



---

**PENGARUH TINGKAT KEDISIPLINAN DAN KELINCAHAN TERHADAP  
KECERDASAN KINESTETIK PADA PERMAINAN FUTSAL**

**Muh. Adnan Hudain<sup>1</sup>, Sudiadharma<sup>2</sup>, Muh. Said Hasan<sup>3</sup>, Jamaluddin<sup>4</sup>, Fitriah Azizah<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Negeri Makassar, Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Makassar, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Negeri Makassar, Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Makassar, Indonesia

<sup>3</sup>Universitas Negeri Makassar, Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Makassar, Indonesia

<sup>4</sup>Universitas Negeri Makassar, Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Makassar, Indonesia

<sup>5</sup>Universitas Negeri Makassar, Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Makassar, Indonesia

\*Coressponding Author. Email: [hjmasniphoenix@gmail.com](mailto:hjmasniphoenix@gmail.com)

\*Email Author: [muh.adnan.hudain@unm.ac.id](mailto:muh.adnan.hudain@unm.ac.id), [sudiadharma@unm.ac.id](mailto:sudiadharma@unm.ac.id),  
[muh.said.hasan@unm.ac.id](mailto:muh.said.hasan@unm.ac.id), [jamaluddin@unm.ac.id](mailto:jamaluddin@unm.ac.id), [hjmasniphoenix@gmail.com](mailto:hjmasniphoenix@gmail.com)

---

*Received: April 2024, Revised: Mei 2024, Accepted: Juni 2024*

---

**Abstract**

The objectives of this study are to: (1) Analyze the effect of discipline level on kinesthetic intelligence in futsal players. (2) Evaluate the effect of agility on kinesthetic intelligence in futsal players. (3) Explore the interaction between the level of discipline and agility in influencing kinesthetic intelligence in futsal players. This research is an experimental research. The sample is a member of Futsal UPT SMAN 3 Pinrang, has experience participating in Futsal matches or competitions, and attendance in the training process. After using purposive sampling method, the sample size consisted of 63 students and all of them were male students. The research collection techniques used are questionnaire and observation methods while the instruments used include a questionnaire of discipline and kinesthetic intelligence consisting of indicators and question grids. The effect of discipline on kinesthetic intelligence in the UPT SMAN 3 Pinrang futsal game obtained a t value of  $2.716 > t \text{ table } 1.997$ . The effect of agility on kinesthetic intelligence in futsal games at UPT SMAN 3 Pinrang obtained a t value of  $10.721 > t \text{ table } 1.997$ . The effect of discipline and agility on kinesthetic intelligence in futsal games at UPT SMAN 3 Pinrang obtained F value of  $57.793 > F \text{ table } 4.0098$ . Based on the results of data analysis and discussion that has been done, it can be concluded that there is a significant influence between the level of discipline on kinesthetic intelligence in futsal games at UPT SMAN 3 Pinrang, there is a significant influence of agility on kinesthetic intelligence in futsal games at UPT SMAN 3 Pinrang, and there is an influence of the level of discipline and agility together on kinesthetic intelligence in futsal games at UPT SMAN 3 Pinrang.

**Keywords:** Discipline, Agility, Kinesthetic Intelligency, futsal

**Abstrak**

Tujuan penelitian ini adalah untuk: (1) Menganalisis pengaruh tingkat kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada pemain futsal. (2) Mengevaluasi pengaruh kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik pada pemain futsal. (3) Mengeksplorasi interaksi antara tingkat kedisiplinan dan kelincahan dalam mempengaruhi kecerdasan kinestetik pada pemain futsal. Penelitian ini adalah penelitian Eksperimen. Sampel adalah anggota Futsal UPT SMAN 3 Pinrang, memiliki pengalaman mengikuti pertandingan atau kompetisi Futsal, dan kehadiran dalam proses latihan. Setelah menggunakan metode purposive sampling, jumlah sampel terdiri atas 63 peserta didik dan semuanya merupakan peserta didik laki-laki. Teknik pengumpulan penelitian yang digunakan



