

## **PENGARUH METODE LATIHAN DAN MOTIVASI BERPRESTASI TERHADAP KETERAMPILAN TEKNIK DASAR FUTSAL DI SMA NEGERI 1 MANDAU**

**Muhammad Abdillah Al Zikri**

Universitas Islam Riau

<https://uir.ac.id/>

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau. Deskriptif kuantitatif adalah jenis penelitian ini dan menggunakan metode survey. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau. Dengan menggunakan angket sebagai instrumen penelitian dan sampling jenuh sebagai teknik samplingnya diharapkan data didapat secara maksimal. Sampling jenuh artinya sampel dari penelitian ini adalah semua populasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Mandau sebanyak 25 siswa. Penggunaan teknik statistik deskriptif pada analisis data dengan bentuk persentase sebagai penjelasan dari hasil penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau, secara terperinci memiliki kriteria yang sangat tinggi dengan presentase sebesar 87%, serta memiliki beberapa faktor yaitu faktor internal memiliki presentase sebesar 89%, sedangkan faktor eksternal memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase sebesar 85%.

**Kata Kunci:** Ekstrakurikuler, Futsal, Motivasi

### **ABSTRACT**

*The aim of this research is to knowing the level of student motivation Participated in extracurricular futsal at State High School 1 Mandau. Descriptive quantitative is this type of research and using survey methods. Population in This research is all students who Participated in extracurricular futsal at State High School 1 Mandau. By using a questionnaire as research instruments and saturated sampling as The sampling technique is expected to obtain data maximally. Saturated sampling means sample from this research*

*is the entire student population who takes part in extracurricular activities at SMA Negeri 1 Mandau as many as 25 students. Use of techniques descriptive statistics in data analysis in the form of percentages as an explanation of the research results. The results of this research show students' motivation in participating in futsal extracurriculars at SMA Negeri 1 Mandau, in detail, has very high criteria with a percentage of 87%, as well has several factors, namely internal factors have a percentage of 89%, while external factors have very high criteria with a percentage of 85%.*

**Keywords:** *Extracurricular, Futsal, Motivation*

## **PENDAHULUAN**

Indonesia merupakan salah satu Negara dengan peminat olahraga yang sangat tinggi. Olahraga bisa meningkatkan dan mengharumkan nama bangsa di pentas Nasional dan Internasional. Pembinaan prestasi olahraga berbagai disiplin ilmu terlibat didalamnya, termasuk penelitian yang dilakukan oleh para pakar olahraga dan kesehatan. Prestasi tidak akan datang sendirinya melainkan dengan perencanaan yang matang dan membutuhkan waktu yang lama. Namun demikian, beberapa olahraga masih ada persoalan cara dan teknik meningkatkan prestasi para siswa. Salah satu cabang olahraga yang banyak diminati adalah cabang olahraga futsal. Perkembangan peningkatan di setiap daerahnya. Hal ini ditandai dengan banyaknya prestasi yang diraih oleh setiap tim dari daerahnya. Futsal banyak digemari tak hanya pria melainkan juga wanita, hal ini juga ditunjukkan dengan banyaknya tim wanita yang ikut serta dalam pertandingan futsal tingkat daerah sampai dengan pertandingan tingkat internasional.

Futsal adalah permainan sepak bola mini di dalam ruangan yang dimainkan oleh 2 tim yang setiap timnya beranggotakan 5 pemain dalam permainan. Tujuannya memasukkan bola ke gawang lawan dengan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan. Futsal pertama kali dimulai pada tahun 1930 di Montevideo, Uruguay oleh seorang pelatih asal Argentina yang bernama Juan Carlos Ceriani. Futsal pertama kali disebut oleh ceriani berbentuk sepakbola yang terdiri 5 VS 5 (Murhananto, 2006:6) permulaan permainan ini dilakukan oleh suatu sebab yaitu ketika pelatih harus menjalankan program latihan sepakbola konvensional karena terhambat hujan yang lebat mengakibatkan tergenangnya lapangan, kemudian ceriani mempunyai ide dengan memindahkan latihan

didalam sebuah gedung olahraga yang dimainkan dalam lapangan yang relatif kecil seukuran lapangan basket.

