

**ANALISIS AKURASI *SHOOTING* PEMAIN USIA 15 TAHUN DI
SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) GALASISWA DESA KECUBUNG
KECAMATAN PACE KABUPATEN NGANJUK PADA TAHUN 2026**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Pada Prodi PENJASKESREK FIKS UN PGRI Kediri



Oleh :

M. ANDIKA

NPM: 2215030288

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS) UNIVERSITAS
NUSANTARA PGRI KEDIRI**

2026

Skripsi oleh:

M. ANDIKA

NPM: 2215030288

Judul:

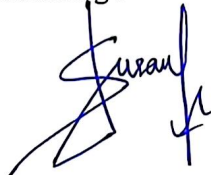
**ANALISIS AKURASI *SHOOTING* PEMAIN USIA 15 TAHUN DI
SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) GALASISWA DESA KECUBUNG
KECAMATAN PACE KABUPATEN NGANJUK PADA TAHUN 2026**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi
PENJASKESREK

FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal: 24 Juni 2026

Pembimbing I



Septyaning Lusianti, M.Pd.

NIDN: 0722098601

Pembimbing II



Irwan Setiawan, M.Pd.

NIDN: 0716028902

Skripsi oleh:

M. ANDIKA

NPM: 2215030288

Judul:

**ANALISIS AKURASI *SHOOTING* PEMAIN USIA 15 TAHUN DI
SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) GALASISWA DESA KECUBUNG
KECAMATAN PACE KABUPATEN NGANJUK PADA TAHUN 2026**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi
PENJASKESREK

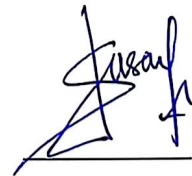
FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal: 13 Juli 2026

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Septyaning Lusianti, M.Pd.
2. Penguji I : Dr. Muhammad Yanuar Rizky, M.Pd
3. Penguji II : Irwan Setiawan, M.Pd.



Mengetahui,

Dekan FIKS



Dr. Nury Ahmad Muharram, M.Or

NIDN: 0703098802

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

Sukses bukan hanya tentang diriku,
tetapi tentang membahagiakan ayah dan ibu

Persembahan:

Karya ini saya persembahkan untuk keluarga yang tak pernah lelah memberikan dukungan dan semangat kepada saya dan orang-orang baik yang ada di sekitar saya.

RINGKASAN

M. ANDIKA, Analisis Akurasi *Shooting* Pemain Usia 15 Tahun di Sekolah Sepak Bola (SSB) Galasiswa Desa Kecubung Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk Pada Tahun 2026, Skripsi, PENJASKESREK, FIKS UN PGRI Kediri, 2026.

Kata Kunci: akurasi *Shooting*, sepak bola, pemain usia 15 tahun, SSB Galasiswa

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat akurasi *Shooting* pemain usia 15 tahun di SSB Galasiswa Desa Kecubung, Kecamatan Pace, Kabupaten Nganjuk. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Populasi sekaligus sampel penelitian berjumlah 20 pemain yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa tes akurasi *Shooting* dari jarak 16,5 meter dengan tiga kali kesempatan menendang. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif meliputi mean, median, modus, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pemain yang masuk kategori sangat baik (0%), kategori baik sebanyak 4 pemain (20%), kategori sedang sebanyak 6 pemain (30%), kategori kurang sebanyak 9 pemain (45%), dan kategori sangat kurang sebanyak 1 pemain (5%). Secara statistik diperoleh nilai mean 8, median 8, modus 5, standar deviasi 3,6, skor minimum 2, dan skor maksimum 15. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan akurasi *Shooting* pemain usia 15 tahun di SSB Galasiswa secara keseluruhan masih berada dalam klasifikasi kurang. Kondisi ini mengindikasikan perlunya program latihan yang lebih terstruktur dan berkelanjutan dengan penekanan pada pematapan teknik *Shooting*, pengembangan koordinasi mata-kaki, serta peningkatan power otot tungkai.