adalah metode angket dan observasi sedangkan Instrumen yang digunakan meliputi angket kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik yang terdiri dari indikator dan kisi-kisi pertanyaan. Pengaruh kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal UPT SMAN 3 Pinrang diperoleh nilai  $t$  hitung sebesar  $2,716 > t$  tabel  $1,997$ . Pengaruh kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang diperoleh nilai  $t$  hitung sebesar  $10,721 > t$  tabel  $1,997$ . Pengaruh kedisiplinan dan kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang diperoleh nilai  $F$  hitung sebesar  $57,793 > F$  tabel  $4,0098$ . Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa Terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang, terdapat pengaruh yang signifikan kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang, serta terdapat pengaruh tingkat kedisiplinan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang.

**Kata kunci:** Disiplin, Kelincahan, Kecerdasan Kinestetik, Futsal

## PENDAHULUAN

Pemain futsal membutuhkan kombinasi keterampilan fisik, teknis, dan taktis yang rumit, dan kemampuan kinestetik sangat penting untuk keberhasilan (Travassos et al., 2018). Futsal, yang menuntut kecepatan, ketepatan, dan koordinasi yang tinggi, membutuhkan kecerdasan kinestetik, yang merupakan kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh dan menangani objek dengan terampil (Gardner & Moran, 2018). Untuk meningkatkan kemampuan pemain futsal, elemen yang mempengaruhi kecerdasan kinestetik harus diteliti lebih lanjut. Tingkat kedisiplinan pemain dan kelincahan mereka dianggap memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan kinestetik dalam permainan futsal (Kasmad et al., 2024).

Kedisiplinan, yang mencakup komitmen terhadap latihan rutin dan kepatuhan terhadap aturan permainan, telah terbukti memiliki dampak positif pada pengembangan keterampilan motorik dan kognisi dalam olahraga (Gümüşdağ, 2019). Namun, penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik dalam konteks futsal masih terbatas (Yanti Dwi Putri et al., 2022). Kelincahan, di sisi lain, merupakan komponen penting dalam futsal yang memungkinkan pemain untuk mengubah arah dengan cepat dan efisien sambil mempertahankan kontrol tubuh (Negra et al., 2017). Meskipun kelincahan telah banyak diteliti dalam konteks performa futsal, hubungannya dengan kecerdasan kinestetik belum sepenuhnya dipahami (Fauzi et al., 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh tingkat kedisiplinan dan kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik dalam permainan futsal karena tidak ada pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhinya (Sevin et al., 2022). Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pelatih dan pemain membuat rencana latihan yang berguna



untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik dan, pada akhirnya, meningkatkan kinerja pemain futsal (Syahrudin et al., 2024).

Kecerdasan kinestetik memiliki peran krusial dalam keberhasilan pemain futsal. Pemain futsal dengan kecerdasan kinestetik yang baik mampu mengeksekusi gerakan-gerakan kompleks dengan lebih efisien dan efektif (Suwardi et al., 2023). Hal ini mencakup kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat, mengontrol bola dalam ruang sempit, dan melakukan passing atau shooting dengan akurasi tinggi (Gusman & Sugiharto, 2023).

Meskipun pentingnya kecerdasan kinestetik dalam futsal telah diakui, faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangannya masih belum sepenuhnya dipahami (M. Zaid Zainuddin, 2024). Dua faktor yang diduga memiliki pengaruh signifikan terhadap kecerdasan kinestetik dalam permainan futsal adalah tingkat kedisiplinan dan kelincahan pemain (Badarru & Sufitriyono, 2021). Kedisiplinan dalam konteks olahraga mencakup komitmen terhadap latihan rutin, kepatuhan terhadap aturan permainan, dan konsistensi dalam mengembangkan keterampilan. (Gümüşdağ, 2019) menemukan bahwa tingkat kedisiplinan yang tinggi berkorelasi positif dengan peningkatan performa atlet dalam berbagai cabang olahraga. Namun, penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik dalam konteks futsal masih terbatas.

