bhinneka Futsal Majenang pada saat *event* Cilacap Super *League* (CSL) dan saat latihan diketahui bahwa atlet memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam melakukan *shooting* dimana setiap pemain mampu melakukan *shooting* dengan baik dan tepat sasaran. Oleh karena itu, penelitian

ini bermaksud menggali kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* Bhinneka Futsal Majenang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional. Menurut Jonathan Sarwono (dalam Amala, 2019) korelasi merupakan teknik analisis yang termasuk dalam salah satu teknik pengukuran asosiasi/hubungan (*measures of association*). Pengukuran asosiasi merupakan istilah umum yang mengacu pada sekelompok teknik dalam statistik bivariat yang digunakan untuk mengukur kekuatan hubungan antara dua variabel. Di antara sekian banyak teknik-teknik pengukuran asosiasi, terdapat dua teknik korelasi yang sangat populer sampai sekarang, yaitu Korelasi *Pearson Product Moment* dan Korelasi *Rank Spearman* (hal. 9). Penulis memilih metode deskriptif dalam penelitian ini berdasarkan pada pertimbangan bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui, mencari informasi atau mengungkap kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* atlet Bhinneka Futsal Majenang. Dengan demikian penulis berupaya untuk menggambarkan fenomena tentang *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki. Berdasarkan uraian di atas, penulis beranggapan bahwa metode deksriptif menggunakan pendekatan korelasional cocok diterapkan dalam permasalahan yang dihadapi penulis sekarang. Alasannya karena penelitian ini fokus tentang kontribusi *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* atlet Bhinneka Futsal Majenang.

Jenis instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berupa *Standing long jump test* (X_1), *Soccer wall volley* (X_2), dan tes menendang bola ke gawang (*shooting*) (Y). Instrumen penelitian yang digunakan mengacu pada buku tes dan evaluasi olahraga oleh Abdul Narlan dan Dicky Tri Juniar (2022). Dengan alat ukur ini dapat diperoleh data dari suatu objek tertentu secara objektif mengungkapkan keadaan objek tersebut.

Untuk menganalisis data digunakan rumus-rumus statistik. Dalam penelitian ini penulis menggunakan rumus statistik dari buku yang di tulis oleh Narlan dan Juniar (2021) sebagai berikut: 1) menghitung skor rata-rata (*mean*) dari masing-masing data, 2) menghitung simpangan baku, 3) uji Normalitas dengan menggunakan Uji Liliefors, 4) menghitung koefisien korelasi menggunakan *product moment*, 5) mencari nilai korelasi berganda (*multiple correlation*), 6) menguji kebermaknaan korelasi berganda, dan 7) mencari presentase dukungan ketiga variabel bebas terhadap variabel terikat dengan menggunakan rumus determinasi.

HASIL PENELITIAN

Data penelitian yang diperoleh melalui serangkaian tes, yaitu tes *power* otot tungkai (X_1), koordinasi mata kaki (X_2) dan ketepatan *shooting* (Y). Tes tersebut dilakukan pada 18 orang atlet Bhinneka Futsal Majenang sebagai sampel penelitian. Adapun datadari ketiga butir tes tersebut penulis deskripsikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Hasil Rangkaian Tes

No	Nama	Skor X_1 Tes <i>Power Otot Tungkai</i>	Skor X_2 Tes Koordinasi Mata Kaki	Skor Y Tes Ketepatan <i>Shooting</i>
----	------	--	--	---

1	Adit	2,26	9	128
2	Toha	244	8	113
3	Dadan	1,73	7	104
4	Satria	2,47	9	122
5	Andika	242	7	120
6	Dika	232	9	103
7	Ikhsan	2,14	6	96
8	Yudi	2,28	8	128
9	Agil	2,21	11	138
10	Shalaby	1,95	7	109
11	Sandi	2,58	10	132
12	Sidik	2,49	11	141
13	Adek	2,5	12	140
14	Arul	2,15	9	128
15	faruk	2,35	8	142
16	Fito	2,24	5	98
17	Virel	2,1	9	106
18	Handi	2,12	7	96