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT karena rahmat dan hidayahnya saya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Analisis Akurasi *Shooting* Pemain Usia 15 Tahun Di Sekolah Sepak Bola (SSB) Galasiswa Desa Kecubung Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk Pada Tahun 2025”. Adapun maksud dari penyusunan skripsi ini untuk memenuhi tugas akhir sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri. Dalam penyusunan ini banyak pihak yang membantu penulis, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah S.W.T
2. Dr. Zainal Afandi, M.Pd. selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri
3. Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains
4. Weda, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
5. Septyaning Lusianti, M.Pd. selaku Dosen pembimbing pertama yang degan sabar meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dan kepercayaan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Irwan Setiawan, M.Pd. selaku Dosen pembimbing kedua yang telah memberikan banyak waktu serta sabar dalam membimbing saya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar.
7. Seluruh Dosen dan Staff Universitas Nusantara PGRI Kediri yang telah memberikan pengetahuan, arahan dan bimbingan selama perkuliahan.
8. Kedua orang tua yang selalu mendukung dan memberikan doa, dukungan, dan semangat kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Ucapan terimakasih kepada semua pihak yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.

Penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dengan keterbatasan yang dimiliki. Kritik dan saran dari pembaca akan penulis terima dengan terbuka demi perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.

Kediri, 13 Juli 2026

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'M. Andika', written in a cursive style.

M. ANDIKA

NPM: 2215030288

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUTUAN	i
LEMBAR PERSETUTUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
RINGKASAN	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II	7
LANDASAN TEORI.....	7
A. Hakikat Permainan Sepak Bola.....	7
1. Pengertian Sepak Bola.....	7
2. Sarana dan Prasarana	9
3. Karakteristik pemain usia 15 tahun	11
4. Teknik Dasar Sepak Bola	13
5. Teknik Menyundul Bola (<i>Heading</i>)	14
6. Teknik Mengontrol Bola (<i>Controlling</i>).....	15
7. Teknik Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>).....	15
8. Teknik Menembak Bola Ke Gawang (<i>Shooting</i>)	16
9. Hakikat Power Otot Tungkai.....	17
10. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Power otot Tungkai	20
11. Teknik <i>Shooting</i> dalam Sepak Bola.....	21
12. Penelitian Terdahulu	26

B. Kerangka Berikir	27
C. Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III	29
METODOLOGI PENELITIAN	29
A. Desain Penelitian.....	29
B. Definisi Operasional.....	29
C. Instrumen Penelitian.....	29
D. Populasi dan Sampel	31
E. Prosedur Penelitian.....	32
F. Tempat dan Waktu Penelitian	32
G. Teknik Analisis Data.....	33
BAB IV	34
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian	34
1. Deskripsi Subjek.....	34
2. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	34
B. Pembahasan.....	37
BAB V	39
PENUTUP	39
A. Kesimpulan	39
B. Implikasi.....	39
C. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	43

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rumusan Kategori.....	30
Tabel 3.2 Waktu Penelitian.....	33
Tabel 4.1 Subjek Penelitian.....	34
Tabel 4.2 Kategori Tes Akurasi <i>Shooting</i>	35
Tabel 4.3 Deskripsi Statistik Akurasi <i>Shooting</i>	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan	9
Gambar 2.2 Gawang.....	10
Gambar 2.3 Teknik Passing	14
Gambar 2.4 Teknik Sundulan (<i>Heading</i>)	14
Gambar 2.5 Teknik Mengontrol Bola (<i>Controlling</i>).....	15
Gambar 2.6 Teknik Menggiring Bola (<i>Dribling</i>).....	16
Gambar 2.7 Teknik Menembak (<i>Shooting</i>).....	17
Gambar 2.8 Jaringan Otot Tungkai Atas.....	19
Gambar 2.9 Jaringan Otot Tungkai Bawah.....	20
Gambar 2.10 <i>Shooting</i> dengan Punggung Kaki	23
Gambar 2.11 <i>Shooting</i> dengan Kaki Dalam.....	25
Gambar 2.12 <i>Shooting</i> dengan Kaki Luar.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Izin Penelitian	46
2. Surat Keterangan Telah Melaksanakan.....	47
3. Kartu Bimbingan Siakad	48
4. Sertifikasi Bebas Plagiasi	49
5. Data Hasil Penelitian	50
6. Dokumentasi.....	51