Kelincahan, di sisi lain, merupakan komponen penting dalam futsal yang memungkinkan pemain untuk mengubah arah dengan cepat dan efisien sambil mempertahankan kontrol tubuh. (Negra et al., 2017) menegaskan bahwa kelincahan adalah kemampuan yang berbeda dari kecepatan dan kekuatan, dan memiliki peran unik dalam performa olahraga. Dalam konteks futsal, kelincahan sangat penting mengingat karakteristik permainan yang cepat dan dinamis (Febri, S., Komaini, A., & Gemaini, A. (2020). Meskipun kelincahan telah banyak diteliti dalam konteks performa futsal, hubungannya dengan kecerdasan kinestetik belum sepenuhnya dipahami. (Barbero-Álvarez et al., 2015) menunjukkan bahwa pemain futsal elite memiliki tingkat kelincahan yang lebih tinggi dibandingkan pemain amatir, namun penelitian tersebut tidak mengkaji secara spesifik bagaimana kelincahan berkontribusi terhadap kecerdasan kinestetik (Ramadhan et al., 2022).

Mengingat pentingnya kecerdasan kinestetik dalam futsal dan kurangnya pemahaman komprehensif tentang faktor-faktor yang mempengaruhinya, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh tingkat kedisiplinan dan kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi pelatih dan pemain dalam mengembangkan program latihan yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik dan, pada akhirnya, performa pemain futsal.



## METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan quasi eksperimen. Tujuan untuk mengumpulkan fakta dan menyimpulkan temuan, sehingga memungkinkan pemahaman, penjelasan, prediksi, dan pengendalian suatu kondisi (Suwardi et al., 2024). Tempat penelitian adalah lokasi di mana penelitian dilakukan. Penelitian ini dilakukan di UPT SMAN 3 Pinrang, yang terletak di Jalan Poros Langnga Pinrang, Desa Patobong, Kecamatan Mattirosompe.

Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Angket (Kuesioner)
2. Observasi
3. Tes

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Analisis Deskriptif Tingkat Kedisiplinan Dan Kelincahan Terhadap Kecerdasan Kinestetik

Descriptive Statistics								
Variabel	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Kedisiplinan	63	17	63	80	4559	72.37	4.278	18.300
Kecerdasan_Kinestetik	63	23	109	132	7660	121.59	5.278	27.859
Kelincahan	63	11	33	44	2551	40.49	2.389	5.706
Valid N (listwise)	63							

Dari 63 jumlah sampel maka diperoleh kedisiplinan pemain dengan range 17, nilai minimum 63 dan nilai maksimal 80, rata-rata 72,37, standar deviasi 4,278, variance 18,300 dengan total 4558. Dari 63 jumlah sampel maka diperoleh kecerdasan kinestetik pemain dengan range 23, nilai minimum 109 dan nilai maksimal 132, rata-rata 121,59, standar deviasi 5,278, variance 27,859 dengan total 7660. Dari 63 jumlah sampel maka diperoleh kelincahan pemain dengan range 11, nilai minimum 33 dan nilai maksimal 44, rata-rata 40,49, standar deviasi 2,389, variance 5,706 dengan total 2551.



