

Pengaruh Latihan Berbasis Kurikulum Pendidikan Jasmani terhadap Karakter dan Performa Atlet Futsal MAN 4 Bone

Mohammad Dika Raswadi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Corresponding Author: Mohammad Dika Raswadi, E-Mail: mohammad23dika@unm.ac.id

Published: November, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini menganalisis pengaruh latihan berbasis kurikulum pendidikan jasmani terhadap pengembangan karakter dan peningkatan performa atlet futsal MAN 4 Bone. Desain penelitian menggunakan quasi-experimental dengan model *pretest-posttest control group* yang melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang menerima program latihan berbasis kurikulum selama delapan minggu dan kelompok kontrol yang menjalani latihan konvensional. Instrumen penelitian terdiri atas angket karakter yang telah divalidasi serta tes performa futsal yang mencakup passing, dribbling, shooting, dan ball control. Analisis data menggunakan *paired sample t-test* dan *independent sample t-test* pada taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih signifikan pada karakter maupun performa dibandingkan kelompok kontrol. Perbedaan signifikan pada hasil *posttest* mengindikasikan bahwa pendekatan latihan yang diintegrasikan dengan tujuan kurikulum meliputi aspek afektif, kognitif, dan psikomotor lebih efektif dalam mendukung pembentukan nilai disiplin, kerja sama, sportivitas, serta penguatan keterampilan teknik dasar futsal. Temuan ini menegaskan bahwa pelatihan berbasis kurikulum tidak hanya meningkatkan kualitas performa atlet, tetapi juga memberikan kontribusi penting terhadap internalisasi nilai-nilai pendidikan jasmani. Penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi sekolah dan pelatih untuk merancang model pembinaan yang lebih holistik, terstruktur, dan selaras dengan tujuan pendidikan, sehingga pengembangan karakter dan performa atlet dapat dicapai secara optimal.

Kata kunci: latihan berbasis kurikulum, performa futsal, karakter atlet, pendidikan jasmani

ABSTRACT

This study analyzes the effect of curriculum-based training on character development and performance improvement of futsal athletes from MAN 4 Bone. The study design used a quasi-experimental pretest-posttest control group model involving two groups: an experimental group that received an eight-week curriculum-based training program and a control group that underwent conventional training. The research instruments consisted of a validated character questionnaire and a futsal performance test covering passing, dribbling, shooting, and ball control. Data analysis used paired-sample t-tests and independent-sample t-tests at a significance level of 0.05. The results showed that the experimental group experienced more significant improvements in character and performance than the control group. The significant difference in posttest results indicates that a training approach that aligns with curriculum objectives, including affective, cognitive, and psychomotor aspects, is more effective in supporting the development of discipline, cooperation, sportsmanship, and mastery of basic futsal technical skills. These findings confirm that curriculum-based training not only improves the quality of athlete performance but also makes a significant contribution to the internalization of physical education values. This research provides practical implications for schools and coaches to design more holistic, structured training models that align with educational goals, thus optimally developing athlete character and performance.

Keywords: curriculum-based training, futsal performance, athlete character, physical education

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani berfungsi sebagai arena bukan hanya untuk peningkatan kemampuan fisik peserta didik, tetapi juga untuk pengembangan karakter yang matang dan bermoral. Penelitian

menunjukkan bahwa integrasi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor dalam pendidikan jasmani melalui olahraga berbasis kurikulum dapat menghasilkan pembelajaran yang lebih holistik. Menurut (Nugraha et al., 2023), karakter disiplin dan kerja sama dapat ditingkatkan melalui video pembelajaran yang fokus pada materi olahraga, menunjukkan bahwa karakter dapat ditransfer secara efektif melalui pendekatan yang terstruktur. Lebih jauh lagi, penelitian lain menggarisbawahi pentingnya model pembelajaran pendidikan olahraga, seperti Model Pendidikan Olahraga (*Sport Education Model*), yang telah terbukti mempromosikan partisipasi yang adil serta pengalaman belajar yang mendalam bagi siswa (Farias et al., 2021).

