

ABSTRAK

Aurora, Agatha , 2021. Modifikasi Latihan Futsal Dengan Menggunakan Bola Tenis Lapangan Untuk Meningkatkan Reaksi Kiper Futsal Di Sekolah Futsal Pelangi Nusantara Punggur Pontianak.

Skripsi, Program Studi: Pendidikan Jasmani, Fakultas Pedagogi dan Psikologi , Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Dosen Pembimbing Ramadhany Hananto Puriana, S.Pd., M.Pd

Kata Kunci : Bola tenis lapangan, Reaksi Kiper Futsal

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh modifikasi latihan menggunakan bola tenis ini untuk meningkatkan reaksi kiper futsal di Sekolah Futsal Pelangi Nusantara Punggur Pontianak. Hipotesis yang diajukan adalah ada pengaruh yang signifikan terhadap latihan menggunakan bola tenis lapangan untuk meningkatkan reaksi kiper futsal, dimana reaksi kiper-kiper tersebut mengalami peningkatan. Subyek penelitian ini adalah Siswa Kiper Sekolah Futsal Pelangi Nusantara Punggur Pontianak yang berjumlah 10 Orang. Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah One Grup Pretest-Posttest. Metode pengumpulan data menggunakan Alat Tes Reaksi yaitu *Whole Body Reaction Time Type II* yang didapat dari hasil melakukan latihan menggunakan bola tenis lapangan. Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah rumus uji "t".

Hasil deskripsi diatas dapat di lihat berdasarkan perhitungan hasil olah data SPSS 21.0 ditemukan data tabel 4.6 diketahui bahwa nilai *sig. (2-tailed)* pada kelompok eksperimen yaitu sebesar 0.001, sehingga nilai *sig. (2-tailed)* pada kelompok eksperimen < 0.05 , maka dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada Pengaruh Modifikasi Latihan Dengan Menggunakan Bola Tenis Lapangan Untuk Meningkatkan Reaksi Kiper Futsal Di Sekolah Futsal Pelangi Nusantara Punggur Pontianak.

ABSTRACT

Aurora, Agatha , 2021. *Modification of Futsal Training Using a Tennis Ball to Improve the Reaction of a Futsal Goalkeeper at Pelangi Nusantara Punggur Pontianak Futsal School.*

Undergraduate Thesis, Study Program: Physical Education, Faculty of Pedagogy and Psychology, PGRI Adi Buana University Surabaya, Supervising Lecturer Ramadhany Hananto Puriana, S.Pd., M.Pd

Keywords : *Tennis ball, Improves Goalkeeper Futsal*

This study aims to determine whether there is an effect of modifying the exercise using this tennis ball to improve the reaction of the futsal goalkeeper at the Pelangi Nusantara Punggur Pontianak Futsal School. The hypothesis proposed is that there is a significant effect on training using a tennis ball to increase the reaction of the futsal goalkeeper, where the reaction of the goalkeepers has increased. The subjects of this study were 10 students of the Pelangi Nusantara Punggur Pontianak Futsal School Goalkeepers. The research design that will be used in this research is One Group Pretest-Posttest. The data collection method uses a Reaction Test Tool, namely Whole Body Reaction Time Type II which is obtained from the results of doing exercises using a tennis ball. Data analysis used to test the hypothesis is the "t" test formula

The results of the description above can be seen based on the calculation of the results of SPSS 21.0 data processing found in table 4.6 data, it is known that the value of sig. (2-tailed) in the experimental group that is equal to 0.001, so the value of sig. (2-tailed) in the experimental group <0.05 , it can be stated that H_0 is rejected and H_a is accepted, so there is an Effect of Modification of Exercise Using a Tennis Ball to Improve the Reaction of the Futsal Goalkeeper at the Pelangi Nusantara Punggur Futsal School