

**PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBBLE PADA
ANAK USIA 10 TAHUN CABANG OLAHRAGA FUTSAL**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai bagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar
Sarjana Sains Program Studi Ilmu Keolahragaan*



Oleh :
Aditya Nur Fauzan
1504737

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2019**

PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBBLE PADA
ANAK USIA 10 TAHUN CABANG OLAHRAGA FUTSAL

Oleh
Aditya Nur Fauzan
1504737

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan
Olahraga Dan Kesehatan

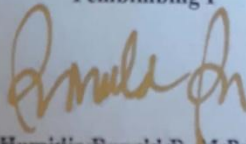
© Aditya Nur Fauzan 2019
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari
penulis.

ADITYA NUR FAUZAN

PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBBLE ANAK
USIA 10 TAHUN CABANG OLAHRAGA FUTSAL

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:
Pembimbing I



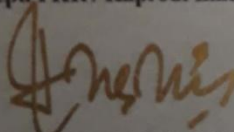
dr. Hamidie Ronaldi D., M.Pd., Ph.D.
NIP: 19701102 200012 1 001

Pembimbing II



Dr. Ahmad Hamidi, M.Pd.
NIP: 19800327 200501 1 005

Mengetahui
Ketua Dept. PKR / Kaprodi Ilmu Keolahragaan



Mustika Fitri, S.Pd., M.Pd., Ph.D.
NIP: 19681220 199802 2 001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**Pengaruh SAQ Terhadap Kecepatan Dribble Pada Anak Usia 10 Tahun Cabang Olahraga Futsal**" ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 18 Juli 2019
Penulis,

Aditya Nur Fauzan
NIM. 1504737

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya yang berjudul **“PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBBLE PADA ANAK USIA 10 TAHUN CABANG OLAHRAGA FUTSAL”**.

Dengan selesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan masukan-masukan kepada penulis. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terimakasih

Dan diharapkan bahwa dengan adanya skripsi ini semoga memberi manfaat dan wawasan mengenai hal hal yang dapat berguna sebagai acuan dan petunjuk pemahaman baik ataupun buruk dan bisa menjadi pengetahuan yang berguna bagi yang membutuhkan nya.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dari proposal ini, baik dari materi maupun teknik penyajiannya, mengingat kurangnya pengetahuan dan pengalaman penulis. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi tercapainya kesempurnaan dari skripsi ini.

Bandung, 18 Juli 2019
Penulis,

Aditya Nur Fauzan
NIM. 1504737

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih sebesar-besarnya kepada orang tua atas segala doa dan kasih sayang yang begitu sabar dalam memberi segala dukungan, ketulusan dan juga ikhlas dalam membantu setiap hal dengan penuh pengorbanan. Perjuangan kalian begitu luar biasa tiada tara. Kebahagiaan kalian sudah menjadi prioritas bagi penulis.

Terselesaikan-nya skripsi ini, tidak begitu saja terwujud tanpa adanya bantuan secara ikhlas dan tulus dari berbagai pihak, baik bantuan berupa moril, materil maupun spiritual sehingga menciptakan kondisi yang harmonis dalam penyelesaian skripsi ini. Untuk kesempatan ini penulis menyampaikan penghormatan dan penghargaan yang begitu besar serta mengucapkan terima kasih yang setulusnya kepada :

1. Prof. Dr. H. Adang Suherman, MA Selaku dekan FPOK UPI yang telah menyediakan berbagai sarana dan prasarana selama perkuliahan.
2. Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D. selaku ketua prodi Ilmu Keolahragaan FPOK UPI atas izin dan dukungannya kepada penulis untuk menyusun skripsi ini
3. dr. Hamidie Ronald D, M.Pd., Ph.D. selaku pembimbing I, yang senantiasa memberikan bimbingan, saran, kemudahan dalam arahannya, sehingga penyusunan skripsi ini selesai dengan baik.
4. Dr. Ahmad Hamidi, M.Pd. selaku pembimbing II, yang senantiasa memberikan motivasi, pengarahan, kritik, saran, koreksi serta solusi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Iman Imanudin, M.Pd.. selaku dosen pembimbing akademik penulis yang memberikan bimbingan akademik dengan penuh kesabaran, keramahan sehingga penulis akhirnya dapat menyelesaikan proses studi ini dengan baik dan lancar.
6. Pak Egi selaku staf Tata Usaha yang begitu mudah dalam memberikan akses kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh staf pengajar di jurusan Pendidikan kesehatan dan rekreasi dan program studi Ilmu Keolahragaan FPOK UPI.
8. Bapak Dali Suhendra, Ibu Siti Rochmah yang telah memberikan doa, semangat, dan motivasi yang tidak terkira penulis dalam mendukung serta