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola menjadi salah satu cabang olahraga yang paling banyak diminati oleh masyarakat dari berbagai usia dan lapisan di berbagai negara. Permainan ini dilakukan dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan sebanyak mungkin melalui penguasaan permainan dan keterampilan menendang bola untuk memperoleh kemenangan. Popularitas sepak bola yang tinggi menjadikannya sebagai salah satu cabang olahraga yang terus dikembangkan dan dibina secara berkelanjutan. Upaya tersebut dilakukan karena olahraga tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk meraih prestasi, tetapi juga memberikan manfaat dalam menjaga kebugaran tubuh, mendukung kesehatan mental, serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Selain memberikan dampak positif pada masa sekarang, olahraga juga berperan dalam membentuk sumber daya manusia yang lebih berkualitas di masa mendatang. Bahkan, keberhasilan dalam bidang olahraga dapat menjadi media bagi suatu negara untuk memperkuat citra, meningkatkan pengaruh, serta memperoleh pengakuan di tingkat internasional. Dengan demikian, olahraga memiliki peran yang strategis dalam mendukung peningkatan kualitas masyarakat sekaligus menjadi salah satu sarana untuk mengangkat martabat bangsa. (Sugiono, 2024)

Menurut Muhajir yang dikutip dalam (Sugiono, 2024), Sepak bola merupakan permainan yang dimainkan dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin sekaligus mempertahankan gawang sendiri agar tidak kebobolan. Permainan ini mengandalkan kerja sama tim serta penguasaan berbagai teknik dasar untuk mencapai kemenangan.

Tingginya daya tarik yang dimiliki membuat sepak bola menjadi salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia. Tidak hanya di berbagai negara, antusiasme masyarakat terhadap sepak bola juga sangat besar di Indonesia, sehingga olahraga ini memiliki penggemar yang berasal dari berbagai kalangan dan kelompok usia. Antusiasme masyarakat yang tinggi terhadap olahraga ini menjadikan sepak bola sebagai permainan yang bersifat universal dan dapat dimainkan maupun dinikmati oleh semua kalangan, tanpa membedakan status sosial maupun jenis kelamin. Oleh karena itu, sepak bola telah berkembang menjadi olahraga yang memiliki daya tarik besar dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat Indonesia.

Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang sangat populer dalam kehidupan masyarakat Indonesia di berbagai kalangan. Hampir semua orang pernah memainkannya, baik anak-anak, remaja, maupun orang dewasa. Alasan mereka bermain pun beragam, mulai dari sekadar hiburan hingga untuk menjaga kesehatan.(Emil Anggariano, Rasyidah Jalil , Irsan Kahar, 2025)

Menurut Eko Supriyono (2018:40), Sepak bola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim, dengan masing-masing tim terdiri atas sebelas pemain. Setiap tim berusaha mencetak gol ke gawang lawan sambil mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan gol sehingga dapat memenangkan pertandingan. Untuk mencapai tujuan tersebut, para pemain harus memiliki penguasaan yang baik terhadap berbagai teknik dasar permainan. Menurut Farid Aprianova dalam Yunus (2013:3), teknik dasar sepak bola meliputi menendang bola, mengontrol atau menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, merebut bola dari lawan, melakukan lemparan ke dalam, melakukan gerakan tipu, serta mempertahankan penguasaan bola. Kemampuan dalam menguasai teknik-teknik dasar tersebut sangat menentukan kualitas permainan seorang pemain maupun tim secara keseluruhan. Oleh karena itu, penguasaan teknik dasar menjadi salah satu aspek yang berperan

penting dalam mendukung peningkatan prestasi dalam cabang olahraga sepak bola.

