

**KEMAMPUAN FISIK PEMAIN SEPAKBOLA SEKOLAH SEPAKBOLA
(SSB) TUNAS MUDA KOTO TANGAH
KABUPATEN TANAH DATAR**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Olahraga*



Syahril Ramadhan
17089040

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

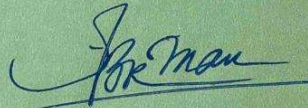
SKRIPSI

Judul : Kemampuan Fisik Pemain Sepakbola Sekolah
Sepakbola (SSB) Tunas Muda Koto Tengah
Kabupaten Tanah Datar
Nama : Syahril Ramadhan
NIM/ BP : 17089040 / 2017
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang , Januari 2023

Disetujui Oleh:

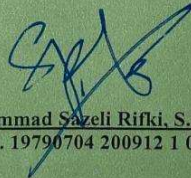
Pembimbing



Prof. Dr. Bafirman HB, M.Kes. AIFO
NIP. 19591104 198510 1 001

Mengetahui :

Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si., M.Pd
NIP. 19790704 200912 1 004

PENGESAHAN SKRIPSI

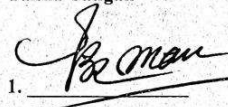

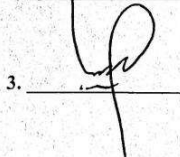
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Departemen Kesehatan Dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Kemampuan Fisik Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB)
Tunas Muda Koto Tangah Kabupaten Tanah Datar

Nama : Syahril Ramadhan
NIM/ BP : 17089040 / 2017
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2023

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Prof. Dr. Bafirman HB, M.Kes. AIFO	1. 
2. Anggota : Dr. Didin Tohidin, M.Kes., AIFO	2. 
3. Anggota : Andri Gemaini, S.Si., M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya merupakan tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Kemampuan Fisik Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda Koto Tangah Kabupaten Tanah Datar", adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari dosen pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam acuan di dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2023
Yang membuat pernyataan



Syahril Ramadhan
NIM. 17089040

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismillahirrohmanirrohim

Alhamdulillah segala puji bagi Allah S.W.T ku persembahkan hasil karya skripsiku ini untuk abak dan amak yang telah melalui banyak perjuangan dan rasa sakit. Tapi saya berjanji tidak akan membiarkan semua itu sia-sia. Saya ingin melakukan yang terbaik untuk setiap kepercayaan yang diberikan. Saya akan tumbuh, untuk menjadi yang terbaik yang saya bisa. Pencapaian ini adalah persembahan istimewa saya untuk abak dan amak, terimakasih juga kepada kakek tercinta Udin (Almarhum) dan nenek Yunidar, adik-adik tercinta Miftahul Hamdi, Khairul Azzam, Azhima Rahmatika dan juga terima kasih kepada etek Lily Yuliana dan kak Febrike Ramadhan yang sudah memberikan inspirasi, dorongan dan dukungan yang telah kalian berikan kepada saya, saya mungkin bukan apa-apa saat ini.

I love you untuk semuanya, setidaknya nanti aku bisa membuat kalian bangga dan membahagiakan kelak, Amin ya Allah, amin ya Robbal alamin.....

Terimakasih untuk adik-adik uda PERSIKOTA dan TUNAS MUDA Koto Tengah yang sudah ikut berpartisipasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

Terimakasih kepada Prof. Dr. Bafirman HB, M.Kes. AIFO selaku pembimbing yang tidak henti-hentinya memberikan masukan dan ilmu yang bermanfaat bagi saya, terimakasih untuk tim penguji Dr. Didin Tohidin, M.Kes. AIFO dan Andri Gemaini, S.Si., M.Pd yang sudah memberikan masukan dan saran sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini dan Terimakasih untuk rekan-rekan FIK UNP angkatan 2017 khususnya rekan-rekan jurusan kesehatan dan rekreasi Bp 2017 senang bisa kenal dengan kalian dan cara kalian berteman dan untuk kawan-kawan yang selalu hadir dalam kehidupanku.

Assalamualaikum warahmatullohi wabarokatuh



Syahril Ramadhan

ABSTRAK

Syahril Ramadhan (2022): “Kemampuan Fisik Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola (SBB) Tunas Muda Koto Tengah Kabupaten Tanah Datar.” Skripsi. Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang”.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh Rendahnya kemampuan kondisi fisik pemain sepakbola tersebut disebabkan oleh kurangnya jadwal latihan kondisi fisik pada SSB Tunas Muda dan Sarana dan Prasarana latihan yang belum memadai, kurangnya motivasi dari pemain sepakbola untuk menghadiri latihan kondisi fisik karena mereka lebih suka langsung bermain tanpa latihan dasar, hal itu juga berpengaruh terhadap kemampuan teknik bermain sepakbola mereka.

Jenis penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif. penelitian deskriptif adalah penelitian yang tidak bermaksud untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan apa adanya tentang suatu variabel, gejala atau keadaan tertentu. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik *Total Sampling* maka didapat kelompok pemain usia 15-17 tahun yang berjumlah 18 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kemampuan daya tahan pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah dilakukan dengan menggunakan tes *Bleep Test* telah diperoleh data tentang variabel daya yang mana dengan kategori **rendah**, Kemampuan Kelincahan pemain sepak bola SBB Tunas Muda Koto tengah dengan kategori **baik**, Kemampuan daya Ledak otot tungkai pemain sepakbola SBB Tunas Muda Koto Tengah dalam kategori **rendah**, Kemampuan Kecepatan pemain sepakbola SBB Tunas Muda Koto Tengah dalam kategori **baik sekali**.