Tabel 2. Uji Normalitas Kedisiplinan Dan Kelincahan Terhadap Kecerdasan Kinestetik

<b>Tests of Normality</b>			
<b>Kolmogorov-Smirnova</b>			
Variabel	Statistic	df	Sig.
Kedisiplinan	.083	63	.200*
Kecerdasan_Kinestetik	.106	63	.078
Kelincahan	.149	63	.061

Diperoleh bahwa nilai signifikan dari ketiga variabel diatas lebih besar dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal

Tabel 3. Pengaruh kedipsiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.215 <sup>a</sup>	.046	.030	5.197

a. Predictors: (Constant), Kedisiplinan

Berdasarkan tabel 3 menjelaskan bahwa besarnya nilai korelasi atau hubungan antara variabel kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang sebesar 0,215 atau 21,5%. Dari table 4.3 juga diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,046 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (kedisiplinan) terhadap variabel terikat (kecerdasan kinestetik) sebesar 4,6%. Nilai signifikansi  $0,001 < 0,005$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal UPT SMAN 3 Pinrang. Jika dilihat dari nilai t pada tabel 3 diperoleh nilai t hitung sebesar  $2,716 > t$  tabel 1.997, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tingkat kedipsiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal UPT SMAN 3 Pinrang.

Tabel 4. Pengaruh kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.808 <sup>a</sup>	.653	.648	3.133

a. Predictors: (Constant), Kelincahan

Berdasarkan tabel 4 diatas besarnya nilai korelasi atau hubungan antara variabel kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang sebesar 0,808 atau 80,8%. Dari table 4.4 juga diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar



0,653 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (kedisiplinan) terhadap variabel terikat (kecerdasan kinestetik) sebesar 65,3%. Nilai signifikansi  $0,001 < 0,005$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kedisiplinan (X1) terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal UPT SMAN 3 Pinrang. Jika dilihat dari nilai t pada tabel 4. diperoleh nilai t hitung sebesar  $10.721 > t$  tabel 1.997, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tingkat kedisiplinan (X1) terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal UPT SMAN 3 Pinrang. Tabel 5. Pengaruh kedisiplinan dan kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.808 <sup>a</sup>	.653	.648	3.133
a. Predictors: (Constant), Kelincahan				

Berdasarkan tabel 5 menjelaskan bahwa besarnya nilai korelasi atau hubungan antara variabel kedisiplinan dan kelincahan secara simultan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang sebesar 0,811 atau 81,1%. Dari table 4.7 juga diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,658 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel kedisiplinan dan kelincahan secara simultan terhadap variabel terikat (kecerdasan kinestetik) sebesar 65,8%. Nilai signifikansi  $0,000 < 0,005$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kedisiplinan (X1) dan kelincahan (X2) secara bersama - sama terhadap kecerdasan kinestetik (Y) pada permainan futsal UPT SMAN 3 Pinrang. Jika dilihat dari nilai F pada tabel 5 diperoleh nilai F hitung sebesar  $57,793 > F$  tabel 4,0098, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tingkat kedisiplinan (X1) dan kedisiplinan (X2) secara bersama sama terhadap kecerdasan kinestetik (Y) pada permainan futsal UPT SMAN 3 Pinrang.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan pada tabel 3 penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kedisiplinan (X1) terhadap kecerdasan kinestetik (Y) pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang. Koefisien regresi pada tabel 3 bernilai positif, artinya pengaruh kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal siswa UPT SMAN 3 Pinrang bernilai positif. Semakin disiplin dalam Latihan futsal semakin tinggi juga kecerdasan kinestetik siswa.

Berdasarkan pada tabel 4 penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kelincahan (X2) terhadap kecerdasan kinestetik (Y) pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang. Koefisien regresi pada tabel 4 bernilai positif, artinya pengaruh kelincahan terhadap kecerdasan



kinestetik pada permiana futsal siswa UPT SMAN 3 Pinrang benilai positif. Semakin disiplin dalam Latihan futsal semakin tinggi juga kecerdasan minestetik siswa.

Selain itu, bahwa semakin disiplin latihan futsal, semakin tinggi kecerdasan kinestetik siswa. Hal ini menunjukkan bahwa faktor disiplin dalam latihan juga berperan dalam meningkatkan kemampuan kinestetik siswa dalam bermain futsal (Putra, R. A.,2021). Dengan demikian, kesimpulan yang dapat diambil adalah pentingnya latihan yang teratur dan disiplin dalam meningkatkan kelenturan dan kecerdasan kinestetik siswa dalam konteks permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang.

