

## DAFTAR PUSTAKA

- Adim, R. (2018). *Pengaruh Latihan Calf Raises Dan Penambahan Latihan Resistance Band Terhadap Peningkatan Kelincahan Pada Pemain Futsal.*
- Akbar, M. (2021). *Pengaruh Latihan Single Leg Hop Dan Double Leg Hop Serta Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Peningkatan Power Tungkai Pada Pemain Sepakbola Di Man 1 Bangka Barat.*
- Albana, R. A. (2023). *Pengaruh Latihan Calf Raises Terhadap Hasil Shooting Sepakbola Pada Ssb Putra Utama Desa Setiadarma. Universitas Islam" 45" Bekasi.*
- Aliriad, H., Da'i, M., & Apriyanto, R. (2023). Strategi Peningkatan Motorik untuk Menstimulus Motorik Anak Usia Dini melalui Pendekatan Aktivitas Luar Ruangan. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4609–4623.
- Aminullah, W., Ilham, I., & Decheline, G. (2022). Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kecepatan Atlet Futsal Special Olympics Indonesia (SOIna) di SLB Sri Soedewi Jambi. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 4(2), 175–184.
- Anjasmara, B., Widanti, H. N., & Mulyadi, S. Y. (2021). Kombinasi Calf Raise Exercise dan Core Stability Exercise Dapat Meningkatkan Keseimbangan Tubuh pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 3(1), 46–52.  
<https://doi.org/10.22219/physiohs.v3i1.17162>
- Aprilia, K. N., Kristiyanto, A., & Doewes, M. (2018). Analisis penerapan prinsip-prinsip latihan terhadap peningkatan kondisi fisik atlet bulu tangkis PPLOP Jawa Tengah tahun 2017/2018. *Journal Power of Sports*, 1(1), 55.
- Arham, S. (2019). Kontribusi kekuatan, kecepatan, kelincahan dan percaya diri terhadap keterampilan teknik pada permainan futsal. *Exercise: Journal of Physical Education and Sport*, 1(1), 10–24.

- Arifin, J. (2017). *SPSS 24 untuk Penelitian dan Skripsi*. Elex Media Komputindo.
- Arifin, Z. (2018). Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (Skj) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di Min Donomulyo Kabupaten Malang. *Journal AL-Mudarris*, 1(1), 22. <https://doi.org/10.32478/al-mudarris.v1i1.96>
- Armando, L. A. (2020). *Pengaruh Latihan Menendang Bola Ke Target Dari Berbagai Jarak Terhadap Keterampilan Shooting Dalam Permainan Futsal (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 5 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2019/2020)*. Universitas Siliwangi.
- Arwandi, J., Ridwan, M., Irawan, R., & Soniawan, V. (2020). Pengaruh Bentuk Latihan Squat Jump Terhadap Kekuatan Shooting Sepakbola Atlet Pro: Direct Academy. *Jurnal MensSana*, 5(2), 182–190.
- Atmojo, R. T., & Bulqini, A. (2019). Analisis Teknik Dasar *Passing* Dan Shooting Pada Pertandingan Babak Final Four Pro Futsal League 2018 Tim Vamos Mataram. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(2).
- Buya, P. A., Tamunu, D., & Sumarauw, F. D. (2021). Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Dalam Permainan Futsal. *Physical: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 108–122.
- Candra, O., Prasetyo, T., & Rahmadani, A. (2023). *Pembentukan Karakter Melalui Olahraga*. Eureka Media Aksara.
- Frayogha, J. (2019). Pengaruh Latihan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Akurasi Shooting Pemain Futsal. *Jurnal Patriot*, 1(3), 919–931.
- Ginting, S. S., Syafrial, S., & Defliyanto, D. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Control, Heading Dan *Passing* Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 13 Kota Bengkulu. *Kinestetik*, 3(1), 118–124. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i1.8820>
- Hadi, F. K. (2020). Aktivitas olahraga bersepeda masyarakat di Kabupaten Malang pada masa pandemi Covid-19. *Sport Science and Education*