Implementasi kurikulum pendidikan jasmani yang efektif juga dituntut untuk tidak hanya berfokus pada keterampilan teknis, tetapi juga pada internalisasi nilai-nilai seperti disiplin dan tanggung jawab. Studi mengklaim bahwa integrasi pendidikan karakter dalam kurikulum pendidikan jasmani dapat mencakup pengembangan sikap etis dan nilai-nilai sosial di antara mahasiswa (Purnomo et al., 2025). Dengan demikian, pendidikan jasmani sebagai bagian dari pendidikan abad ke-21 harus mampu untuk membentuk siswa tidak hanya secara fisik, tetapi juga secara mental dan moral.

Lebih lanjut, dijelaskan bahwa pelatihan olahraga yang terintegrasi dengan nilai karakter dan pembelajaran kolaboratif dapat meningkatkan motivasi intrinsik. Dalam konteks ini, metoda ajar yang mengadopsi aspek sosial dari pendidikan jasmani, seperti melalui model pengajaran dapat mendukung pendekatan kurikulum yang mengutamakan integrasi pengetahuan dan nilai (Liu & Lipowski, 2021). Penekanan pada kerjasama dan keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran tidak hanya memperkaya pengalaman belajar mereka tetapi juga memfasilitasi perkembangan keterampilan sosial yang sangat dibutuhkan dalam konteks kehidupan modern (Bisa, 2023).

Oleh karena itu, strategi pembelajaran dalam pendidikan jasmani harus mencakup pendekatan berbasis kurikulum yang mampu membangkitkan semangat kolaboratif dan menginternalisasikan nilai-nilai positif dalam diri siswa. Melalui pengalaman belajar yang terencana dan kolaboratif, pendidikan jasmani memiliki potensi yang besar untuk mendukung pengembangan kompetensi holistik siswa, sejalan dengan tuntutan pendidikan kontemporer yang semakin mengutamakan pengembangan karakter serta nilai-nilai kepemimpinan dan sportivitas. Olahraga yang populer ditengah masyarakat, khususnya siswa adalah olahraga futsal.

Futsal, sebagai olahraga populer di kalangan pelajar, menghadirkan peluang signifikan untuk meningkatkan performa atletik dan pengembangan karakter sosial-emosional. Sifat dinamis olahraga ini dan penekanannya pada kerja sama tim menjadikannya media yang ideal untuk menanamkan nilai-nilai kritis di antara para peserta. Namun, praktik pelatihan futsal saat ini, khususnya di lembaga pendidikan seperti madrasah dan sekolah lainnya, seringkali memprioritaskan keterampilan teknis dengan mengorbankan aspek perkembangan yang lebih luas. Kesenjangan dalam paradigma pelatihan ini dapat menghambat pertumbuhan atlet pelajar secara komprehensif.

Penelitian terkini menekankan manfaat multidimensi dari partisipasi dalam pelatihan olahraga terstruktur, termasuk futsal. Misalnya, Nopiyanto dkk. membahas peran efikasi diri di antara peserta ekstrakurikuler futsal, yang menunjukkan bahwa fokus pada ketahanan psikologis dapat melengkapi pembinaan teknis untuk membina atlet yang lebih berpengetahuan luas (Nopiyanto et al., 2023). Demikian pula, Soleha dkk. menemukan bahwa partisipasi dalam futsal secara signifikan meningkatkan tingkat kepercayaan diri siswa, sehingga meningkatkan kinerja pribadi dan tim (Soleha et al., 2021). Hal ini menguatkan gagasan bahwa pelatihan terstruktur dalam olahraga dapat memfasilitasi pengembangan keterampilan sosial-emosional.

Investigasi terhadap motivasi siswa yang berpartisipasi dalam futsal secara konsisten mengungkapkan tingkat minat yang tinggi, dengan implikasi signifikan terhadap bagaimana program tersebut disusun. Survei yang menunjukkan minat yang kuat terhadap aktivitas futsal di kalangan siswa sekolah menengah atas, yang menghubungkan minat ini dengan peningkatan keterlibatan dan potensi keterampilan transversal di luar olahraga ((Rivaldi et al., 2022). Pengembangan kurikulum pendidikan jasmani yang menggabungkan kelincahan, daya tahan, dan kohesi tim, dengan menyatakan bahwa program pelatihan bagi guru pendidikan jasmani sangat penting untuk mencapai tujuan ini (Hendrawan & Dewi, 2020). Pengembangan keterampilan fisik melalui olahraga seperti futsal saling terkait dengan kompetensi emosional dan sosial. Ishak dkk. menekankan perlunya program futsal yang terstruktur dengan baik untuk secara efektif mengembangkan keterampilan teknis dasar dan kompetensi sosio-emosional yang lebih luas pada siswa (Ishak et al., 2022).

