

PENGARUH LATIHAN *SHOOTING DRILL* TERHADAP AKURASI *SHOOTING* TIM FUTSAL SMA NEGERI 22 SURABAYA

Achmad Dian Muzammil¹, Imam Syafii², I Dewa Made Aryananda Wijaya Kusuma³, Afif Dwi Nugraha⁴

S1 Pendidikan Keahlian Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya

[*achmaddian.22039@mhs.unesa.ac.id](mailto:achmaddian.22039@mhs.unesa.ac.id)

Dikirim: 10-06-2026; Direview: 10-06-2026; Diterima: 18-06-2026;
Diterbitkan: 18-06-2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas latihan *shooting drill* dalam meningkatkan akurasi *shooting* pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya. Rendahnya ketepatan tembakan ke arah gawang menjadi salah satu kendala yang memengaruhi performa pemain dalam pertandingan sehingga diperlukan metode latihan yang mampu mengembangkan keterampilan *shooting* secara optimal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimen melalui desain *one-group pretest-posttest*. Sebanyak 16 pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya dilibatkan sebagai subjek penelitian dan mengikuti program latihan *shooting drill* selama 12 kali pertemuan dalam kurun waktu empat minggu. Data diperoleh melalui tes akurasi *shooting* yang diberikan sebelum dan sesudah perlakuan. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, dan uji *paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan *shooting* setelah pelaksanaan program latihan. Rata-rata skor peserta meningkat dari 14,8 pada pretest menjadi 22,2 pada posttest. Selain itu, hasil uji *paired sample t-test* menghasilkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa latihan *shooting drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi *shooting*. Temuan ini mengindikasikan bahwa latihan *shooting drill* dapat dijadikan sebagai alternatif metode latihan yang efektif dalam pengembangan keterampilan *shooting* pemain futsal.

Kata Kunci: *shooting drill*, akurasi *shooting*, futsal

Abstract

This study aimed to determine the effectiveness of shooting drill training in improving the shooting accuracy of futsal players at SMA Negeri 22 Surabaya. Poor shooting accuracy toward the goal is one of the factors affecting players' performance during matches; therefore, an appropriate training method is required to optimize shooting skills. This study employed a quantitative approach using a pre-experimental method with a one-group pretest-posttest design. A total of 16 futsal players from SMA Negeri 22 Surabaya participated as research subjects and completed a shooting drill training program consisting of 12 sessions over four weeks. Data were collected through a shooting accuracy test administered before and after the training program. Data analysis was conducted using descriptive statistics, normality testing, and a paired-sample t-test. The results indicated an improvement in shooting performance following the training intervention. The mean score increased from 14.8 in the pretest to 22.2 in the posttest. Furthermore, the paired-sample t-test yielded a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that shooting drill training had a significant effect on improving shooting accuracy. These findings suggest that shooting drill training can be used as an effective training method for developing shooting skills in futsal players.

Keywords: *shooting drill*, *shooting accuracy*, *futsal*

1. PENDAHULUAN

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat dan banyak diminati oleh kalangan pelajar. Istilah futsal berasal dari bahasa Portugis, *futebol de salão*, yang berarti sepak bola

dalam ruangan (Yoshida et al., 2023). Selain berfungsi sebagai sarana peningkatan kebugaran jasmani, futsal juga berperan dalam mengembangkan keterampilan teknik, kerja sama tim, disiplin, dan sportivitas peserta didik (Putri dkk., 2024). Karakteristik permainan futsal yang berlangsung dalam ruang sempit dengan tempo

permainan yang tinggi menuntut pemain memiliki kemampuan teknis yang baik serta kemampuan mengambil keputusan secara cepat dan tepat dalam berbagai situasi pertandingan (Imran dkk., 2022). Salah satu teknik dasar yang memiliki peran penting dalam permainan futsal adalah *shooting*. *Shooting* merupakan tindakan menendang bola ke arah gawang sebagai bentuk penyelesaian akhir serangan untuk menghasilkan gol. Keberhasilan *shooting* tidak hanya ditentukan oleh kekuatan tendangan, tetapi juga oleh ketepatan arah bola, koordinasi gerak, serta kemampuan pemain dalam memanfaatkan peluang yang tersedia (Rizki dkk., 2023). Dalam permainan futsal yang berlangsung cepat, kemampuan melakukan *shooting* secara akurat menjadi faktor penting yang menentukan efektivitas serangan dan hasil pertandingan.