Dalam permainan sepak bola, setiap pemain dituntut untuk mampu menunjukkan performa yang optimal selama pertandingan berlangsung. Untuk mencapai hal tersebut, penguasaan teknik dasar menjadi salah satu faktor yang sangat penting. Menurut Ueberroth (2012:102), keberhasilan seorang pemain dalam permainan sepak bola tidak hanya ditentukan oleh kondisi fisik yang prima, tetapi juga oleh kemampuan teknik yang dikuasai. Penguasaan teknik yang kurang baik dapat menghambat pemain dalam melaksanakan tugas menyerang maupun bertahan secara optimal. Mengingat sepak bola melibatkan berbagai gerakan yang kompleks, setiap pemain dituntut memiliki kebugaran fisik yang baik serta keterampilan yang memadai. Dengan kondisi tersebut, pemain dapat bekerja sama secara efektif dengan rekan satu tim sehingga tujuan untuk mencapai prestasi yang diharapkan dapat terwujud. (Eko Supriyono, 2018:40).

Dalam permainan sepak bola, teknik menendang bola pada umumnya dibedakan menjadi dua, yaitu teknik mengoper bola (*passing*) dan teknik menembak ke arah gawang lawan (*Shooting*). Di antara kedua teknik tersebut, *Shooting* memegang peranan yang sangat penting karena menjadi cara utama untuk menghasilkan gol. Oleh karena itu, setiap pemain perlu memiliki kemampuan *Shooting* yang baik agar dapat memaksimalkan peluang yang diperoleh dan membantu tim meningkatkan kesempatan untuk meraih kemenangan dalam pertandingan. Menurut Abu Bakar (2020:2), *Shooting* adalah aspek yang sangat penting dalam permainan sepak bola yang perlu mendapat perhatian khusus dan dilatih secara rutin. Hal ini bertujuan agar kualitas permainan individu maupun tim meningkat, sehingga mampu menciptakan lebih banyak peluang dan menghasilkan gol.

Dalam permainan sepak bola, *Shooting* merupakan salah satu teknik dasar yang sangat menentukan keberhasilan tim dalam mencetak gol. Setiap pelaksanaan *Shooting* mencerminkan upaya pemain dalam

memberikan ancaman terhadap gawang lawan melalui tendangan yang diarahkan ke sasaran. Teknik ini menjadi bagian penting dalam proses penyelesaian akhir (*finishing*) suatu serangan. Ketidakmampuan pemain dalam melakukan *Shooting* dengan baik dapat mengakibatkan peluang yang tercipta tidak menghasilkan gol. Oleh karena itu, penguasaan teknik *Shooting* perlu ditingkatkan melalui latihan yang terprogram dan berkelanjutan sehingga efektivitas penyelesaian akhir dapat meningkat dan peluang mencetak gol dapat dimanfaatkan secara optimal. (Tamammudin & Achmad Widodo, 2020:112).

Pembinaan yang diberikan oleh pelatih di Sekolah Sepak Bola (SSB) Galasiswa mencakup aspek teknik, taktik, mental, serta kondisi fisik pemain. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti dengan pelatih, serta pengamatan langsung selama proses latihan berlangsung, diketahui bahwa sebagian besar pemain SSB Galasiswa masih mengalami kesulitan dalam menerapkan teknik *Shooting* secara tepat. Hal tersebut terlihat ketika pemain memperoleh peluang untuk melakukan tendangan ke arah gawang, namun bola yang dihasilkan sering kali tidak mengarah ke sasaran atau memiliki kecepatan yang rendah sehingga mudah diamankan oleh penjaga gawang lawan. Kondisi tersebut menyebabkan peluang untuk mencetak gol tidak dapat dimanfaatkan secara optimal. Selain itu, pada beberapa percobaan *Shooting*, arah datangnya bola masih mudah diprediksi sehingga penjaga gawang lawan dapat menangkap maupun menepis bola tanpa mengalami kesulitan yang berarti. Dengan demikian, kemampuan *Shooting* para pemain SSB Galasiswa masih memerlukan pembinaan dan peningkatan agar peluang mencetak gol dapat dimaksimalkan.