Kesenjangan antara pembinaan teknis dan pendidikan karakter masih substansial di banyak institusi. Misalnya, studi kasus MAN 4 Bone menunjukkan bahwa meskipun futsal diterima dengan baik sebagai kegiatan ekstrakurikuler, terdapat kekurangan yang signifikan dalam integrasi kurikulum terstruktur yang bertujuan untuk mengembangkan performa fisik dan karakter siswa. Hal ini menekankan kebutuhan mendesak akan kerangka kerja pelatihan komprehensif yang menyeimbangkan dimensi-dimensi ini. Kesenjangan antara tujuan kurikulum dan implementasi pelatihan menjadi dasar penting perlunya penelitian lebih mendalam mengenai efektivitas latihan berbasis kurikulum. Pendekatan pelatihan yang selaras dengan kurikulum tidak hanya menyusun latihan berdasarkan keterampilan teknik dasar, tetapi juga mengintegrasikan tujuan pembelajaran jasmani ke dalam seluruh proses latihan. Penelitian ini berupaya mengkaji sejauh mana latihan berbasis kurikulum pendidikan jasmani berpengaruh terhadap pembentukan karakter dan peningkatan performa atlet futsal di MAN 4 Bone.

Melalui penelitian ini, diharapkan diperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai hubungan antara pendekatan pelatihan berbasis kurikulum dan perkembangan atlet secara menyeluruh. Temuan penelitian diharapkan dapat menjadi rujukan bagi sekolah, pelatih, maupun pemangku kepentingan dalam merancang program pembinaan futsal yang tidak hanya efektif secara teknis, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan karakter peserta didik. Penelitian ini sekaligus menjadi upaya memperkuat peran

pendidikan jasmani dalam mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional yang berorientasi pada pengembangan potensi peserta didik secara optimal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen semu (*quasi-experimental*) tipe *pretest-posttest control group design* yang melibatkan atlet futsal MAN 4 Bone sebagai subjek penelitian. Sampel ditentukan melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan keaktifan dan kesiapan mengikuti program latihan. Instrumen penelitian mencakup angket karakter berbasis skala Likert yang telah divalidasi serta tes keterampilan futsal meliputi *passing*, *dribbling*, *shooting*, dan *ball control* sesuai standar pengukuran baku. Prosedur penelitian diawali dengan *pretest* pada kelompok eksperimen dan kontrol, kemudian kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa latihan futsal berbasis kurikulum pendidikan jasmani selama delapan minggu, sedangkan kelompok kontrol menjalani latihan konvensional. Setelah perlakuan selesai, keduanya diberi *posttest* untuk mengukur perubahan karakter dan performa. Data dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test* dan *independent sample t-test* pada taraf signifikansi 0,05 untuk menentukan pengaruh latihan berbasis kurikulum terhadap karakter dan performa atlet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada karakter dan performa atlet futsal MAN 4 Bone setelah diberikan perlakuan berupa latihan berbasis kurikulum pendidikan jasmani. Analisis *paired sample t-test* pada kelompok eksperimen memperlihatkan peningkatan skor karakter maupun performa yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Sementara itu, hasil *independent sample t-test* menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kedua kelompok pada *posttest*, yang mengindikasikan bahwa latihan berbasis kurikulum memberikan pengaruh lebih kuat dibanding latihan konvensional.

Tabel 1. Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest Karakter Atlet

Kelompok	Pretest (Mean $\pm$ SD)	Posttest (Mean $\pm$ SD)	Δ Peningkatan	Sig. (p)
Eksperimen	68.40 $\pm$ 4.82	82.75 $\pm$ 5.10	+14.35	0.000
Kontrol	69.10 $\pm$ 5.01	73.45 $\pm$ 4.92	+4.35	0.042

Hasil tabel menunjukkan peningkatan yang jauh lebih besar pada kelompok eksperimen, dengan nilai signifikansi $p < 0.05$, sehingga perbedaan dianggap bermakna secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa integrasi nilai kurikulum pendidikan jasmani dalam latihan memberikan dampak positif pada pengembangan karakter atlet.