Akurasi *shooting* merupakan kemampuan pemain dalam mengarahkan bola secara tepat ke sasaran yang dituju, khususnya pada area gawang yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang. Tingkat akurasi yang baik memungkinkan pemain memaksimalkan peluang menjadi gol, sedangkan akurasi yang rendah dapat menyebabkan kegagalan dalam penyelesaian akhir dan menurunkan produktivitas tim (Asyari dkk., 2023). Selain dipengaruhi oleh kemampuan teknik, akurasi *shooting* juga berkaitan dengan koordinasi motorik, konsentrasi, kepercayaan diri, serta kemampuan mengambil keputusan dalam kondisi permainan yang dinamis (Blinov & Babushkin, 2025).

Peningkatan akurasi *shooting* memerlukan program latihan yang terencana dan berkesinambungan. Salah satu metode latihan yang banyak digunakan dalam pembelajaran keterampilan olahraga adalah metode *drill*. Latihan *drill* merupakan metode latihan yang dilakukan melalui pengulangan gerakan secara sistematis dan terstruktur untuk membentuk pola gerak yang benar serta meningkatkan penguasaan keterampilan teknik (Gronwald dkk., 2020). Pengulangan yang dilakukan secara konsisten dapat membantu meningkatkan koordinasi neuromuskular, memperkuat memori otot, serta membentuk otomatisasi gerakan sehingga pemain mampu mengeksekusi teknik dengan lebih efektif saat pertandingan berlangsung (Rizki dkk., 2023).

dari berbagai posisi, sudut, dan situasi permainan. Istilah latihan dapat diartikan suatu proses yang dilakukan secara berkelanjutan dan terstruktur dengan tujuan meningkatkan kapasitas fisik, keterampilan teknis, serta kesiapan mental dalam suatu bidang, termasuk olahraga (Yurevich, 2022). Melalui program latihan tersebut, atlet dapat membangun ketangguhan mental yang memungkinkan mereka untuk tetap fokus dan stabil, bahkan ketika menghadapi tekanan selama kompetisi (Putri dkk., 2025). Dalam konteks futsal, *shooting drill* merupakan bentuk latihan yang berfokus pada pengulangan teknik *shooting*. Latihan ini bertujuan untuk meningkatkan akurasi, kekuatan tendangan, konsistensi gerakan, serta kecepatan pengambilan keputusan pemain saat

melakukan penyelesaian akhir (Supriyanto dkk., 2023). Melalui latihan yang dilakukan secara berulang dan terstruktur, pemain dapat mengembangkan kemampuan *shooting* yang lebih efektif dan sesuai dengan tuntutan permainan futsal modern.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa metode latihan yang berfokus pada teknik *shooting* memberikan dampak positif terhadap peningkatan akurasi tendangan. Madu dkk. (2022) menemukan bahwa latihan *drill* memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pemain futsal. Penelitian Anam dan Azizah (2025) menunjukkan bahwa latihan *shooting* berbasis target mampu meningkatkan ketepatan tendangan pemain futsal usia 15 tahun. Selain itu, Syofyan dkk. (2022) melaporkan bahwa latihan *drill shooting* menggunakan punggung kaki dan kaki bagian dalam efektif meningkatkan kecepatan dan akurasi *shooting*. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Supriyanto dkk. (2023) dan Amalia dan Lestari (2025) yang menyatakan bahwa latihan berbasis target dapat meningkatkan ketepatan tembakan pemain futsal.

Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan efektivitas latihan *shooting* dalam meningkatkan kemampuan menembak, penelitian yang secara khusus menguji pengaruh program *shooting drill* pada pemain futsal tingkat sekolah menengah atas dalam kegiatan ekstrakurikuler masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada atlet klub, akademi, atau kelompok usia yang berbeda sehingga hasilnya belum tentu menggambarkan kondisi pemain futsal tingkat SMA. Selain itu, karakteristik peserta, lingkungan latihan, dan program pembinaan sekolah dapat memengaruhi efektivitas metode latihan yang diterapkan.

Berdasarkan hasil observasi awal pada tim futsal SMA Negeri 22 Surabaya, ditemukan bahwa akurasi *shooting* pemain masih belum optimal. Beberapa pemain masih mengalami kesulitan dalam mengarahkan bola ke sasaran secara konsisten sehingga peluang yang tercipta sering kali tidak menghasilkan gol. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penerapan metode latihan yang lebih terstruktur dan spesifik untuk meningkatkan kemampuan *shooting* pemain. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan program *shooting drill* yang dilaksanakan secara sistematis selama 12 sesi latihan dalam kurun waktu empat minggu pada pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya untuk mengukur pengaruhnya terhadap peningkatan akurasi *shooting*. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting drill* terhadap peningkatan akurasi *shooting* pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimen dan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design*. Desain

ini dipilih untuk mengidentifikasi perubahan yang terjadi secara langsung akibat intervensi latihan yang diberikan kepada kelompok sampel (Sugiyono, 2022). Pengukuran dilakukan melalui tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) pada kelompok yang sama sehingga pengaruh perlakuan terhadap peningkatan akurasi shooting dapat diketahui. Rancangan penelitian ditunjukkan sebagai berikut:

Tabel 1. *Group Pretest Dan Posttest Design*

O ₁	X	O ₂
Pre-test	Treatment	Post-test

Penelitian dilaksanakan di lapangan SMA Negeri 22 Surabaya selama empat minggu. Program latihan diberikan sebanyak 12 sesi dengan frekuensi tiga kali per minggu. Populasi penelitian berjumlah 16 pemain ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 22 Surabaya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Kriteria inklusi meliputi pemain yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal, berada dalam kondisi sehat, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Adapun peserta yang mengalami cedera selama penelitian atau memiliki tingkat kehadiran kurang dari 90% dikeluarkan dari penelitian.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah latihan *shooting drill*, sedangkan variabel terikatnya adalah akurasi *shooting*. Program latihan *shooting drill* diberikan selama 12 pertemuan dengan berbagai variasi tembakan dari beberapa posisi dan sudut yang dilakukan secara berulang dan terstruktur untuk meningkatkan ketepatan tendangan pemain. Pengukuran akurasi *shooting* dilakukan menggunakan instrumen tes *shooting* yang diadaptasi dari instrumen Arki Taupan Maulana yang dikutip oleh Heriyanto (2016). Setiap pemain melakukan 10 kali percobaan *shooting* ke gawang yang telah dibagi menjadi beberapa zona penilaian. Skor diberikan berdasarkan zona target yang terkena dan kemudian dijumlahkan sebagai nilai akurasi *shooting* pemain.

Data penelitian dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS versi 22. Analisis diawali dengan statistik deskriptif untuk memperoleh nilai rata-rata, standar deviasi, nilai minimum, dan maksimum. Selanjutnya dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50 orang. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *paired sample t-test* dengan taraf signifikansi 0,05 untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting drill* terhadap akurasi *shooting* pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya

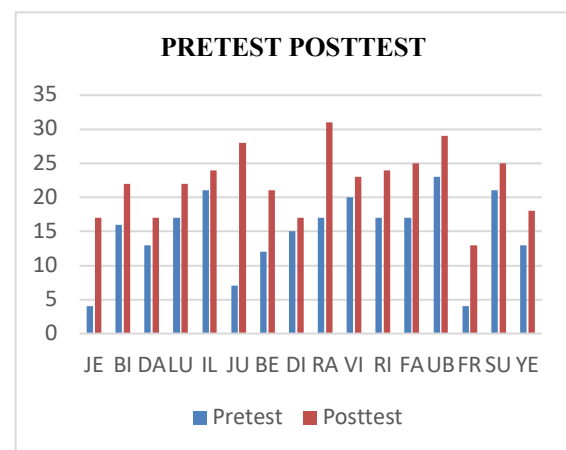
3. HASIL

Penelitian ini melibatkan 16 pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya yang mengikuti program latihan *shooting drill* selama 12 sesi dalam empat minggu. Pengukuran akurasi *shooting* dilakukan melalui tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*). Setiap pemain melakukan 10

kali percobaan *shooting* dari jarak 10 meter ke arah gawang yang telah dibagi menjadi beberapa zona penilaian.

Tabel 2. Hasil Pretest dan Posttest Akurasi *Shooting*

No	Nama	Pretest	Posttest
1	JE	4	17
2	BI	16	22
3	DA	13	17
4	LU	17	22
5	IL	21	24
6	JU	7	28
7	BE	12	21
8	DI	15	17
9	RA	17	31
10	VI	20	23
11	RI	17	24
12	FA	17	25
13	UB	23	29
14	FR	4	13
15	SU	21	25
16	YE	13	18



Grafik 1. Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest Akurasi *Shooting*

Berdasarkan Tabel 2 dan Grafik 1, sebagian besar pemain mengalami peningkatan skor akurasi *shooting* setelah mengikuti program latihan *shooting drill*. Seluruh peserta menunjukkan nilai posttest yang lebih tinggi dibandingkan pretest dengan peningkatan skor yang bervariasi. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan kemampuan akurasi *shooting* setelah pemain mengikuti program latihan *shooting drill*.

Tabel 3. Deskripsi Hasil *Pretest Posttest*

	Mean	Minimum	Maksimum	Std. Deviation
Pretest	14.8	4	23	5.77
Posttest	22.2	13	31	4.93

Berdasarkan Tabel 3, rata-rata skor akurasi *shooting* meningkat dari 14,8 pada pretest menjadi 22,2 pada posttest. Selain itu, nilai minimum meningkat dari 4 menjadi 13, sedangkan nilai maksimum meningkat dari 23 menjadi 31. Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan *shooting* setelah pelaksanaan program latihan *shooting drill*.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Variabel	Sig.	Keterangan
Pretest	0.140	Berdistribusi Normal

Posttest	0.853	Berdistribusi Normal
----------	-------	----------------------

Berdasarkan Tabel 4, seluruh variabel penelitian baik pada data pretest maupun posttest memiliki nilai signifikansi yang melampaui ambang batas 0,05. Kondisi ini mengindikasikan bahwa data penelitian berdistribusi normal sehingga memenuhi asumsi normalitas yang dipersyaratkan dalam analisis parametrik. Dengan demikian, data dapat dilanjutkan pada tahap pengujian hipotesis menggunakan *paired sample t-test*.

Tabel 5. Hasil Uji *Paired Sample t-Test*

Variabel	Mean Differen ce	t	df	Sig. (2- tailed)	Keteran gan
Pretest- Posttest	-7.44	-5.974	15	0.000	Signifika n

Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest. Selain itu, selisih rata-rata sebesar 7,44 poin mengindikasikan adanya peningkatan akurasi *shooting* setelah diberikan perlakuan berupa latihan *shooting drill*. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan *shooting drill* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan latihan *shooting drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya. Temuan ini terlihat dari adanya peningkatan kemampuan *shooting* setelah peserta mengikuti program latihan yang dilaksanakan selama 12 sesi. Perbedaan hasil antara pretest dan posttest mengindikasikan bahwa latihan yang diberikan mampu memperbaiki ketepatan pemain dalam mengarahkan bola ke sasaran. Dengan demikian, metode *shooting drill* dapat dianggap efektif dalam mendukung pengembangan keterampilan *shooting* pada pemain futsal tingkat sekolah menengah.