SSB Galasiswa merupakan salah satu sekolah sepak bola yang berfokus pada pembinaan atlet usia dini dengan kelompok usia 13 tahun, 15 tahun, dan 17 tahun. Dalam beberapa tahun terakhir, SSB Galasiswa menunjukkan perkembangan prestasi yang cukup baik, khususnya pada kelompok usia 15 tahun yang konsisten meraih hasil membanggakan. Hal ini dibuktikan dengan keberhasilan meraih juara 1 pada kompetisi Piala

Soeratin tingkat regional Kabupaten Nganjuk pada tahun 2023 dan 2024. Prestasi tersebut juga mengantarkan SSB Galasiswa sebagai wakil Kabupaten Nganjuk untuk mengikuti ajang Piala Soeratin tingkat provinsi pada tahun 2024 yang diselenggarakan di Kabupaten Nganjuk sebagai tuan rumah. Meskipun pada tingkat provinsi belum berhasil meraih prestasi yang maksimal, capaian tersebut menunjukkan adanya potensi dan kualitas pembinaan yang terus berkembang di SSB Galasiswa. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Sekolah Sepak Bola (SSB) Galasiswa Desa Kecubung Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk pada tahun 2026 yang dilatih oleh Tomi Mazda Dwipa dan diasistensi oleh Rafli Evan Danuarta. Alasan pemilihan lokasi penelitian ini karena mudah diakses serta adanya kedekatan peneliti dengan salah satu pihak di dalam SSB yang memahami kondisi akurasi *Shooting* pemain U-15 pada tahun 2026. Hal inilah yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan fokus utama pada hasil akurasi tendangan (*Shooting*).

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ” ANALISIS AKURASI *SHOOTING* PEMAIN USIA 15 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) GALASISWA DESA KECUBUNG KECAMATAN PACE KABUPATEN NGANJUK PADA TAHUN 2026”

B. Rumusan Masalah

Sebagaimana dijelaskan di latar belakang masalah, indentifikasi masalah, dan batasan masalah diatas, maka dapat disampaikan rumusan masalah pada studi ini adalah Analisis Akurasi Shooting Pemain Usia 15 Tahun Di Sekolah Sepak Bola (SSB) Galasiswa Desa kecubung Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk Pada Tahun 2026.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan di atas, tujuan dari studi ini yaitu untuk mengetahui analisis akurasi *Shooting* pemain usia 15 tahun di Sekolah Sepak Bola (SSB) Galasiswa Desa Kecubung Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk Pada Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

Pada penelitian analisis akurasi shooting ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Agar dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang ilmu keolahragaan, khususnya terkait dengan analisis akurasi shooting pada pemain usia 15 tahun di SSB Galasiswa. Penelitian ini juga dapat memberika referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan degan analisis akurasi shooting pemain sepak bola

2. Secara Praktis

a. Bagi pelatih

Menjadi bahan masukan dan acuan dalam memahami karakteristik hasil *Shooting* sehingga dapat digunakan untuk menyusun program latihan yang lebih efektif guna meningkatkan performa tendangan.