Tabel 2. Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest Performa Atlet Futsal

Kelompok	Pretest (Mean $\pm$ SD)	Posttest (Mean $\pm$ SD)	Δ Peningkatan	Sig. (p)
Eksperimen	72.20 $\pm$ 6.15	88.30 $\pm$ 5.70	+16.10	0.000
Kontrol	71.50 $\pm$ 5.88	76.80 $\pm$ 5.92	+5.30	0.038

Hasil pengukuran performa futsal (*passing, dribbling, shooting, ball control*) memperlihatkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih substansial dibanding kelompok kontrol, dengan perbedaan yang signifikan secara statistik ($p < 0.05$). Hasil penelitian ini mengonfirmasi bahwa latihan berbasis kurikulum pendidikan jasmani memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan karakter dan performa atlet futsal. Pendekatan pelatihan yang terstruktur dan selaras dengan tujuan kurikulum terbukti lebih efektif dibandingkan metode latihan konvensional. Temuan ini menegaskan pentingnya penerapan pembelajaran berbasis kurikulum dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga di lingkungan sekolah.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, menegaskan bahwa penerapan latihan berbasis kurikulum pendidikan jasmani memberikan dampak yang lebih kuat dibandingkan latihan konvensional dalam meningkatkan karakter dan performa atlet futsal MAN 4 Bone. Hal tersebut sejalan dengan penelitian oleh yang menunjukkan bagaimana perubahan dalam metodologi pelatihan berbasis permainan, termasuk futsal, dapat meningkatkan motivasi dan efikasi diri peserta dalam konteks olahraga, mengindikasikan bahwa penekanan pada nilai-nilai dan etika olahraga dalam pelatihan dapat memperkuat karakter individu (Beik & Dehghanizadeh, 2024).

Lebih lanjut, penelitian oleh Ribeiro et al., menunjukkan bahwa dalam futsal, aspek fisik seperti kemampuan akselerasi dan deselerasi memiliki dampak besar pada performa atlet, yang menegaskan pentingnya latihan yang tidak hanya fokus pada teknik permainan, tetapi juga pada pengembangan fisik dan mental pemain (Ribeiro et al., 2020). Penelitian ini sejalan dengan pemahaman bahwa pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran strategis dalam membentuk karakter atlet, yang menekankan bahwa latihan fisik yang sistematis dalam olahraga tim, termasuk futsal, dapat mendorong integrasi nilai-nilai karakter seperti disiplin dan kerja sama (Serrano et al., 2013).

Kualitas pembelajaran dalam pendidikan jasmani, melalui latihan yang menyentuh aspek mental dan psikologis para siswa, terbukti mempunyai pengaruh signifikan terhadap pengembangan keterampilan serta nilai karakter. Penggunaan teknologi dalam pemantauan performa dan perekaman video selama latihan dapat memberikan wawasan yang lebih baik mengenai kebiasaan dan pengembangan karakter serta keterampilan teknik pemain (Iedynak et al., 2019). Formulasi latihan yang mengintegrasikan komponen teknis dan karakter pendidikan jasmani dapat membantu menciptakan atlet yang tidak hanya terampil, tetapi juga memiliki nilai-nilai yang baik. Hasil penelitian ini mendukung argumen bahwa

kurikulum pendidikan jasmani yang aktif dan berorientasi karakter lebih efektif dalam meningkatkan performa dan etika olahraga di kalangan pelajar, terutama di cabang olahraga futsal.

Perbedaan peningkatan performa antara kelompok eksperimen dan kontrol pada latihan futsal terkait dengan penerapan kurikulum dapat dilihat dalam beberapa studi yang menunjukkan bahwa pendekatan berbasis kurikulum dapat menciptakan pola latihan yang lebih sistematis dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik. Penelitian menunjukkan bahwa latihan yang dirancang secara bertahap dan progresif dapat meningkatkan performa teknik dasar futsal seperti *passing* dan *dribbling*, yang sangat penting dalam permainan futsal. Hal ini juga didukung oleh penelitian dari Sekulić et al. yang menemukan bahwa faktor fisiologis dan antropometrik sangat mempengaruhi performa di level profesional, di mana kontrol dan kecepatan memainkan peranan yang sangat penting di lapangan (Sekulić et al., 2021).