Futsal berasal dari dua kata yaitu futbol atau futebol yang berasal dari bahasa spanyol atau portugis yang artinya sepakbola dan kata sala atau salon yang artinya ruangan berasal dari bahasa Prancis dan Spanyol. Futsal mempunyai istilah lain diberbagai Negara antara lain Amerika utara dikenal dengan “indoor soccer”, benua eropa dengan istilah “Hal-Fodlod” di Denmark dan masih banyak lagi.

Prestasi futsal di Indonesia pada saat sekarang mengalami penurunan yang disebabkan dalam federasi sepakbola di Indonesia. Walaupun permasalahan futsal di Indonesia belum membaik, tetapi permainan futsal sampai saat ini masih selalu di mainkan dan dilakukan pembinaan di tengah masyarakat Indonesia. Aspek dasarnya tidak terlepas dari pembinaan dan peningkatan prestasi, selain prestasi dan sarana yang memadai juga pengawasan dan bimbingan dari Pembina dan pelatih harus memahami perkembangan siswa baik secara fisik maupun psikis. Ada 2 faktor yang mempengaruhi dalam meraih suatu prestasi yaitu faktor internal(Keterampilan fisik, teknik, taktik, dan mental siswa), dan faktor Eksternal (Pelatih,sarana dan prasarana, keluarga, organisasi, iklim, cuaca, makanan yang bergizi dan sebagainya)

Faktor yang mempengaruhi salah satunya faktor internal seperti teknik merupakan faktor utama keberhasilan penerapan konsep bermain, tanpa teknik yang baik maka sulit bagi setiap siswa untuk menguasai dan mengembangkan permainan dilapangan. Teknik dasar merupakan fundamental yang harus dikuasai oleh semua siswa agar dapat bermain futsal dengan terampil yang didasari keterampilan gerak. Latihan yang perlu dikembangkan pada anak usia muda adalah keterampilan teknik dasar yang benar. Pemain yang memiliki keterampilan teknik dasar futsal yang baik akan mampu menggunakannya dalam berbagai situasi, sehingga memberikan kemudahan dalam menerapkan taktik, kemudian mampu menciptakan kerjasama yang baik secara kelompok dan tim untuk meraih kemenangan.

Futsal sangat berkembang dikalangan remaja tercermin pada pembinaan futsal pada tingkat sekolah menengah atas yang diadakan diluar jam sekolah atau sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Namun yang menjadi persoalan adalah cara dan teknik dalam meningkatkan prestasi para siswa. Untuk itu dibutuhkan suatu keterampilan.

Keterampilan adalah kemampuan untuk melakukan suatu tugas secara sederhana. (Gordon(1994:-55) Selain itu keterampilan adalah suatu kegiatan yang memerlukan latihan (Nadler(1986:-73)

Ada beberapa metode latihan yaitu metode latihan serial praktis. Ini merupakan susunan latihan keterampilan yang melibatkan beberapa aspek keterampilan, dan urutan pengaturan latihannya selalu sama atau berurutan pada setiap sesi latihan. Metode latihan serial praktis merupakan metode latihan dengan tingkat kesulitan yang sesuai dengan metode secara keseluruhan. Cara ini lebih sulit. Oleh karena itu, ketika memperkenalkan metode latihan acak, latihan terus menerus mungkin bisa menjadi solusi tanpa terlalu memberatkan. Lakukan tugas perilaku yang sama secara berurutan.

Metode ini mengharuskan siswa untuk melakukan berbagai bentuk gerakan dan teknik secara bersamaan. Siswa tampaknya melakukan semua bentuk keterampilan secara berurutan dan acak. Namun untuk menunjang peningkatan kinerja tidak hanya diperlukan metode pelatihan saja namun juga aspek psikologis. Dalam penelitian ini dimensi psikologis mengacu pada motivasi berprestasi. McClelland, dalam Sri Wahani (2013: 88-95), menjelaskan motivasi berprestasi merupakan suatu pikiran yang berhubungan dengan cara melakukan ssesuatu dengan semaksimal mungkin dibandingkan dengan apa yang telah dilakukan sebelumnya. Dengan menggunakan pendekatan psikologis diharapkan siswa dapat memperlihatkan motivasi yang kuat untuk bermain semaksimal mungkin, untuk memenangkan pertandingan dan mendapatkan prestasi yang tinggi.