memberikan pengorbanan yang dahsyat mengajarkan segala hal dalam hidup penulis dari mulai kecil hingga sekarang ini. Dan juga kakaku Rima Indah Dewi

9. Sahabat dan keluarga Pondok Ando (Vincen, Yudha, Imel, Ica, Titut, A Tian, Mita, Vika, Reza, Duduy, Ali, Lombok, Abas, Ambon, Akil, Isal, Pajar, Syahdan) yang membantu dalam proses penulisan dan membangkitkan semangat dan motivasi lebih serta memberikan warna dalam perkuliahan sekaligus teman seperjuangan dalam menyusun skripsi.
10. Rekan-rekan Ilmu Keolahragaan 2015 yang menjadi inspirasi dan memberikan motivasi selama perkuliahan.
11. UKM Futsal UPI yang memberikan motivasi dan wadah menyalurkan hobi dengan berkumpul serta menjalankan banyak pertandingan bersama.
12. Futura esposa, Meilani Gandini yang telah memberikan motivasi, semangat, serta banyak membantu dalam proses penulisan skripsi.

Demikian ungkapan hati penulis kepada orang-orang yang berjasa, berkontribusi tanpa pamrih kepada penulis. Allah SWT Maha Mengetahui setiap amal kebaikan, malaikat senantiasa mencatatnya. Semoga amal kebaikan, keikhlasan menjadi berkah dan dibalas oleh Allah SWT.

ABSTRAK

PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBBLE PADA ANAK USIA 10 TAHUN CABANG OLAHRAGA FUTSAL

Aditya Nur Fauzan
1504737

Pembimbing I : dr. Hamidie Ronald D, M.Pd., Ph.D

Pembimbing II : Dr. Ahmad Hamidi, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *SAQ* terhadap kecepatan dribble pada anak usia 10 tahun cabang olahraga futsal. Dalam penelitian ini menggunakan metode *Randomized Pre-test Post-test Control Grup Design*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang dengan 2 kategori kelompok yang diberi perlakuan (kelompok *SAQ*) dan kelompok yang tidak mendapat perlakuan (kelompok kontrol). Tes awal dan tes akhir pada penelitian ini menggunakan tes *sprint* dengan bola sejauh 20 meter dan *slalom test with the ball*. Analisis data menggunakan *Paired Sample t-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh latihan *SAQ* terhadap kecepatan dribble pada anak usia 10 tahun cabang olahraga futsal dengan nilai signifikansi 0.01 pada tes *sprint* dengan bola 20 meter dan 0.000 pada *slalom test with the ball* $P < 0.05$, H_0 ditolak maka terdapat pengaruh latihan *SAQ* terhadap kecepatan dribble pada anak usia 10 tahun cabang olahraga. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya agar lebih mengoptimalkan latihan *SAQ* untuk meningkatkan prestasi dan menciptakan bibit untuk perkembangan olahraga futsal kedepannya.

Kata kunci: *SAQ*, anak usia 10 tahun, kecepatan dribble

ABSTRACT

THE EFFECT OF SAQ ON DRIBBLE SPEED OF CHILDREN AGE 10th IN FUTSAL

Aditya Nur Fauzan
1504737

Advisor I : dr. Hamidie Ronald D, M.Pd., Ph.D

Advisor II : Dr. Ahmad Hamidi, M.Pd.