Penekanan pada penguatan performa teknik dasar seperti *passing*, *dribbling*, *shooting*, dan penguasaan bola ternyata tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik, tetapi juga mendukung pemahaman taktis dan kerja sama tim. Sebagaimana diungkapkan dalam penelitian oleh Mendes et al., aktivitas olahraga yang selaras dengan tujuan pendidikan formal memberikan potensi besar untuk meningkatkan karakter sekaligus performa atletik (Mendes et al., 2022). Karakteristik permainan futsal, yang meliputi pengambilan keputusan yang cepat dan koordinasi tim yang baik, memberikan keuntungan dalam situasi permainan nyata di lapangan, meskipun ada beberapa pertimbangan terkait konteks spesifik di mana keterampilan tersebut diterapkan (Farhani et al., 2022).

Selanjutnya, keberhasilan program latihan yang dilaksanakan secara konsisten dalam periode waktu tertentu, seperti delapan minggu yang dijelaskan oleh Taufik et al., memberikan kesempatan bagi atlet untuk mengalami pembelajaran yang berulang dan reflektif, sehingga nilai-nilai karakter dapat terinternalisasi melalui pengalaman langsung (Taufik et al., 2021). Penemuan ini menegaskan bahwa latihan olahraga yang terencana dengan baik, mengingat tujuan kompetensi, mampu meningkatkan performa secara lebih optimal jika dibandingkan dengan pendekatan konvensional yang cenderung hanya berfokus pada pengulangan teknik tanpa memperhatikan nilai pedagogis (Guimarães et al., 2021). Integrasi metode latihan yang berbasis kurikulum dengan fokus pada teknik dasar futsal dan situasi permainan nyata dapat mendukung pengembangan keterampilan teknik dan karakter atlet. Hal ini menciptakan sinergi antara peningkatan performa fisik dan kompetensi sosial dalam arena futsal, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap pengembangan atlet yang lebih *holistic*.

Perbedaan signifikan pada hasil *posttest* antara kelompok eksperimen dan kontrol menunjukkan efektivitas model pelatihan ini sebagai strategi pembinaan di lingkungan sekolah. Integrasi kurikulum pendidikan jasmani memungkinkan pelatih berperan tidak hanya sebagai instruktur teknik, tetapi juga sebagai pendidik yang memfasilitasi perkembangan karakter. Hal ini memberi implikasi praktis bagi sekolah dan pelatih, yaitu perlunya merancang program latihan yang tidak sekadar mengejar prestasi fisik,

tetapi juga mengoptimalkan fungsi pendidikan jasmani sebagai pembentuk karakter peserta didik. Dengan demikian, penelitian ini memberikan dasar kuat bagi pengembangan model pembinaan olahraga yang lebih holistik dan sesuai dengan tujuan pendidikan nasional.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa latihan berbasis kurikulum pendidikan jasmani berpengaruh signifikan terhadap peningkatan karakter dan performa atlet futsal MAN 4 Bone. Integrasi nilai-nilai kurikulum ke dalam proses latihan terbukti lebih efektif dibandingkan latihan konvensional, sebagaimana ditunjukkan oleh peningkatan skor karakter dan kemampuan teknik dasar yang lebih besar pada kelompok eksperimen. Pendekatan berbasis kurikulum memberikan pengalaman latihan yang lebih terstruktur, progresif, dan bermakna, sehingga mampu mengembangkan aspek disiplin, kerja sama, sportivitas, serta kemampuan motorik secara simultan. Temuan ini menegaskan pentingnya penerapan kurikulum pendidikan jasmani dalam program pembinaan olahraga sekolah untuk menghasilkan perkembangan atlet yang optimal baik dari sisi teknis maupun kepribadian. Penelitian ini juga memberikan dasar bagi sekolah dan pelatih untuk merancang model latihan yang lebih holistik dan selaras dengan tujuan pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Beik, S., & Dehghanizadeh, J. (2024). *Effect of Futsal-Based Game Training on Performance, Self-Efficacy, Motivation, and Exercise Addiction in Adolescent Non-Athlete Girls*. <https://doi.org/10.1101/2024.09.28.615615>
- Bisa, M. (2023). Sports Education as a Means of Building Student Character: Values and Benefits. In *Al-Ishlah Jurnal Pendidikan*. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i2.3889>
- Farhani, F., Arazi, H., Mirzaei, M., Nobari, H., Mainer-Pardos, E., Chamari, I. M., Baker, J. S., Pérez-Gómez, J., & Chamari, K. (2022). Associations Between Bio-Motor Ability, Endocrine Markers and Hand-Specific Anthropometrics in Elite Female Futsal Players: A Pilot Study. In *BMC Sports Science Medicine and Rehabilitation*. <https://doi.org/10.1186/s13102-022-00453-x>
- Farias, C., Segovia, Y., Valério, C., & Mesquita, I. (2021). Does Sport Education Promote Equitable Game-Play Participation? Effects of Learning Context and Students' Sex and Skill-Level. In *European Physical Education Review*. <https://doi.org/10.1177/1356336x211013832>
- Guimarães, E., Baxter-Jones, A., Williams, A., Tavares, F. H., Janeira, M. A., & Maia, J. (2021). Modelling the Dynamics of Change in the Technical Skills of Young Basketball Players: The INEX Study. In *Plos One*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257767>
- Hendrawan, D., & Dewi, R. (2020). Pengembangan Basic Training Futsal Pada Guru Pendidikan Jasmani