Berdasarkan pada tabel 5 penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kedisiplinan (X1) dan kelincahan (X2) secara simultan terhadap kecerdasan kinestetik (Y) pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang. Dari tabel diatas juga diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,658 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel kedisiplinan dan kelincahan secara simultan terhadap variabel terikat (kecerdasan kinestetik) sebesar 65,8%. Selanjutnya, nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,658 menunjukkan bahwa sekitar 65,8% variasi dalam kecerdasan kinestetik dapat dijelaskan oleh faktor kedisiplinan dan kelenturan secara bersama-sama. Hal ini menunjukkan tingkat kecocokan model yang relatif tinggi dalam menjelaskan hubungan antara variabel-variabel tersebut.

Dengan demikian, kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa dalam konteks permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang, baik kedisiplinan maupun kelenturan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan kinestetik siswa, dan keduanya perlu diperhatikan secara bersama-sama untuk meningkatkan kinerja kinestetik dalam permainan futsal.

Berdasarkan temuan yang dijelaskan dari tabel 5 dapat disimpulkan bahwa dalam konteks permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang, kedisiplinan (X1) dan kelenturan (X2) secara bersama-sama berpengaruh terhadap kecerdasan kinestetik (Y) siswa. Lebih lanjut, hasil koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,658 menunjukkan bahwa sekitar 65,8% variasi dalam kecerdasan kinestetik dapat dijelaskan oleh kedisiplinan dan kelenturan secara bersama-sama. Hal ini menegaskan pentingnya memperhatikan kedua faktor tersebut dalam meningkatkan kemampuan kinestetik siswa dalam bermain futsal.

Oleh karena itu, untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik siswa dalam konteks permainan futsal, perlu dilakukan upaya yang bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan dalam latihan serta memperbaiki kelenturan fisik siswa. Kombinasi dari kedua faktor ini dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pengembangan kemampuan kinestetik siswa dalam bermain futsal di UPT SMAN 3 Pinrang.



## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah dijabarkan diperoleh tiga kesimpulan mendasar yaitu (1) Terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang. (2) Terdapat pengaruh yang signifikan kelincahan terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang. (3) Terdapat pengaruh tingkat kedisiplinan dan kelincahan secara Bersama – sama terhadap kecerdasan kinestetik pada permainan futsal di UPT SMAN 3 Pinrang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badarru, B., & Sufitriyono. (2021). Analisis Vo2 Max Tim Futsal SMA Negeri 22 Makassar. *SPORTIVE : Journal of Physical Education , Sport and Recreation*, 5, 64–71. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=AljuDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP13&ots=NyKAA3eW6u&sig=g2CT8Hp4mjt3RTdpczfFLiOBV\\_Y&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=AljuDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP13&ots=NyKAA3eW6u&sig=g2CT8Hp4mjt3RTdpczfFLiOBV_Y&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Fauzi, M., Wiriawan, O., & Khamidi, A. (2020). Pengaruh Latihan Hiit Dan Saq Terhadap Kelincahan Dan Kecepatan. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 146. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8910>
- Febri, S., Komaini, A., & Gemaini, A. (2020). Modifikasi Cabang Olahraga Futsal Menjadi Futsal Mini Three On Three. *JURNAL STAMINA*, 3(9), 675-691.
- Gardner, H., & Moran, S. (2018). Multiple intelligences theory. *The SAGE Encyclopedia of Educational Research, Measurement, and Evaluation*, 1114-1121. <https://doi.org/10.4135/9781506326139.n461>
- Gusman, S. R., & Sugiharto. (2023). Perbedaan metode prinsip progressive overload dalam latihan shuttle run pada peserta didik ssb bhaladika semarang Difference of progressive overload principle method in shuttle run training at bhaladika football academy semarang. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(2), 104–115.
- Gümüşdağ, H. (2019). Relationship between self-discipline, self-efficacy and performance in football players. *Journal of Education and Training Studies*, 7(9), 49-55. <https://doi.org/10.11114/jets.v7i9.4441>
- Kasmad, M. R., Irfan, Bismar, A. R., Hudain, M. A., & Anjas. (2024). Analisis Kecerdasan Emosional , Teknik Dasar , Kelincahan Futsal ditinjau Dari Prestasi Siswa SMAN 18 Makassar. *SPORTIVE : Journal of Physical Education , Sport and Recreation*, 8(1), 85–92.
- M. Zaid Zainuddin. (2024). Inovasi Latihan Rondo: Meningkatkan Kemampuan Passing Tim Futsal. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 3(1), 11–18.
- Nawir, N., Jamaluddin, J., Hudain, M. A., D, M. N. I., & Arga, A. (2023). Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bolavoli Melalui Media Pembelajaran Audio Visual Pada Siswa Kelas IV di UPT SPF SD Inpres Rappokalling I Kota Makassar. *Journal on Education*, 6(1),