This study aims to determine the effect of SAQ on dribble speed in children aged 10 years in futsal. In this study using the Randomized Pre-test method Post-test Design Group Control. The sampling technique used in this study is total sampling. The sample in this study amounted to 18 people with 2 categories of treated groups (SAQ group) and groups that did not get treatment (control group). The initial test and final test in this study used a sprint test with a ball as far as 20 meters and a slalom test with the ball. Data analysis using Paired Sample t-test. The results of this study indicate that there is an effect of SAQ training on dribble speed in 10-year-old futsal sports with a significance value of 0.01 on a sprint test with a ball of 20 meters and 0,000 on a slalom test with the ball $P < 0.05$, H_0 is rejected, then there is the effect of SAQ training on the speed of dribble in 10-year-olds in sports. Recommendations for further research to further optimize SAQ training to improve performance and create seeds for the development of futsal sports in the future.

Keyword : SAQ, Young Players, Dribble Speed

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
UCAPAN TERIMAKASIH	ii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii

BAB I.

PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah.....	2
1.3. Tujuan Penelitian	2
1.4. Manfaat Penelitian	3
1.5. Struktur Organisasi	3

BAB II.

TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Kondisi Fisik dan Komponen Kondisi Fisik	5
2.2 Dribble.....	6
2.3 Anak U-10 Tahun.....	6
2.4 Futsal.....	6
2.5 Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	7
2.6 Posisi Teoritis.....	8
2.7 Hipotesis Penelitian.....	9

BAB III.

METODE PENELITIAN	10
3.1 Desain Penelitian.....	10
3.2 Partisipan.....	11
3.3 Populasi dan Sampel	11
3.4 Instrumen Penelitian	11
3.4.1 Sprint 20m.....	12
3.4.2 <i>Slalom Test</i> dengan Bola.....	13
3.5 Prosedur Penelitian	14
3.6 Analisis Data	15

BAB IV.	
TEMUAN DAN PEMBAHASAN	17
4.1 Temuan Penelitian	17
4.2 Analisis Deskriptif	17
4.3 Uji Normalitas	18
4.4 Uji Homogenitas	19
4.5 Uji Hipotesis	20
4.6 Uji Beda dua Rata-Rata	23
4.7 Pembahasan Penelitian	24
BAB V.	
SIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	25
5.1 Simpulan	25
5.2 Implikasi	25
5.3 Rekomendasi	25
DAFTAR RUJUKAN	27
DAFTAR LAMPIRAN	30
RIWAYAT HIDUP	46

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Hasil Penelitian yang Relevan	7
Tabel 4.1 Deskripsi Data	17
Tabel 4.2 Uji Normalitas Data.....	18
Tabel 4.3 Uji Homogeitas Data.....	19
Tabel 4.4 Uji Hipotesis.....	20

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	10
Gambar 3.2 <i>Sprint</i> 20m dengan bola.....	12
Gambar 3.3 <i>Slalom Test</i> dengan bola.....	13
Gambar 3.4 <i>Treatment SAQ</i>	14
Gambar 3.5 Langkah Penelitian.....	15
Gambar 4.1 Grafik <i>sprint</i> 20m dengan bola kelompok SAQ.....	21
Gambar 4.2 Grafik <i>sprint</i> 20m dengan bola kelompok kontrol.....	21
Gambar 4.3 Grafik <i>slalom test</i> dengan bola kelompok SAQ.....	22
Gambar 4.4 Grafik <i>slalom test</i> dengan bola kelompok kontrol.....	22

