

ABSTRAK

Firmansyah 2022 “Pengaruh Latihan speed chute terhadap kecepatan lari pemain futsal putra sma sejahtera Surabaya”Fakultas pedagogi dan psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya , dengan dosen pembimbing Bapak DR.Luqmanul Hakim, S.Or .,M.Pd.

Futsal permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan. Maka dari itu diperlukan kerja sama antar pemain lewat passing yang akurat dan kontrol bola yang baik, bukan mencoba melewati lawan. Karena pemain selalu berangkat dengan falsafah 100% *ball possesion*. Akan tetapi melalui *timing* dan *positioning* yang tepat kita akan merebut kembali bola dari lawan.

Tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti adalah untuk meningkatkan kecepatan pemain futsal di Sma Sejahtera Surabaya dan mengetahui pengaruh Latihan *speed chute* terhadap kecepatan lari pemain futsal Putra Sma Sejahtera Surabaya

Hasil penelitian, maka diperoleh hasil untuk nilai rata-rata *pre-test* (sebelum) hasil kecepatan lari 100 meter pada pemain putra Tim Futsal SMA Sejahtera Surabaya sebesar 24,52 detik dan rata-rata *post-test* (sesudah) sebesar 23,15 detik.. Berdasarkan pengujian hipotesis penelitian dengan menggunakan analisis uji *paired sampel t-test* (sampel berpasangan) diperoleh nilai signifikan (*Sig. 2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$ (5%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *Speed Chute* terhadap kecepatan lari pada pemain putra Tim Futsal SMA Sejahtera Surabaya.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *Speed Chute* terhadap kecepatan lari pada pemain putra Tim Futsal SMA Sejahtera Surabaya, maka dapat diambil ambil kesimpulan sebagai berikut (1). Terdapat pengaruh latihan *Speed Chute* terhadap kecepatan lari pada pemain putra Tim

Futsal di SMA Sejahtera. Dimana waktu yang dibutuhkan untuk kecepatan lari 100 meter lebih sedikit dibandingkan dengan sebelum menggunakan latihan *Speed Chute*. (2). Besarnya pengaruh latihan *Speed Chute* terhadap kecepatan lari pada pemain putra Tim Futsal di SMA Sejahtera dapat dilihat dari nilai rata-rata *pre test* (sebelum) sebesar 25,24 detik dan nilai rata-rata *post test* (sesudah) sebesar 22,21 detik menggunakan latihan *Speed Chute*. Sehingga terdapat selisih nilai rata-rata sebesar 3,03 detik sebelum dan sesudah menggunakan latihan *Speed Chute*.

Futsal is a very fast and dynamic game. In terms of a relatively small field there is almost no room for error. Therefore, cooperation between players is needed through accurate passing and good ball control, not trying to pass the opponent. Because players always go with the philosophy of 100% ball possession. However, through the right timing and positioning we will reclaim the ball from the opponent. Speed Chute is an exercise tool that allows to maximize acceleration and final speed through progressive resistance and training at further speeds. then the goal to be achieved in this study is to determine the effect of Speed Chute training on increasing agility in futsal players at SMA Sejahtera Surabaya. The method used in this study is an experimental method where there is a treatment to cause a symptom or impact from the treatment, a population of 15 futsal players is carried out by observing and measuring pretest and posttest data. The results obtained for the average value of the pre-test (before) the results of the 100-meter running speed for the male players of the SMA Sejahtera Surabaya Futsal Team of 24.52 seconds and the post-test average (after) of 23.15 seconds. For the standard The pre-test deviation of the 100 meter running speed for the male players of the Sejahtera SMA Futsal Team was 1.19 and the standard deviation of the post-test was 0.62. For the minimum pre test score (before) the results of the 100 meter running speed for the male players of the Sejahtera High School Futsal Team Surabaya are 23.05 seconds and the maximum value is 26.30 seconds. While the minimum post test score (after) the results of the 100 meter running speed for the male players of the Sejahtera High School Futsal Team Surabaya is 21.18 seconds and the maximum value is 23.15 seconds. This is evidenced by the results of calculations from testing research hypotheses using paired sample t-test analysis (paired samples) obtained a significant value (Sig. 2-tailed) of $0.000 < 0.05$ (5%). So it can be concluded that there is an effect of Speed Chute training on the running speed of the male players of the Sejahtera High School Futsal Team Surabaya.