

ABSTRAK

AKHMAD TAUFIQ, Pengembangan Variasi Latihan Kecepatan Reaksi Penjaga Gawang Futsal (Pembimbing Skripsi : Rahma Dewi, Skripsi Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2021

Penelitian ini adalah bertujuan untuk mengembangkan bentuk variasi latihan kecepatan reaksi dalam permainan futsal tahun 2021, Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet penjaga gawang SKP Fc, Amir Hamzah, dan Bersama Fs. Bentuk variasi kelompok kecil yang telah dibuat divalidasi oleh 3 ahli, 1 pelatih futsal, 1 ahli dibidang olahraga, dan 1 ahli dibidang Bahasa, dimana persentase validitasnya adalah 58%-97% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development/R&D*).

Bentuk variasi kelompok besar yang telah dibuat divalidasi oleh 3 ahli, 1 pelatih futsal, 1 ahli dibidang olahraga, dan 1 ahli dibidang Bahasa, dimana persentase validitasnya adalah 86%-97% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development/R&D*).

Hasil uji kelompok kecil melibatkan 6 orang atlet penjaga gawang futsal SKP Fc dan Amir Hamzah menunjukkan bahwa 20 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 77%-96% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan.

Hasil uji kelompok besar terhadap 14 orang atlet penjaga gawang futsal SKP Fc, Amir Hamzah, dan Bersama Fs menunjukkan bahwa 20 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 84%-96% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Dapat disimpulkan 20 model variasi latihan tersebut baik untuk meningkatkan kemampuan dan kecepatan reaksi penjaga gawang futsal dan latihan menarik, karena hal tersebut sangat penting dalam latihan agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan buat para pelatih di klub futsal di seluruh Indonesia.

Kata kunci : Kecepatan Reaksi, Futsal, Pengembangan

ABSTRACT

AKHMAD TAUFIQ, Development of Variations of Reaction Speed Training for Futsal Goalkeepers (Thesis Supervisor : Rahma Dewi, Medan Thesis: Faculty of Sports Science, State University of Medan 2021

This study aims to develop a form of reaction speed training variation in the futsal game in 2021. The population in this study were all SKP Fc goalkeeper athletes, Amir Hamzah, and Bersama Fs. The form of the small group variation that has been made is validated by 3 experts, 1 futsal coach, 1 expert in sports, and 1 expert in language, where the percentage of validity is 58%-97% taken from the smallest to the largest percentage value of the overall results. The method used is the research and development (R&D) method.

The form of the large group variation that has been made is validated by 3 experts, 1 futsal coach, 1 expert in sports, and 1 expert in language, where the percentage of validity is 86%-97% taken from the smallest to the largest percentage value of the overall results. The method used is the research and development (R&D) method.

The results of the small group test involving 6 futsal goalkeeper athletes SKP Fc and Amir Hamzah showed that the 20 variations of the exercise had met the appropriate criteria. The percentage of validity of the questionnaire that has been distributed to the sample shows that 77%-96% is taken from the smallest to the largest percentage value of the overall results.

The results of the large group test of 14 futsal goalkeeper athletes SKP Fc, Amir Hamzah, and Bersama Fs showed that the 20 variations of the exercise had met the criteria for use. The percentage of validity of the questionnaire that has been distributed to the sample shows that 84%-96% is taken from the smallest to the largest percentage value of the overall results. It can be concluded that the 20 models of exercise variations are good for increasing the ability and reaction speed of futsal goalkeepers and interesting exercises, because they are very important in training so that these exercises do not

Key Point: Reaction Speed, Futsal, Development