*Journal, 1(2).*

- Hadi, R. (2019). Pengaruh Metode Latihan Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Futsal. *Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 3(2), 108. <https://doi.org/10.24114/so.v3i2.15201>
- Haikal, W. M. (2020). *Perancangan Gedung Olahraga Ramah Difabel di Gentan, Sleman dengan Pendekatan Universal Design*.
- Hanafi, M., & Prastyana, B. R. (2020). *Metodologi kepelatihan olahraga tahapan & penyusunan program latihan*. Jakad Media Publishing.
- Hariyanti, W., Astra, I. ketut B., & Suwiwa, I. G. (2019). Pengembangan Model Latihan Fleksibilitas Tingkat Pemula dalam Pembelajaran Pencak Silat. *Jurnal Penjakora*, 6(1), 57. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v6i1.17713>
- Hertina, D., Sulasmi, S., Taufik, M. Z., Sutarto, S., Aziza, N., Suharyanto, S., Heryani, A., Iskandar, A., & Lukito, D. (2024). *Buku Ajar Metode Penelitian Bisnis*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Husnul, D. (2022). Meningkatkan Kemampuan Teknik Ollie Pada Olahraga Skateboard Melalui Metode Latihan Calf Raises Dan Jumping Jack. *Jurnal Sport Science*, 12(1), 33–37.
- Hutomo, K. dan P. (2019). *Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Melalui Penggunaan Media Video pada Mahasiswa Putra Penghobi Futsal*, || *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*, pp. 21–24. 21–24.
- Ibrahim, M. B., Sari, F. P., Kharisma, L. P. I., Kertati, I., Artawan, P., Sudipa, I. G. I., Simanihuruk, P., Rusmayadi, G., Nursanty, E., & Lolang, E. (2023). *Metode Penelitian Berbagai Bidang Keilmuan (Panduan & Referensi)*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Ismayani, A. (2019). *Metodologi penelitian*. Syiah Kuala University Press.
- Jaya, I. P. P., & Astrawan, I. P. (2023). Comparative Test Circuit Training To Increase Leg Muscle Strength. *Jurnal EduHealth*, 14(02), 1197–1202.
- Jiménez, L. E. C., Fonseca, J. R., Riveros, R. A. G., & Otalora, A. F. C.

- (2019). Índices de potencia anaeróbica en tren inferior en selecciones un-jugadores de fútbol vs jugadores de la selección de fútbol de salón. *Movimiento Científico*, 13(1), 15–22.
- Jumaking, J. (2020). Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Shooting Ke Gawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sman 2 Kolaka. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 122–131.
- Karim, A., Syafruddin, M. A., Ikadarny, I., & Hasbillah, M. (2023). Analisis Komponen Fisik Terhadap Kemampuan *Passing* Cabang Olahraga Futsal Siswa SMA Negeri 8 Makassar. *Gerak: Journal of Physical Education, Sports, and Health*, 3(1), 33–38.
- Khadhiroh, M. R., & Kumaat, N. A. (2018). Peningkatan Keseimbangan Statis Dan Dinamis Pada Wanita Lansia Melalui Senam Bugar Lansia Posyandu Lansia Berseri Bancar Tuban. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2), 1–11.
- Kholil, R. (2021). Korelasi Kekuatan Otot Tungkai, Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kecepatan Dribbling Dalam Permainan Futsal Pada Pemain Futsal Inang Fc Tahun 2021. *Journal Coaching Education Sports*, 2(2), 137–150.
- Lestari, E. T. (2020). *Cara praktis meningkatkan motivasi siswa sekolah dasar*. Deepublish.
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model Latihan Dribling Sepakbola Untuk Pemula Usia Sma. *Sport Science And Education Journal*, 1(2).
- Martin, R., Satinem, Y., & Fikri, A. (2022). Analisis Teknik Dasar Pemain Futsal Tim Prasetya United Lubuklinggau. *E-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 2(2), 73–78.
- Mulyono, M. A. (2017). Buku Pintar Futsal. *Anugrah, Jakarta*.
- Muryadi, A. D., & Hakim, A. R. (2019). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Shooting Pada Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 1 Mayong Kabupaten Jepara. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 5(1).