Secara teoritis, peningkatan kemampuan ini tidak terlepas dari peran sistem neuromuskular, yaitu kerja sama antara sistem saraf dan otot dalam menghasilkan gerakan yang terkoordinasi (Rosita dkk., 2019). Melalui latihan yang dilakukan secara berulang, pemain memperoleh kesempatan untuk menyempurnakan teknik dasar *shooting*, termasuk penempatan kaki tumpu, keseimbangan tubuh, arah pandangan, dan kontak kaki dengan bola. Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya ketepatan tendangan saat mengarahkan bola ke area target.

Selain faktor pengulangan gerak, peningkatan akurasi *shooting* juga dipengaruhi oleh penerapan prinsip progresivitas dalam program latihan. Tahapan latihan dirancang dari bentuk yang sederhana menuju bentuk yang lebih kompleks sehingga pemain dapat menguasai teknik dasar terlebih dahulu sebelum

menghadapi variasi latihan yang menyerupai situasi pertandingan (Susilo dkk., 2025). Program latihan yang dilakukan secara teratur sebanyak tiga kali dalam seminggu selama empat minggu memberikan kesempatan bagi pemain untuk beradaptasi secara bertahap, memperbaiki kesalahan teknik, serta meningkatkan konsistensi dalam melakukan *shooting*. Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Syofyan dkk. (2022) yang melaporkan bahwa latihan *drill shooting* mampu meningkatkan ketepatan tendangan melalui pengulangan gerak yang terencana. Hasil serupa juga ditemukan oleh Madu dkk. (2022) yang menyatakan bahwa metode *drill* berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pemain futsal. Kesamaan hasil tersebut memperkuat asumsi bahwa latihan yang berorientasi pada repetisi teknik secara terstruktur merupakan pendekatan yang efektif dalam mengembangkan keterampilan *shooting*.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan akurasi *shooting* tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan fisik, tetapi juga oleh kualitas penguasaan teknik yang diperoleh melalui latihan yang terarah dan berkesinambungan. Oleh karena itu, metode *shooting drill* dapat direkomendasikan sebagai salah satu alternatif program latihan untuk meningkatkan keterampilan *shooting* pemain futsal, khususnya pada jenjang sekolah menengah atas.

5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan seluruh rangkaian penelitian yang telah peneliti lakukan, dapat disimpulkan bahwa latihan *shooting drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pemain futsal SMA Negeri 22 Surabaya. Peningkatan kemampuan tersebut terlihat dari hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan *shooting drill* efektif dalam meningkatkan ketepatan pemain dalam mengarahkan bola ke sasaran melalui pengulangan gerakan yang terstruktur dan berkesinambungan. Oleh karena itu, metode *shooting drill* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif program latihan untuk meningkatkan keterampilan *shooting* pada pemain futsal tingkat sekolah menengah.

Rekomendasi yang dapat diberikan adalah agar pelatih futsal mengintegrasikan latihan *shooting drill* secara terprogram dalam proses latihan untuk meningkatkan akurasi tembakan pemain. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, kelompok kontrol, serta mengkaji pengaruh *shooting drill* terhadap aspek keterampilan futsal lainnya seperti kecepatan tendangan, efektivitas penyelesaian akhir, atau performa dalam situasi pertandingan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Negeri Surabaya, khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, atas dukungan akademik dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian. Penulis juga menyampaikan penghargaan kepada Prof. Dr. Imam Syafii, M.Kes. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, serta bimbingan selama penyusunan dan pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih turut disampaikan kepada pelatih dan seluruh anggota tim futsal SMA Negeri 22 Surabaya yang telah bersedia menjadi subjek penelitian serta berpartisipasi secara aktif selama proses pengambilan data berlangsung.