SMA Negeri 1 Mandau merupakan salah satu sekolah yang memiliki ekstrakurikuler futsal, kegiatannya dilakukan pada hari Senin, Rabu dan Jumat WIB pukul 15.30-17.30 untuk siswa dan siswinya. Sarana dan prasarana juga memadai, termasuk lapangan yang dapat digunakan untuk latihan dan program latihan rutin. Namun di masa pandemi Covid-19, banyak siswa yang mengeluhkan kegiatan ekstrakurikuler karena jumlah kegiatan ekstrakurikuler yang tidak maksimal. Salah satu kegiatan olahraga yang diadakan di kelas karena terkena dampak pandemi ini. Tugas seorang guru pendidikan jasmani adalah menunjang siswa dalam proses perkembangannya, baik secara jasmani maupun sikap dan pengetahuannya (Aminudin, 2018: 59). Hal ini dapat dicapai melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga, termasuk futsal.

Saat menjadi siswa dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Futsal di SMA Negri 1 Mandau, tampak pelaksanaan ekstrakurikuler khususnya futsal masih terkesan kurang

maksimal. Jumlah anggota ekstrakurikuler yang semula 40 siswa, namun seiring berjalannya waktu karena seleksi alam dan berbagai sebab lainnya, jumlah anggota menjadi berkurang. Dapat dikatakan, beberapa anggota bersemangat pada awalnya, tetapi kemudian tidak konsisten.

Apalagi di masa pandemi, peserta ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Mandau seringkali bermalas-malasan, ada sebagian siswa yang tidak datang tanpa informasi dan tidak memperhatikan baik secara daring maupun luring saat latihan. Dan secara seri aktivitas sehari-hari setiap individu selalu mempengaruhi kebugaran jasmani (Purbangkara, 2021: 47). Ketika siswa mendengar akan ada pertandingan, mereka menjadi antusias untuk berlatih kembali, dan semakin banyak siswa yang mengikuti pertandingan tersebut dengan harapan dapat mengikuti pertandingan berikutnya. Permasalahan yang sering terjadi pada kegiatan ekstrakurikuler futsal adalah motivasi yang awalnya tinggi rentan terhadap pengaruh tetangga dan menurun. Permasalahan yang sering muncul dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal dikarenakan motivasi yang awalnya tinggi menjadi berkurang karena mudah terpengaruh oleh lingkungan di sekitarnya.

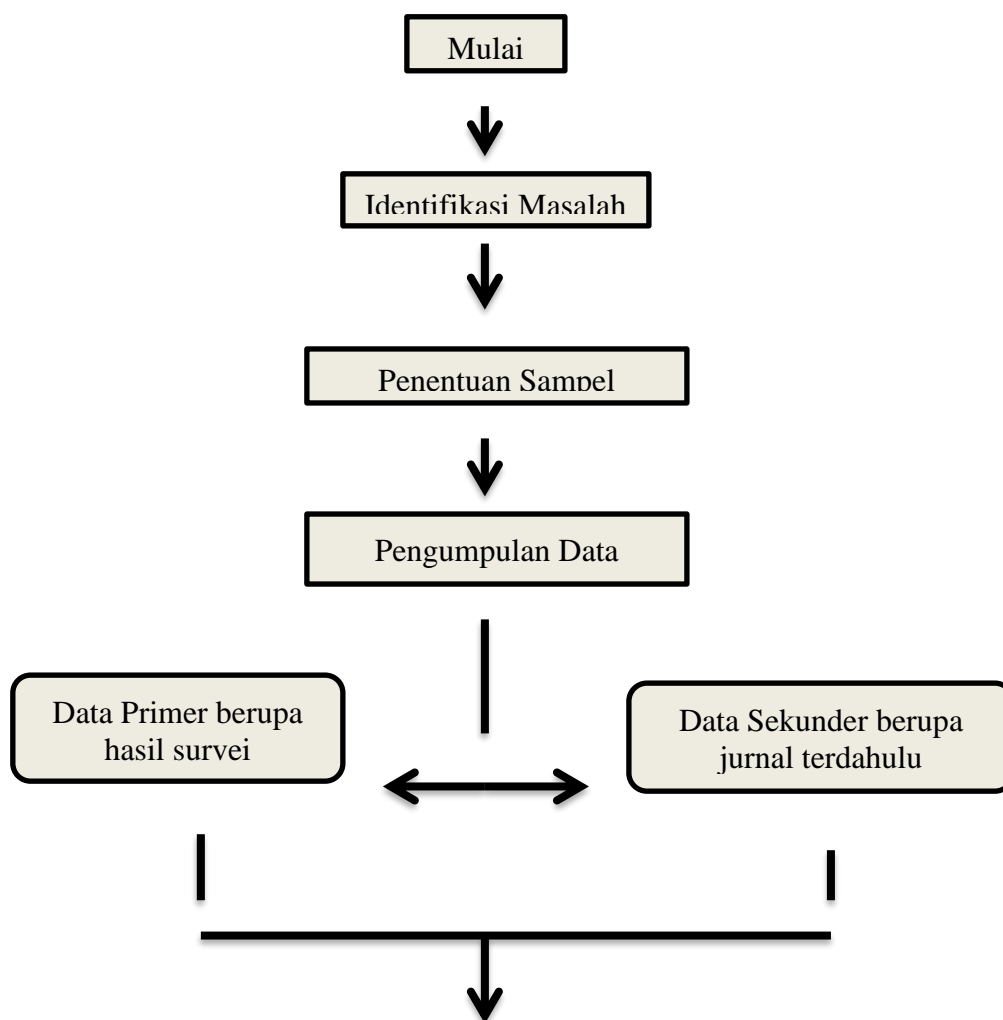
Terlebih pada saat pandemi saat ini, banyak siswa yang mengeluhkan sistem pembelajaran yang memaksa siswa untuk belajar di rumah, dan banyaknya kegiatan yang tidak maksimal seperti ekstrakurikuler olahraga di rumah mempengaruhi motivasi siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal. Namun, keadaan yang berangsur membaik beberapa kegiatan di sekolah mulai kembali aktif beraktivitas salah satunya ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau. Penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Sebab pada penelitian ini peneliti mengidentifikasi motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di sekolah dengan adanya pandemic Covid19. Berdasarkan uraian di atas, peneliti berharap dapat mempelajari motivasi. Oleh karena itu, peneliti berusaha untuk mengkaji motivasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau..

