

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, F., Ruslan, & Tumuloto, E. H. (2024). *Pengaruh latihan resistance band terhadap kemampuan shooting dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VIII di MTs Muhammadiyah Kabila. Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(2).
- Ambarukmi, (2017). *Pelatihan Pelatih Fisik Level I*. Jakarta: Kemenpora.
- Aprizal dan Hardiyono (2021). *Efektivitas Model Latihan Kekuatan Otot Tungkai Menggunakan Karet Terhadap Jauhnya Tendangan Pemain Sepakbola PS Palembang U17*.
- Asmar. (2018). *Futsal: Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips Permainan. Ball Feeling Terhadap Tingkat Akurasi Passing Sepak Bola di SSB Kota Bengkulu*.
- Azahrah, F. R., Afrinaldi, R., & Fahrudin, F. (2021). *Keterlaksanaan Pembelajaran Bola Voli Secara Daring Pada SMA Kelas X SeKecamatan Majalaya. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 531538.
- Barrow Dan Harold M. (2019). *A Practical Approach To Measurement In Physical Education*. Printed In The United States Of Amerika.
- Bismar (2018). *Pengaruh Latihan Beban Kettler dan Latihan Berbeban Karet terhadap Jauhnya Tendangan Bola dalam Permainan Sepakbola Ditinjau dari Daya Ledak Tungkai pada Siswa SMA Negeri 8 Makassar*.
- Bompa. (2017). *Theory and Methodology of Training. The Key to Athletics Performance*. Second Edition Kendal/Hunt: Publishing Company. Champion Penebar Swadaya Group.
- Dalman. (2016). *Menulis Karya Ilmiah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Farhan, A., Riswanto, H., & Hidayat, R. (2022). *Pengaruh latihan resistance band dan latihan ban karet terhadap kemampuan shooting pada atlet sepakbola Kabupaten Luwu. Jurnal Pendidikan Glasser*, 10(10). Garaika dan Darmanah. (2019). *Metode Penelitian*. Lampung Cv. Tlira Tech.
- Halim. (2019). *1 Hari Pintar Main Futsal*. Yogyakarta: Media Presindo.
- Handayani (2022). *Pengaruh Latihan Massed Practice Terhadap Akurasi Tendangan Bola Ke Gawang Pada Klub Futsal Sma 2 Banda Aceh*. Banda Aceh: UBBG.
- Hariono, A. (2016). *Metode Melatih Fisik Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.

- Hidayat (2019). *Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Medicine Ball 2 Kg dan 3 Kg Terhadap Jauhnya Long Pass Pada Pemain Diklat Putra Kudus Tahun 2019*. Semarang: UNS.
- Irianto. (2017). *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga & Olahragawan*. Yogyakarta: Andi. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Komarudin. (2019). *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Kurniawan, (2016). *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Lhaksana, (2015). *Futsal: Taktik Dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be.
- Margono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta. Rajawali Pers.
- Makbul, M. (2021). Metode pengumpulan data dan instrumen penelitian.
- Marhaendro, (2018). *Dari Futsal Menuju Sepak Bola*. Artikel Jurnal UNJ. Volume 10.
- Muhlisin, M., & Nugroho, P. (1). (2018). *Pengaruh Latihan Tendangan Dengan Perubahan Jarak Dan Latihan Tendangan Dengan Mengubah Ukuran Target Terhadap Akurasi Tendangan Lambung Sepakbola Pada Ssb Putra Tugu Muda Semarang*. *Journal of Sport Science and Fitness*, 3(4). <https://doi.org/10.15294/jssf.v3i4.6281>.
- Prasetyo, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Rahman, dkk (2021). *Perbandingan Latihan Power Otot Tungkai Dan Latihan*.
- PUTRI, S. R. (2023). *Pengaruh Komunikasi Kelompok Terhadap Kesadaran Menggunakan Hijab Pada Ibuibu Perwira Marindal 1 Kelurahan Harjosari II* (Doctoral dissertation, Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik, Universitas Islam Sumatera Utara).
- Sajoto, M. (2018). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: DEPDIKBUD.
- Salimi, dkk (2021). *Pengaruh Latihan Jump To Box Terhadap Power Shooting Tim Tambora Futsal Akadem*. Seminar Nasional STKIP Kusuma Negara.
- Saputra (2019). *Perbandingan Latihan Heavy Ball Dan Weight Belt Terhadap Tembakan Langsung Jarak 6 Meter Pada Atlet Polo Air Putri DkiJakarta*. Jakarta: UNJ.
- Saryono. (2017). *Futsal Sebagai Salah Satu Alternatif Pembelajaran Sepakbola dalam Pendidikan Jasmani*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Vol 7 Nomor 65*.
- Siyoto, Sandu dan. Ali. Sodik. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sucipto, dkk. (2018). *Sepakbola*. Jakarta. Departemen Pendidikan Nasional.

Sudjana, (2016). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.

Sugiyono, (2019). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Bandung: Alfabeta.

Sukadiyanto. (2016). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Sukardi. (2016). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*.

Sutrisno Hadi, M. (2019). *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka.

Swarjana, I. K., & SKM, M. (2022). *Populasi-sampel, teknik sampling & bias dalam penelitian*. Penerbit Andi.

Taher, Alamsyah. (2016). *Metode Penelitian Sosial*. Banda Aceh: Syiah Kuala.

Taufiq, dkk (2022). *Buku Panduan Futsal (Metode Latihan) Small Side Games Modification Small Side Games dan Interval Training*. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.

Tenang (2017), *Mahir Bermain Futsal*, Jakarta: Dar Mizan.

Tenang, John D. (2017). *Jurus Pintar Main Bola*. Bandung: Mizan Media Utama.

Vähäkoitti, V. (2017). *Physical Performance Of Finnish Futsal Players*.

Gambar 2.1 *Teknik Menggiring Bola* (Sumber : Taufiq, dkk,2022:8).

Gambar 2.2 *Teknik Mengoper Bola* (Sumber : Taufiq, dkk, 2022:9).

Gambar 2.3 *Teknik Mengontrol Bola* (Sumber : Taufiq, dkk, 2020:10) Gambar 2.4 *Teknik Menembak Bola* (Sumber : Taufiq, dkk, 2020:12).

Gambar 2.3.2 *Karet Resistance Band* Sumber: [https:// images.app.goo.gl/JMicTULSC1bxwRSD8](https://images.app.goo.gl/JMicTULSC1bxwRSD8).

Gambar 2.16. *Kerangka Berfikir Gambar 3.1 Tes Shooting Bola Kesasaran* Sumber: Nurhasan (2001:163) dalam Abdul Harris Handoko (20018:74) Sumber: Hasan Said dalam Hablisyah Putra (2016:4).

Gambar 3.2 *Tes Shooting Bola Kesasaran* Sumber: Nurhasan (2001:163) dalam Abdul Harris Handoko (20018:74) Sumber: Hasan Said dalam Hablisyah Putra (2016:4).