2318–2326. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i1.3246>

- Negra, Y., Chaabene, H., Hammami, M., Amara, S., Sarmoud, S., Mkaouer, B., & Hachana, Y. (2017). Agility in young athletes: Is it a different ability from speed and power? *Journal of Strength and Conditioning Research*, 31(3), 727-735. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001543>
- Putra, R. A. (2021). Pengaruh Latihan Single Leg Speed Hop terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Pemain Futsal Vamos Academy Padang (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).
- Rahman, F. J. (2018). Peningkatan Daya Tahan, Kelincahan, dan Kecepatan pada Pemain Futsal: Studi Eksperimen Metode Circuit Training. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 264. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v4i2.12466](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v4i2.12466)
- Ramadhan, L. R., Putu, Ni Wijayanti, N., Fernandes, O., & Hidayat, H. (2022). Hubungan Emotional Quotient Dengan Competitive Anxiety Pada Tim Futsal Romanita Fc Kota Dumai. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5, 32–38.
- Sevin, Putranto, D., & Muhammad Eka Mardiansyah Simbolon. (2022). Perbedaan Physical Performance Siswa Ekstrakurikuler Futsal Dan Sepakbola DI SMP Negeri 1 Toboali. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5, 161–168.
- Suardi, Irfan, Saldi, M., & Hudain, M. A. (2023). Indeks Massa Tubuh Dan VO 2 Max Terhadap Kualitas Permainan Futsal Pada Klub Bagaya Fc Di Kabupaten Poso. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 7, 83–92.
- Suardi, Saleh, M. S., & Arga. (2024). Keterampilan Kids Athletics Siswa UPTD SD Negeri 164 Barru Kecamatan Pujananting Kabupaten Barru Kids Athletics Skills Of UPTD SD Negeri 164 Barru Students Pujananting Subdistrict Barru District. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)*, 4, 532–538.
- Syahrudin, S., Saleh, M. S., & Saleh, M. S. (2024). Increasing the Endurance of Futsal Athletes by Providing Green Bean Porridge. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepeleatihan Olahraga*, 16(1), 248. <https://doi.org/10.26858/cjpk.v16i1.60643>
- Travassos, B., Araújo, D., & Davids, K. (2018). Is futsal a donor sport for football?: Exploiting complementarity for early diversification in talent development. *Science and Medicine in Football*, 2(1), 66-70. <https://doi.org/10.1080/24733938.2017.1390322>
- Yanti Dwi Putri, A., Marheni, E., Widya Pranoto, N., & Zarya, F. (2022). Aspek psikologi atlet olahraga renang Kabupaten Rejang Lebong. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 18(1), 2022–2052.