b. Bagi pemain

Memberikan gambaran mengenai tingkat kemampuan *Shooting* pemain sebagai dasar dalam mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki secara lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abarghoueinejad, M., Baxter-Jones, A. D. G., Gomes, T. N., Barreira, D., & Maia, J. (2021). Motor Performance in Male Youth Soccer Players: A Systematic Review of Longitudinal Studies. *Sports*, 9(4), 1–16.
- Anam, K. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(2), 78–88.
- Arikunto, 2010, *Prosedur Penelitian*, Rineka Cipta: Jakarta.
- Azis, Y. A., Safei, M., & Siswanto. (Tahun). Analisis tingkat pengetahuan siswa dalam pembelajaran permainan sepakbola kelas X di SMA Negeri 2 Telukjambe Timur pada masa pandemi COVID-19. *Nama Jurnal*.
- Bakar, A. (2021). Pengaruh Latihan Lunge Terhadap Keterampilan *Shooting* Sepak Bola Pada Ssb Sjs Usia 16-18 Tahun. *Babasal Sport Education Journal*, 1(2), 1-6.
- Guntur, S. P. W., & Sulaiman. (n.d.). Pengaruh latihan *Shooting* bola diam dan *Shooting* bola jalan terhadap ketepatan *Shooting* pemain usia 15 tahun Sekolah Sepakbola New Tugumuda Semarang. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.
- Hartati, S., et al. (2020). Pembelajaran pendidikan jasmani dalam meningkatkan keterampilan sepak bola siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 101–110.
- Hunter, A. H., Murphy, S. C., Michael J. Angilletta, J., & Wilson, R. S. (2018). Anticipating the direction of soccer penalty shots depends on the speed and technique of the kick. *Sports*, 6(3).
- Junaidi, A., Sugihartono, T., & Sutisyana, A. (n.d.). Pengaruh latihan variasi *Shooting* ke arah gawang terhadap akurasi *Shooting* dalam permainan

sepak bola pada pemain U-14 SSB Tunas Muda Bengkulu. Jurnal Pendidikan Jasmani, Universitas Bengkulu.

M. Taheri Akhbar. (2017). Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Explosive Power Otot Tungkai Terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Sepak Bola SMAN 3 Bengkulu Selatan. Jurnal Pendidikan Rokania. Vol. 2 No. 1 Hal. 73

Maulana, M. W., Iqbal, M., & ... (2020). Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Passing Sepak Bola dengan Menggunakan Metode Latihan Passing Diamond. Prosiding ..., 138–145.

Mielke, D. (2017). Dasar sepakbola. Pakar Raya.

Purwanto. (2012). Prinsip-Prinsip Dan Teknik Evaluasi Pengajaran. Bandung:PT Remaja Rosdakarya.

Rojali, A. P., Syafei, M. M., & Nugroho, S. (2021). Pemahaman Siswa terhadap Pembelajaran Permainan Sepakbola di Sekolah Menengah Atas pada Masa Pandemi Covid-19. Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 5(1), 118–126.

Setiadi. (2007). Anatomi dan fisiologi manusia. Graha Ilmu.

Syahidu, S. Y. (2022). Upaya meningkatkan keterampilan teknik dasar passing sepak bola melalui modifikasi permainan crossbar colour 1. 3(1), 190–196.

Tamammudin, M., & Widodo, A. (2020). Pengaruh Latihan Metode Circuit Training Terhadap Keterampilan *Shooting* Sepakbola. Jurnal Kesehatan Olahraga, 8(1).

Tovar, J. (2021). Soccer, World War II and coronavirus: a comparative analysis of how the sport shut down. Soccer and Society, 22(1–2), 66–74.

Witt, J. K. De, & Hinrichs, R. N. (2012). Mechanical factors associated with the development of high ball velocity during an instep soccer kick. Sports Biomechanics, 11(3), 382–390.

Widayanta, Indra. 2021. “Peningkatan Pembelajaran Dribble Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Sistem Personal Pada Siswa Kelas Iv Di Sekolah

Dasar Negeri 71 Pontianak Barat.” Jurnal Locomotor Ilmu Keolahragaan Viii(2014).

Widayanta, Indra. 2021. “Peningkatan Pembelajaran Dribble Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Sistem Personal Pada Siswa Kelas Iv Di Sekolah Dasar Negeri 71 Pontianak Barat.” Jurnal Locomotor Ilmu Keolahragaan Viii(2014).

Yusril Abdul Azis, Mury Safei, Siswanto. 2022. “Analisis Tingkat Pengetahuan Siswa dalam Pembelajaran Permainan Sepakbola Kelas X di SMA Negeri 2 Telukjambe Timur Pada Masa Pandemi Covid-19.” Ilmiah, Jurnal Pendidikan, Wahana 8(23): 25–30.

Yunus, M. (2013). Pengaruh latihan teknik dasar terhadap kemampuan bermain sepak bola. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 12(1), 1–10.