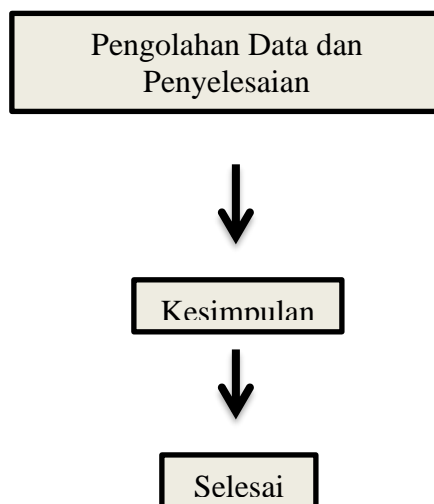
## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metodologi survei. Sugiyono (2017: 6) menyatakan bahwa metode pengumpulan digunakan untuk memperoleh data pada lokasi alamiah tertentu, namun peneliti tidak menggunakan pengolahan dalam pengumpulan datanya, yaitu dengan memberikan kuisisioner. Penelitian

survey bersifat non-eksperimen karena peneliti tidak melakukan intervensi terhadap variable-variabel yang diteliti (Achmad, 2016: 86). Sampel penelitian ini berjumlah 25 siswa. Siswa merupakan anggota ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 1 Mandau. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampling jenuh yang mengambil sampel populasi sebanyak individu. Teknik pengumpulan datanya adalah dengan menyebarkan kuesioner kepada sampel penelitian. Indikator yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendapat Ardiansyah (2016: 42). Indikator-indikator ini dibagi menjadi dua faktor. Adapun indikatornya adalah faktor internal dengan indikator berupa diri atlet itu sendiri, tingkat pendidikan, pengalaman masa lalu, cita-cita dan harapannya. Selain itu, faktor eksternal meliputi indikator seperti sarana, prasarana, metode latihan dan lingkungan, atau iklim pembinaan.

Adapun langkah-langkah yang ditempuh penulis guna menyelesaikan penelitian ini dapat digambarkan dengan *flow chart* penelitian sebagai berikut :





## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian deskriptif diharapkan mampu menggambarkan kondisi objek sesuai dengan kondisi sebenarnya yang ditentukan peneliti. Menurut **Dimiyati (2019: 40)**, analisis data adalah serangkaian kegiatan mempersiapkan dan memvalidasi data agar hasilnya sesuai dengan data. Sebelum melakukan penelitian ini, peneliti meminta izin kepada Wakil Kepala Sekolah bidang Kurikulum untuk melakukan penelitian terhadap peserta ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Mandau, dan peneliti juga meminta izin kepada pelatih ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Mandau. Peneliti juga mendapat izin untuk menyebarkan kuesioner dalam bentuk poin pernyataan. Karena adanya dampak pandemi COVID-19 terhadap penyampaian pembelajaran, maka pendataan ini dilakukan secara online melalui Google Form. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini diisi oleh responden sebanyak 25 siswa yang mewakili keseluruhan sampel.

