

ABSTRAK

Permainan futsal adalah sebuah permainan bola dengan menggunakan kaki yang bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Permainan ini melibatkan dua tim yang mana setiap tim memiliki anggota sebanyak lima orang pemain. Permainan yang melibatkan lima pemain dalam setiap regunya ini menuntut masing-masing individu untuk menguasai tehnik bermain yang bagus dan juga kondisi fisik serta mental yang baik pula. Adapun tehnik yang harus dikuasai oleh setiap pemain adalah mengumpan (*passing*), menggiring (*dribbling*), menendang (*shooting*), mengontrol (*controlling*), menyundul (*heading*).

Selain pentingnya penguasaan tehnik dasar bermain futsal, seorang pemain futsal juga harus memperhatikan faktor pendukung fisik yang dapat menunjang penguasaan tehnik yang lebih baik. Faktor-faktor fisik pendukung yang dapat mendukung pencapaian penguasaan tehnik yang bagus adalah kecepatan (*speed*), kekuatan otot (*strength*), daya tahan (*endurance*), kelentukan (*flexibility*), ketepatan (*accuracy*), daya ledak (*power*), koordinasi (*coordination*), reaksi (*reaction*), keseimbangan (*balance*) dan kelincahan (*agility*). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mendeskripsikan pengaruh metode latihan *agility* terhadap kecepatan menggiring bola pada tim futsal PMM FC. Untuk mendukung penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif dengan menggunakan metode eksperimen. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes yaitu peneliti langsung mengadakan tes kepada responden.

Hasil penelitian ini adalah tingkat keterampilan tehnik dasar bermain futsal tim futsal PMM fc di kebraon *trade center* (KSC) adalah baik dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berapa pada kategori sangat baik dengan 1 orang atau 10%. Dalam posttest tingkat keterampilan tehnik dasar bermain futsal peserta tim futsal PMM fc yang berkategori baik 4 orang atau 40%, dan kurang 1 orang atau 10% sedangkan saat menjalani posttest kemampuan kecepatan menggiring bola pada cone yang telah disediakan ada peningkatan sangat baik dengan 3 orang atau 30% yang berkategori baik 2 orang atau 20% dan kurang 1 orang atau 10%.

Kata Kunci : *Agility, kecepatan, menggiring bola*

ABSTRACT

Futsal game is a ball game using the feet that aims to get the ball into the opponent's goal as much as possible. This game involves two teams where each team has five players. . This game, which involves five players in each team, requires each individual to master good playing techniques as well as good physical and mental conditions. The techniques that must be mastered by each player are passing, dribbling, shooting, controlling, heading.

In addition to the importance of mastering the basic techniques of playing futsal, a futsal player must also pay attention to physical supporting factors that can support better technical mastery. Supporting physical factors that can support the achievement of good technical mastery are speed, strength, endurance, flexibility, accuracy, power, coordination.), reaction, balance and agility. Therefore, researchers are interested in describing the effect of the agility training method on the speed of dribbling the PMM FC futsal team. To support this research, the researcher used descriptive qualitative research using experimental methods. The data collection technique used in this research is a test, namely the researcher directly conducts tests on the respondents.

The results of this study are the level of basic technical skills for playing futsal for the PMM fc dikebraon trade center (KSC) futsal team is good, considering how many frequencies are in the very good category with 1 person or 10%. In the posttest, the basic technical skill level of playing futsal, the PMM fc futsal team participants were categorized as either 4 people or 40%, and less than 1 person or 10%, while during the posttest the ability to dribble the speed of the ball on the cone provided there was a very good increase with 3 people or 30% are categorized as either 2 people or 20% and less than 1 person or 10%.

Keywords: *Agility, speed, dribbling*