REFERENSI

- Amalia, S. R. D., & Lestari, B. (2025). Pengaruh model latihan target terhadap ketepatan *shooting* pada pemain futsal putri Yanitra Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 8(4), 1059–1063.
- Asyhari, M., Permadi, A. A., Sonjaya, A. R., & Ishak, M. (2023). Perbandingan shooting ketiga bagian kaki terhadap ketepatan shooting pemain sepakbola. <https://doi.org/10.37058/sport>
- Blinov, V. A., & Babushkin, G. D. (2025). Effectiveness of shots on goal from different zones of the playing field in professional futsal teams. *Nauka i Sport: Sovremennye Tendencii*, 13(3), 60–64. <https://doi.org/10.36028/2308-8826-2025-13-3-60-64>
- Gronwald, T., Törpel, A., Herold, F., & Budde, H. (2020). Perspective of dose and response for individualized physical exercise and training prescription. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 5(3), 48. <https://doi.org/10.3390/jfink5030048>
- Heriyanto, L. (2016). Pengaruh latihan variasi menendang ke berbagai sasaran untuk meningkatkan ketepatan shooting menggunakan punggung kaki siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMPN 2 Depok Tahun 2016. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 1(5).
- Imran, A. A. M., Fathoni, M., & Subekti, N. (2022). Faktor kondisi fisik dominan pemain futsal.
- Madu, R. S., Raharjo, H. P., & Raharjo, A. (2022). Pengaruh latihan drill dan kekuatan tungkai terhadap ketepatan tembakan pemain futsal SMAN 1 Kota Gorontalo. *Jurnal Olahraga Terapan*, 10(1), 50–58.
- Putri, R. S., Noviansyah, M. A., Arkaan, S. M., Muhammad, Z. N., Harefa, A. S., & Rizkyanfi, M. W. (2024). Implementasi kegiatan ekstrakurikuler futsal untuk membentuk karakter siswa. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 24(1), 1–4. <https://doi.org/10.36728/jis.v24i1.3132>
- Putri, M. W., Panggraita, G. N., Tresniwati, I., & Nooryana, S. (2025). *Mental Training for Athletes in Achieving Maximum Performance. GANDRUNG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 1853–1859. <https://doi.org/10.36526/gandrung.v6i1.4209>
- Rizki, A., Sutisyana, A., & Restu Ilahi, B. (2023). Pengaruh latihan metode drill terhadap ketepatan shooting futsal pemain FORKIP UNIB. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 60–70. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v4i1.24551>
- Rosita, T., Hernawan, H., & Fachrezzy, F. (2019). Pengaruh keseimbangan, kekuatan otot tungkai, dan koordinasi terhadap ketepatan shooting futsal. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 117–126.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, 2191 kualitatif, dan R&D (Edisi Terbaru)*. Alfabeta.
- Supriyanto, N. A., Fadlani, R., & Fepriyanto, A. (2023). Peningkatan akurasi shooting pemain MA Al-Amien Jambu dengan latihan target game dalam permainan futsal. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 12–22. <https://doi.org/10.32528/sport-mu.v4i1.18581>
- Susilo, P., Hadi, S. R., Darisman, E. K., & Utomo, G. M. (2025). Penerapan Pembelajaran Gerak Sederhana Menuju Gerak Kompleks pada Hasil Belajar Shooting Pemain Futsal. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)*, 10(2).
- Syofyan, R. R., Kardjono, K., & Hidayah, N. (2022). Penerapan metode latihan drill shooting menggunakan punggung kaki dan kaki bagian dalam terhadap kecepatan dan ketepatan shooting futsal. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 14(2), 112–116. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v14i2.50137>
- Yoshida, K., Tateishi, T., & Morimoto, Y. (2023). Futsal injuries: A 7-season incidence and characteristics. *JSAMS Plus*, 2, 100027. <https://doi.org/10.1016/j.jsampl.2023.100027>
- Yurevich, D. A. (2022). Means of Physical Development Measures in Sports and Physical Training. *Current Research Journal of Pedagogics*, 3(03), 34–40. <https://doi.org/10.37547/pedagogics-crjp-03-03-08>