- Pramuja, A. A. (2019). *Pengaruh Latihan Calf Raises Untuk Peningkatan Vertical Jump Pada Tim Basket Charis National Academy*. University of Muhammadiyah Malang.
- Purwanti, A. S. (2023). *Hubungan Kebugaran Jasmani Dengan Prestasi Belajar PJOK Siswa Kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Tenggara*.
- Putra, S. S. (2016). Calf Raises Exercise dan Ankle Hops Sama Baiknya Terhadap Peningkatan Daya Tahan Otot Gastrocnemius. *Jurnal Fisioterapi*, 1–15.
- Putri, F. (2021). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Motivasi Berprestasi Dalam Bermain Futsal Pada Pemain Futsal Di Kota Medan*. Universitas Medan Area.
- Rachim, A. (2022). Analisis Keterampilan Teknik Menendang Bola Ke Gawang (Finishing) Sebagai Faktor Penentu Kemenangan Club Black Steel Vs Skn Kebumen Fc Pada Liga Futsal Profesional Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(01), 159–168.
- Rahardjo, M. (2017). *Studi kasus dalam penelitian kualitatif: konsep dan prosedurnya*.
- Rahmawati, A., Ishak, D., & Yusniar, Y. (2019). Determinan Harga Saham Pada Bursa Efek Indonesia (Periode 2014-2019). *Seiko: Journal of Management & Business*, 2(2), 256–262.
- Ridlo, A. F. (2019). Pengaruh Metode Latihan Slalom Dribble Terhadap Keterampilan Dribbling Sepak Bola Mahasiswa Pjkr Universitas Islam 45 Bekasi. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(1), 15–21.
- Rinaldi, M., & Rohaedi, M. S. (2020). *Buku Jago Futsal*. Ilmu Cemerlang Group.
- Rohman, A., Ismaya, B., & Syafei, M. M. (2021). Survei Teknik Dasar Passing Kaki Bagian dalam Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMK Pamor Cikampek. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(6), 357–366.
- Romanda, R. (2022). *Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Permainan Sepakbola Pada Atlet*

- SSB Khatulistiwa Kabupaten Kampar*. Universitas Islam Riau.
- Saifudin, H., Aliriad, H., Da'i, M., Herminda, M. A. Y., & Nila, S. (2023). Pengaruh Latihan Imagery Terhadap Akurasi Service Floating Bolavoli Pada Extrakurikuler Bolavoli MA Sunan Bonang Parengan. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(1), 107–121.
- Salahudin, S., & Rusdin, R. (2020). olahraga meneurut pandangan agama islam. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3).
- Saleh, S. (2017). *Analisis data kualitatif*. Pustaka Ramadhan, Bandung.
- Sandika, A. (2021). *Penerapan Model Latihan Daya Tahan Kardiovaskuler With The Ball Permainan Sepak Bola Pada SSB BU Pratama*. Universitas Teknokrat Indonesia.
- Saputra, R. N., & Yarmani, Y. (2019). Pengaruh metode latihan terpusat dan metode latihan acak terhadap kemampuan teknik dasar futsal. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(1), 108–117.
- Sara, E. (2019). *Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi Turf Toe*. Universitas Kristen Indonesia.
- Sintaro, S., Surahman, A., & Khairandi, N. (2020). Aplikasi pembelajaran teknik dasar futsal menggunakan augmented reality berbasis android. *Telefortech: Journal of Telematics and Information Technology*, 1(1), 22–31.
- Sopianto, R., Latif, S., Paddiyatu, N., Syahriyunita, A., Amalia, A. A., & Fuadillah, S. (2022). Perancangan Futsal Center di Makassar dengan Pendekatan Konsep Arsitektur Kontemporer. *Journal of Muhammadiyah's Application Technology*, 1(2).
- Sugiarto, T., Tomi, A., & Fauzi, I. A. (2020). Upaya meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* futsal menggunakan metode drill. *Sport Science and Health*, 2(3), 210–214.
- Sugiyono, P. D. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D (M. Dr. Ir. Sutopo. S. Pd. Alfabeta, Cv.
- Suhardianto, S., & Ismail, A. (2019). Pengaruh Latihan Variasi Tiang Rintang terhadap Keterampilan Shooting dalam Permainan Futsal

- pada Mahasiswa Universitas Megarezky. *Prosiding Seminar Nasional FKIP Universitas Muslim Maros, 1*, 132–136.
- Syahabilah, M. F. (2022). *Pengembangan model latihan endurance kardiorespirasi pada cabang olahraga futsal usia 17 tahun*. Universitas Islam" 45" Bekasi.
- Syarif, F., & Bahtra, R. (2023). The Effect of Slalom Dribble Training on Increasing the Ability to Dribbling Extracurricular Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara, Agam Regency. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)*, 3(2), 199–208.
- Tamammudin, M., & Widodo, A. (2020). Pengaruh Latihan Metode Circuit Training Terhadap Keterampilan Shooting Sepakbola. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(1).
- Wiarso, G. (2021). *Dasar-Dasar Kepeleatihan Olahraga*. Guepedia.
- Widodo, P., & Irawan, G. A. (2023). Tingkat Kemampuan Teknik Shooting Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smk Tamtama Karanganyar Kebumen. *Journal on Education*, 6(1), 138–148.



UNUGIRI