Data di atas dianalisis untuk mengetahui rata-rata (*mean*) dan standar deviasi dari masing-masing tes. Hasil analisis data dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Nilai Rata-Rata dan Standar Deviasi Tiap Tes

No.	Butir Tes	Rata-rata	Standar Deviasi
1	Power Otot Tungkai (X_1)	2,2	0,21
2	Koordinasi Mata Kaki (X_2)	8,4	1,8
3	Ketepatan <i>Shooting</i> (Y)	119,1	16,3

Sebelum masuk ke dalam uji hipotesis, dilakukan uji korelasi variabel. Hasil uji korelasi dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. Uji Korelasi Variabel Tes

N.	Butir Tes	Nilai r	Kategori	t_{hitung}	t_{tabel}	Hasil
1	Power otot tungkai (x_1) terhadap <i>shooting</i> (Y)	0,60	Cukup	3,00	2,11	Signifikan
2	Koordinasi mata kaki (x_2) terhadap <i>shooting</i> (Y)	0,72	Tinggi	4,19	2,11	Signifikan
3	Power otot tungkai (x_1) dengan koordinasi mata kaki (x_2)	0,55	Cukup	2,63	2,11	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa *power* otot tungkai mempunyai kontribusi yang cukup terhadap hasil *shooting*, dimana nilai korelasinya adalah 0,60. Kemudian antara koordinasi mata kaki mempunyai kontribusi yang berarti terhadap hasil *shooting*, dengan nilai korelasi sebesar 0,72 yang termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan *power* otot tungkai dengan koordinasi mata kaki mempunyai korelasi yang cukup, dimana nilai korelasinya adalah sebesar 0,55.

Selanjutnya, dilakukan analisis data menggunakan korelasi berganda dan diperoleh hasil $R_{y \cdot x_1 \cdot x_2} = 0,76$ (Kuat). Berdasarkan perhitungan korelasi dari ketiga butir tes tersebut dapat disimpulkan bahwa *power* otot tungkai fleksibilitas dan koordinasi mata kaki memiliki kontribusi yang tinggi terhadap ketepatan *shooting* pada atlet Futsal Bhinneka Futsal.

Pengujian hipotesis dilakukan untuk membuktikan apakah hipotesis penelitian diterima atau ditolak. Hasil analisis data menunjukkan $F_{0,05 (2;15)} = 4,46 = F_{hitung}$ lebih besar dari F_{tabel} berarti signifikan.

Dari penghitungan diatas, ternyata hasil membuktikan bahwa nilai $F_{hitung} = 10,2$ dan nilai $F_{tabel} =$ pada $\alpha = 0,05 (k); ((n - k - 1)) = 2; 15$, yaitu 3,68 yang didapat dari tabel distribusi F, sehingga diketahui $F_{hitung} = 10,2 > F_{tabel} = 3,68$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini berarti membuktikan bahwa terdapat hubungan yang berarti antara Power Otot Tungkai (X_1) dan Koordinasi Mata Kaki (X_2) secara bersama-sama dengan ketepatan *Shooting* (Y). $KD = r^2 \times 100\% = 0,76^2 \times 100 = 58\%$, faktor lainnya 42%.

PEMBAHASAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat kontribusi antara *power* otot tungkai terhadap ketepatan shooting dalam permainan futsal atlet Bhinneka Futsal Majenang. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Taufik (2019) bahwa keberhasilan *shooting* yang akurat dalam permainan bola futsal merupakan hasil kontribusi dari beberapa faktor yang salah satunya adalah *power* otot tungkai. Taufik (2019) menambahkan bahwa *power* otot tungkai juga berkontribusi pada akurasi *passing* dan *dribbling*. Di samping itu, *power* otot tungkai juga sangat berkontribusi pada atlet sepak bola. Gunadi (2020) melakukan penelitian mengenai *power* otot tungkai dan hasilnya adalah adanya kontribusi *power* otot tungkai terhadap kemampuan *long passing* atlet sepak bola rajawali.