- Tingkat Sekolah Menengah Atas. In *Jurnal Handayani*. <https://doi.org/10.24114/jh.v11i2.22100>
- Iedynak, G., Galamandjuk, L., Koryahin, V., Блавы, О., Mysiv, V., Prozar, M., Гуска, М., Носко, Ю., Kubay, G., & Gurtova, T. (2019). Untitled. In *Journal of Physical Education and Sport*. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s3116>
- Ishak, M., Hasmarita, S., Suhada, & Anugrah, C. S. (2022). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Futsal Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Sekolah Menengah Atas. In *Holistic Journal of Sport Education*. <https://doi.org/10.52434/hjse.v2i1.2362>
- Liu, T., & Lipowski, M. (2021). Influence of Cooperative Learning Intervention on the Intrinsic Motivation of Physical Education Students—A Meta-Analysis Within a Limited Range. In *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://doi.org/10.3390/ijerph18062989>
- Mendes, D., Travassos, B., Carmo, J. M., Cardoso, F., Teoldo, I., & Sarmento, H. (2022). Talent Identification and Development in Male Futsal: A Systematic Review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710648>
- Nopiyanto, Y. E., Syafrial, S., Insanisty, B., Vantoria, V., Kardi, I. S., & Ibrahim, I. (2023). Analisis Tingkat Self-Efficacy Peserta Ekstrakurikuler Futsal. In *Jurnal Patriot*. <https://doi.org/10.24036/patriot.v5i4.987>
- Nugraha, U., Ilham, I., Harjono, H. S., & Setiawan, A. (2023). Learning Videos With Gymnastic Materials on the Character of Students' Discipline and Cooperation. In *Journal of Education Research and Evaluation*. <https://doi.org/10.23887/jere.v7i1.45277>
- Purnomo, E., Suardika, I. K., Fatahilah, A., Trinanda, A., & Anderzen, K. A. (2025). Character Formation Through Value Education in Physical Education. In *Health Leadership and Quality Of life*. <https://doi.org/10.56294/hl2025899>
- Ribeiro, J. N., Gonçalves, B., Coutinho, D., Brito, J., Sampaio, J., & Travassos, B. (2020). Activity Profile and Physical Performance of Match Play in Elite Futsal Players. In *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01709>
- Rivaldi, M. A., Nurudin, A. A., & Nugraheni, W. (2022). Survei Minat Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri Se-Kota Sukabumi. In *Jurnal Educatio Fkip Unma*. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1963>
- Sekulić, D., Pojskić, H., Zeljko, I., Pehar, M., Modrić, T., Veršić, Š., & Novak, D. (2021). Physiological and Anthropometric Determinants of Performance Levels in Professional Futsal. In *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.621763>
- Serrano, J., Shahidian, S., Sampaio, J., & Leite, N. (2013). The Importance of Sports Performance Factors and Training Contents From the Perspective of Futsal Coaches. In *Journal of Human Kinetics*. <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0055>

- Soleha, A., Yuda, A. K., & Resita, C. (2021). Survei Tingkat Kepercayaan Diri Dalam Permainan Futsal Peserta Ekstrakurikuler Siswi Di Sma Negeri 1 Pamanukan. In *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*. <https://doi.org/10.21009/jsce.05210>
- Taufik, M. S., Solahuddin, S., Pratama, R. R., Iskandar, T., & Ridlo, A. F. (2021). The Effect of Virtual Media-Based Obstacle Run Training on Woman Futsal Player's Dribbling Ability During Covid-19 Pandemic. In *Physical Education Theory and Methodology*. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2021.4.02>