Responden kemudian mengisi kuesioner berupa 20 item pernyataan dengan empat pilihan jawaban untuk setiap item pernyataan. Data yang diperoleh dari penelitian motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau berupa nilai yang berasal dari dua faktor. Yaitu faktor internal yang indikatornya berupa diri atlet itu sendiri, tingkat pendidikannya, pengalaman masa lalunya, tujuan dan cita-citanya. Selanjutnya faktor eksternal meliputi indikator seperti sarana, prasarana dan sarana, metode latihan, lingkungan atau iklim pembinaan. Setelah terkumpul data survei, dilakukan analisis dengan menggunakan Microsoft Excel 2013. Berdasarkan hasil penelitian, motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal kelas SMA Negeri 1 Mandau

dapat digolongkan menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Klasifikasi titik menurut **Arikunto (2002: 245)** adalah sebagai berikut:

**Tabel 1**

**Prosentase skor dan kategori jawaban dari siswa**

NO	Prosentase	Kategori
1	81%-100%	Sangat tinggi
2	61%-80%	Tinggi
3	41%-60%	Cukup
4	21%-40%	Rendah
5	0%-20%	Sangat rendah

**Faktor Internal**

Berdasarkan beberapa faktor motivasi siswa yang menjadi anggota ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau, berdasarkan data siswa yang diukur dengan total 10 kuesioner dengan skor 1-4. Tabel di bawah ini merangkum 25 responden dalam 10 item pernyataan untuk mengetahui motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau berdasarkan faktor internal motivasi siswa, ini merupakan hasil survei yang dilakukan terhadap subjek tersebut.