DAFTAR RUJUKAN

- Adhi, Y. N., & Wismanadi, D. H. M. P. (2018). PENGARUH LATIHAN LADDER DRILL CROSSOVER SHUFFLE TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN. *Jurnal Kesehatan Olahraga*.
- Ary Wirajaya, A. (2013). PENGARUH STRUKTUR MODAL, PROFITABILITAS DAN UKURAN PERUSAHAAN PADA NILAI PERUSAHAAN. *E-Jurnal Akuntansi*.
- Bangsbo, J., Mohr, M., & Krstrup, P. (2006). Physical and metabolic demands of training and match-play in the elite football player. In *Nutrition and Football: The FIFA/FMARC Consensus on Sports Nutrition*. <https://doi.org/10.4324/9780203967430>
- Basrah, H. (2014). Metode Pengumpulan Data. *Teori Online: References, Tutorials, and Discussion*.
- casey Jonathan. (2017). Pembangunan Aplikasi Mobile Pencarian Pertandingan Futsal Dengan Metode Breadth First Search. Universitas Atmajaya Yogyakarta.
- Estriana Fiwka. (2017). Sejarah Permainan Futsal Dunia Dan Indonesia – Situs Berita Pendidikan.
- Hadi Sutarto, R. (2014). Metode Pemecahan Masalah Menurut Polya untuk Mengembangkan Kemampuan Siswa dalam Pemecahan Masalah Matematis di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Matematika*.
- Hamzah, B., & Hadiana, O. (2019). Pengaruh Penggunaan Model Problem Based Learning Terhadap Keterampilan Passing Dalam Permainan Futsal. *JUARA: Jurnal Olahraga*. <https://doi.org/10.33222/juara.v3i1.210>
- Hinda Zhannisa, U., & Sugiyanto, F. (2015). MODEL TES FISIK PENCARIAN BAKAT OLAHRAGA BULUTANGKIS USIA DI BAWAH 11 TAHUN DI DIY. *Jurnal Keolahragaan*.
- Jack R.Fraenkel, N. E. W. (1932). *How to Design and Evaluate Research in Education* (Seven; Michael Ryan, Ed.). American, New York: Beth Mejia.
- Kemenpora. (2009). *Materi Pelatihan Pelatih Fisik Level II. Asdep Pengembangan Tenaga dan Pembinaan Keolahragaan*.
- Kurniawati, A. (2018). PERILAKU SOSIAL ATLET PUTERI CABANG OLAHRAGA FUTSAL. *Jurnal Ilmiah LISKI (Lingkar Studi Komunikasi)*. <https://doi.org/10.25124/liski.v3i1.807>
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*.
- Milanović, Z., Sporiš, G., Trajković, N., James, N., & Šamija, K. (2013). Effects of a 12 week SAQ training programme on agility with and

- without the ball among young soccer players. *Journal of Sports Science and Medicine*, 12(1), 97–103.
- Muhammadiyah. (2011). PENGARUH METODE LATIHAN LARI PERCEPATAN DAN LARI INTERVAL TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA Muhammadiyah. *Universitas Syiah Kuala Universitas Syiah Kuala Jl. Tgk. Syeh Abdul Rauf*.
- Nurrudin. (2012). Instrument development fortalent scouting fencing athlete achievement towards. *Journal SPIRIT*, 33–46.
- Reilly, T., Bangsbo, J., & Franks, A. (2000). Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer. *Journal of Sports Sciences*. <https://doi.org/10.1080/02640410050120050>
- Rizkiyanto□, S. & T. S. (2018). The Effect of Exercise and Agility on Speed Dribbling Football Extracurricular MTs Al-Uswah Semarang. *Journal of Physical Education and Sports*, 7(1), 95–99.
- Ruslan. (2011). MENINGKATKAN KONDISI FISIK ATLET PUSAT PENDIDIKAN Ruslan. *ILARA*.
- Russell, M., Benton, D., & Kingsley, M. (2010). Reliability and construct validity of soccer skills tests that measure passing, shooting, and dribbling. *Journal of Sports Sciences*, 28(13), 1399–1408. <https://doi.org/10.1080/02640414.2010.511247>
- Safi'i. (2015). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal Putra Pra Pon Jawa Tengah Dalam Persiapan PON XIX Tahun 2015. *Kondisi Fisik*.
- Sari, A. K. (2014). Analisis Karakteristik Gaya Belajar Vak (Visual , Auditorial , Kinestetik) Mahasiswa Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Edutic*.
- Scanlan, A. T., Tucker, P. S., & Dalbo, V. J. (2014). A comparison of linear speed, closed-skill agility, and open-skill agility qualities between backcourt and frontcourt adult semiprofessional male basketball players. *Journal of Strength and Conditioning Research*. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000276>
- Sporiš, G., Milanovi, Z., Trajkovi, N., & Joksimovi, A. (2011). Correlation between speed, agility and quickness (SAQ) in elite young soccer players. *Acta Kinesiologica*, 2, 36–41.
- Supriyoko, A., & Mahardika, W. (2018). Kondisi Fisik Atlet Anggar Kota Surakarta. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v4i2.12540
- Zemková, E., & Hamar, D. (2009). THE EFFECT OF SOCCER MATCH INDUCED FATIGUE ON NEUROMUSCULAR PERFORMANCE. *Kinesiology*.