Korelasi kedua menyatakan bahwa terdapat kontribusi antara koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal atlet Bhinneka Futsal Majenang. Penelitian ini sejalan dengan pendapat Tryusa & Martin (2021) bahwa koordinasi mata kaki berkontribusi pada pengerahan kekuatan secara maksimal dalam waktu yang cepat untuk *shooting*. Disamping itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Gunadi (2020) mengenai daya ledak otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan di antara variabel tersebut.

Penelitian ini membuktikan adanya kontribusi antara *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama sama terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal atlet Bhinneka Futsal Majenang. Hal ini sesuai dengan pendapat Aziz (2018) bahwa koordinasi beberapa kemampuan dengan tepat dan irama yang terkontrol dapat menghasilkan gerak yang efektif dan efisien. Penelitian ini mengungkap pentingnya Latihan untuk membentuk *power* otot tungkai. Menurut Santosa Dwi Wahyu (dalam Kahfi, 2022) latihan untuk membentuk *power* otot tungkai itu sendiri sangat banyak, sehingga kita bisa memilih salah satu metode latihannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang berarti antara *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal. Di samping itu, terdapat hubungan yang berarti antara koordinasi mata kaki dengan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal. Kemudian, terdapat hubungan yang berarti antara *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal atlet Bhinneka Futsal Majenang.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan tolok ukur dan sebagai acuan pelatih untuk melatih secara bersama-sama, sistematis, dan teratur untuk meningkatkan koordinasi *power* otot tungkai dan mata kaki agar lebih efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- Amala, Purnama Liyura. (2019). *Studi Korelasi Antara Penggunaan Media Pembelajaran Dengan Minat Belajar Siswa Kelas VIII SMP NEGERI 3 MOGA Tahun Pelajaran 2013/2014*. *Jurnal FKIP UMP*, hal. 9–39. repository.ump.ac.id/523/1/Cover_PurnamaLiyurauAmala_Sejarah%2714.pdf
- Aziz, Abdul. (2018). *Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan Passing Chest Pass Di Ekstrakurikuler*. *Jurnal Seminar Nasional Pendidikan Jasmani*. hal. 148–53. <http://eprints.ummi.ac.id/453/>
- Gunadi, D., Witarsyah, W., Arwandi, J., & Ridwan, M. (2020). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Koordinasi Mata Kaki Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Shooting. *Jurnal Patriot*, 2(4), 1092-1103. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i4.719>
- Kahfi, M. L. (2022). *Kontribusi Power Otot Tungkai dan Koordinasi Mata dan Kaki Terhadap Hasil Shooting dalam Permainan Sepak Bola pada Anggota Ssb Arba Sepak Bola Garut (Studi Deskriptif pada Anggota SSB ARBA Sepak Bola Garut)*. Universitas Siliwangi. <http://repositori.unsil.ac.id/7653/>
- Gunadi, D., Witarsyah, W., Arwandi, J., & Ridwan, M. (2020). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Koordinasi Mata Kaki Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Shooting. *Jurnal Patriot*, 2(4), 1092-1103. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i4.719>
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2020). *Pengukuran dan evaluasi olahraga*. Deepublish.
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2021). *Statistika dalam penjas*. Deepublish.
- Tryusa R. P. U, Martin S. (2021). Pengaruh latihan dribble zig-zag dan dribble-T terhadap kemampuan menggiring bola pemain sepak bola di SSB PUMA Kabupaten Demak tahun 2020. *jurnal unnes*. Vol 2 No 1 (2021): June 2021. 10.15294/INAPES.V2I1.42797
- Taufik, M. S. (2019). Hubungan Tingkat Konsentrasi Dengan Keterampilan Bermain Futsal Unit Kegiatan Mahasiswa Futsal Universitas Suryakencana. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 10 (02), 68-78. <https://doi.org/10.21009/GJIK.102.01>