

ABSTRAK

PENERAPAN PROGRAM LATIHAN *SPEED, AGILITY AND QUICKNESS* (*SAQ TRAINING*) DALAM MENINGKATKAN KEBERBAKATAN SISWA KELAS VII SMPN 1 SERANGPANJANG KAB. SUBANG

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui besarnya peningkatan kecepatan gerak (*speed, agility* dan *quickness*) siswa setelah diberikan treatment *SAQ Training* antara siswa yang memiliki tingkat keberbakatan tinggi dan rendah. Penelitian ini menggunakan metode *preexperimental design* dengan desain *one group pretest-posttest design*. Teknik penyampelan yang digunakan adalah menggunakan purposif sampling dengan sampel jenuh yang berjumlah 40 siswa. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok sama banyak (20 siswa/kelompok) melalui metode identifikasi bakat secara fisik dan kemampuan *motor educability*. Pretest dan posttest dalam penelitian ini menggunakan *SAQ test*, sedangkan *treatment* yang dipergunakan adalah *SAQ Training* yang dilaksanakan selama 12 minggu dengan jumlah pertemuan 3 kali/minggu. Data yang diperoleh dari hasil pretest dan posttest diolah dengan menggunakan software MS. Excel 2007 dan IBM SPSS versi 20. Dari hasil pengolahan data terungkap bahwa: 1). Terdapat peningkatan *speed, agility, and quickness* pada kelompok keberbakatan tinggi dengan t-hitung 17,121 > 0,05. 2). Terdapat peningkatan kecepatan gerak (*speed, agility, and quickness*) pada kelompok keberbakatan rendah dengan t-hitung 16,505 > 0,05. 3). Terdapat perbedaan peningkatan antara siswa dengan keberbakatan tinggi dan rendah didapat t-hitung 5,757 < 0,005 sehingga dapat disimpulkan peningkatan pada siswa dengan tingkat keberbakatan tinggi lebih baik dibandingkan dengan siswa dengan keberbakatan rendah.

Kata kunci: *Identifikasi bakat, Motor Educability, Kecepatan Gerak, SAQ Training, Sepak Bola.*

ABSTRACT

EXERCISE PROGRAM APPLICATION SPEED, AGILITY AND QUICKNESS (SAQ TRAINING) IN INCREASING TALENT CLASS VII SMPN 1 SERANGPANJANG KAB. SUBANG

The purpose of this study was to determine the magnitude of the increase in the velocity (speed, agility and quickness) students after being given treatment SAQ Training between students who have high and low levels of giftedness. This study uses preexperimental design with the design of one group pretest-posttest design. Find were the techniques used is using purposive sampling with saturated samples totaling 40 students. The samples were divided into 2 groups of as many (20 students / group) through talent identification methods of physical and motor skills educability. Pretest and posttest in this study using the SAQ test, whereas treatment used SAQ Training is carried out for 12 weeks with the number of meetings 3 times / week. Data obtained from the pretest and posttest processed using MS software. Excel 2007 and IBM SPSS version 20. From the data processing revealed that: 1) There is an increased speed, agility, and quickness at high giftedness group with t-test $17,121 > 0.05$. 2) There is an increased speed, agility, and quickness in the low giftedness group by t-test $16.505 > 0.05$. 3) There is a difference between the increase in students with high and low giftedness obtained t-test $5.757 < 0.005$ so that we can conclude the increase in students with a high level of giftedness better than students with low giftedness.

Keywords: Identification of talent, Motor Educability, Movement Speed, SAQ Training, Soccer.