**Tabel 2**

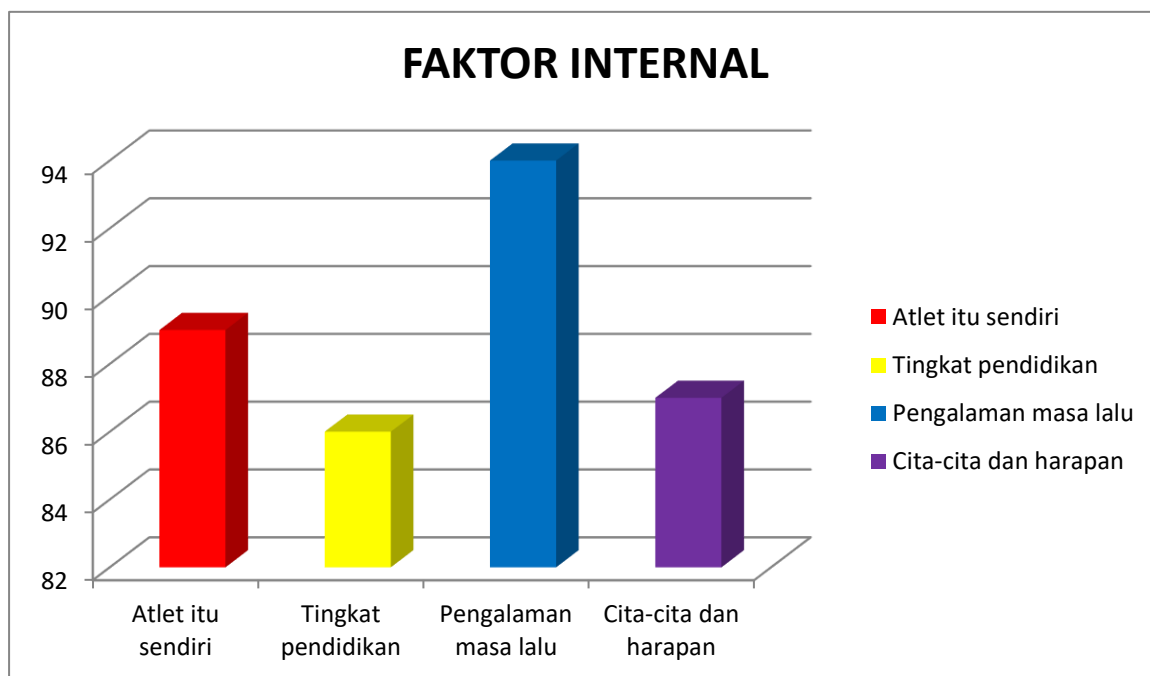
**Deskriptif Faktor Internal**

No	INDIKATOR	Skor	Prosentase	Kriteria
1	Atlet itu sendiri	178	89	Sangat tinggi
2	Tingkat pendidikan	171	86	Sangat tinggi
3	Pengalaman masa lalu	187	94	Sangat tinggi
4	Cita-cita dan harapan	348	87	Sangat tinggi
Rata-rata		221	89	Sangat tinggi

Dari Tabel 2, motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau didasarkan pada faktor internal, dan persentasenya sebesar 89%, menunjukkan standar yang sangat tinggi. Hal ini disebabkan karena atlet sendiri selalu mempunyai



keinginan yang kuat untuk menjadi lebih baik, dan telah melakukan latihan pada level yang memanfaatkan pengalaman masa lalunya untuk mewujudkan tujuan dan harapannya, serta pengaruh pengendalian internal menjadi faktor utama. dalam hal ini, saya dapat mengatakan bahwa saya sedang melakukannya. Negri 1 Di SMA Mandau, faktor yang mempengaruhi motivasi siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler sangat tinggi. direpresentasikan sebagai grafik batang sebagai berikut.



#### **Deskriptif Faktor Internal**

Diagram pada Gambar 1 menjelaskan bagaimana sebenarnya faktor internal tersebut mempengaruhi tingkat motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau. Hal ini terlihat dari beberapa indikator yang nilai rata-ratanya sangat tinggi, yaitu pengalaman telah menjadi tujuan dan cita-cita masa lalu, tergantung pada cita-cita dan tingkat pendidikan siswa.

#### **Faktor Eksternal**

Identifikasi beberapa faktor motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Mandau, berdasarkan data siswa mengenai faktor eksternal motivasi siswa yang diukur angket berjumlah 10 item pernyataan dengan skor 1-4. Hasil penelitian dari 25 responden terhadap 10 item pernyataan yang dilakukan untuk mengetahui motivasi

siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Mandau berdasarkan faktor eksternal motivasi siswa pada tabel berikut:

**Tabel 3**  
**Deskriptif Indikator Efektifitas Interaksi**

No	Indikator	Skor	Persentase	Kriteria
1	Fasilitas, sarana dan prasarana	252	84	Sangat tinggi
2	Metode latihan	422	84	Sangat tinggi
3	Lingkungan atau iklim pembinaan	176	88	Sangat tinggi
Rata-rata		283	85	Sangat tinggi

Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa motivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau pada faktor eksternal dengan persentase 85% berada di kriteria sangat tinggi. Hal ini disebabkan oleh adanya dukungan dari fasilitas sarana dan prasarana yang membuat nyaman untuk latihan di tambah metode latihan yang diberikan bervariasi serta lingkungan atau iklim pembinaan yang selalu mendukung sehingga bisa dikatakan pengaruh faktor eksternal motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Mandau sangat tinggi. Apabila digambarkan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:

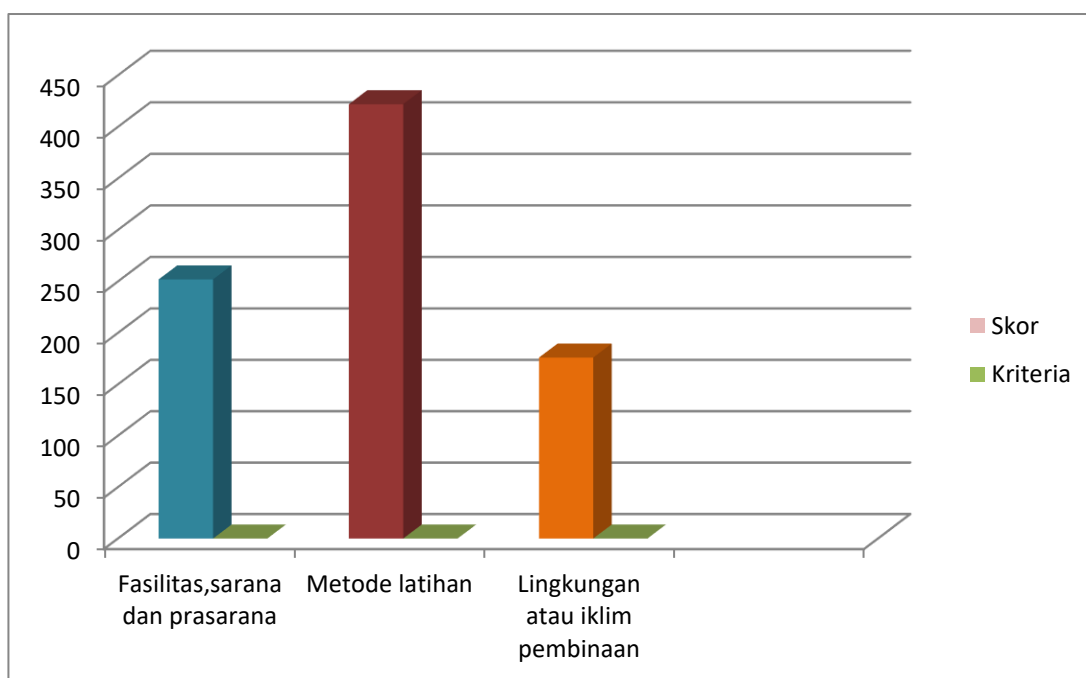


Diagram pada gambar 2 menunjukkan bahwa dalam faktor eksternal ini sangat mempengaruhi tingkat motivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Mandau terlihat dari beberapa indikator yang memiliki nilai rata-rata sangat tinggi, karena dengan fasilitas sarana dan prasarana serta metode latihan yang tidak membosankan dan lingkungan atau iklim pembinaan yang senantiasa selalu mendukung.

## **SIMPULAN**

Mengacu pada hasil penelitian dan pembahasan tentang Motivasi dalam mengikuti Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 1 Mandau menunjukkan motivasi siswa memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan memiliki presentase sebesar 87%, secara terperinci dalam faktor internal memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan presentase sebesar 89%, serta mempunyai beberapa indikator yaitu indikator atlet itu sendiri memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan presentase sebesar 89%, indikator tingkat pendidikan memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan presentase sebesar 86%, indikator pengalaman masa lalu memiliki kriteria motivasi sangat tinggi dengan presentase sebesar 94%, indikator cita-cita dan harapan memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan presentase sebesar 87%. Selanjutnya faktor eksternal memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan memiliki presentase sebesar 85%, serta mempunyai beberapa indikator yaitu beberapa indikator fasilitas sarana dan prasarana dengan memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan presentase sebesar 84%, indikator metode latihan memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan presentase sebesar 84%, serta indikator lingkungan atau iklim pembinaan memiliki kriteria tingkat motivasi sangat tinggi dengan presentase sebesar 88%. Sehingga bisa disimpulkan tingkat motivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Mandau sangat tinggi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Asmar, Jaya. 2008. *Futsal*. Pustaka Timur.
- Achmad, I. Z. (2016). *Hubungan Antara Power Tungkai, Koordinasi Mata- Tangan, Dan Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bola Voli*. Jurnal Pendidikan Unsika, 4(1), 78–90.

- Ardiansyah, O. G. (2016). *Motivasi Siswa Kelas X dan Kelas XI Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal di SMAN 1 Sedayu Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)*.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dimiyati, A. (2019). Tingkat Kejenuhan Guru Dalam Mengajar Pendidikan Jasmani Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di SMP Luar Biasa Di Kabupaten Karawang. *Jurnal Ilmiah Penjas*, 5(2), 37–47.
- Aswanto, R. D. (2021). *Survei Motivasi Peserta Didik dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal*. 3(1), 20–25.
- Husdarta. (2011). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Haryani, Ratna. 2014. *Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa Berprestasi dari Keluarga Tidak Mampu Secara Ekonomi*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* Vol 3, No. 01 , April 2014.
- Islami, Muhammad Afkarul. 2016. *Solo International Futsal Academy*, Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Irawan, Andri. 2009. *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- James Tangkudung & wahyuningtyas puspitorini. 2012. *Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Group).
- Saryono. 2006. *Futsal sebagai Salah Satu Permainan Alternatif untuk Pembelajaran Sepakbola dalam Pendidikan Jasmani*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, dan R&D*. Penerbit CV. Alfabeta: Bandung.