Kata Kunci: Kemampuan Fisik, Pemain Sepakbola

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah rabbil 'alamin Wassalamu ala asrafil ambia wal mursalin wa'ala alihi wasabihi ajma'in. Puji dan syukur kita ucapkan kita haturkan kehadiran Allah rabbul jalil jul jalalil wal ikram shalawat beserta salam kita kirimkan buat baginda Nabi kita Muhammad SAW.

Skripsi yang berjudul “**Kemampuan Fisik Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola (SBB) Tunas Muda Koto Tangah.**”, ini telah penulis selesaikan untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat untuk menjadi Sarjana (S1).

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih banyak kekurangannya, baik dari segi bentuk maupun isinya, karena terbatasnya pengetahuan dan pengalaman, maka untuk itu penulis mangharapkan kritik dan saran yang bersifat membantu demi kesempurnaan skripsi ini.

Selanjutnya tak lupa disampaikan ucapan terima kasih kepada semua yang memberikan motivasi dan dorongan serta membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, ucapan terima kasih dan do'a ini penulis persembahkan :

1. Kedua orang tua dan keluarga yang teristimewa dan sangat kucintai ayahanda Amrizal dan ibunda Itlinar dan adik tercinta Miftahul Hamdi, Khairul Azzam dan Azzima Rahmatika yang selalu memberikan doa kasih sayang dan dukungan baik secara moril maupun materil
2. Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd sebagai Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat untuk menyelesaikan skripsi ini
3. Prof. Dr. Bafirman, HB M.Kes. AIFO yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penyelesaian skripsi ini

4. Dr. Didin Tohidin, M.Kes., AIFO dan Andri Gemaini, S,Si.,M.Pd sebagai penguji yang telah memberikan saran dan kritikan demi sempurnanya penulisan skripsi ini
5. Seluruh staf pengajar Departemen Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama peneliti mengikuti perkuliahan
6. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan dukungan dalam penulisan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, September 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR	vi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatas Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori	8
1. Sepakbola	8
2. Kondisi Fisik	13
B. Penelitian Relevan.....	22
E. Kerangka Konseptual	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Jenis Penelitian	25
B. Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian	25
D. Definisi Operasional	26
E. Jenis dan Sumber Data	27
F. Teknik Pengumpulan Data	28
G. Instrumen Penelitian	29
H. Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Gambaran Umum	37
B. Kemampuan Daya Tahan Pemain Sepakbola	38
C. Kemampuan Kelincaha Pemain Sepakbola	39
D. Kemampuan Daya Ledak Otot Tungkai Pemain Sepakbola	41
E. Kemampuan Kecepatan Pemain Sepakbola.....	42
F. Pembahasan	44
BAB V PENUTUP.....	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

3.1 : Norm klasifikasi VO ₂ Max Untuk Atlet Putra.....	31
3.2 : Norma Penilaian Kelincahan	32
3.3 : Noma Penilaian Vertical Jump	34
3.4 : Norma klasifikasi tes lari 50 meter	35
4.1 : hasil kemampuan daya tahan	38
4.2 : hasil kemampuan kelincahan	39
4.3 : Hasil kemampuan daya ledak	41
4.4 : Hasil kemampuan kecepatan pemain.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Mengukur Daya Tahan	29
Gambar 2 : Mengukur Kelincahan	31
Gambar 3 : Vertical Jump.....	32
Gambar 4 : Sprint 50 M	34
Gambar 5 : Menjelaskan Tata Cara Pelaksanaan Tes Kepada Pemain.	61
Gambar 6 : Alat Tes Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola	61
Gambar 7 : Tes Vertical Jump Pemain SSB Tunas Muda	62
Gambar 8 : Tes Lari 50 Meter Pemain Sepakbola	63
Gambar 9 : Tes Daya Tahan SSB Tunas Muda	63
Gambar 10: Tes Kelincahan SSB Tunas Muda.....	64

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer sampai saat ini didunia manapun. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari berbagai bentuk, baik peraturan maupun permainannya yang digemari oleh seluruh lapisan masyarakat.

Kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi yang sangat pesat banyak mempengaruhi perkembangan sepakbola tersebut. Seiring perkembangan dari segala bidang-bidang tentang sepakbola, maka dirasa perlu bagi mahasiswa mengikuti kemajuan sepakbola dari zaman ke zaman dibelahan bumi ini.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu, satu regu terdiri dari 11 orang pemain dan termasuk satu orang penjaga gawang (*keeper*). Permainan sepakbola begitu populer dan menjadi perhatian banyak orang. Hal ini dibuktikan banyaknya berdiri Sekolah Sepakbola (SSB), di sekolah sepakbola inilah dilakukan pengembangan dan pembinaan terhadap anak-anak dan para remaja yang mempunyai bakat dan minat terhadap olahraga sepakbola tersebut.

Mengajarkan keterampilan bermain sepakbola pada anak-anak dan remaja merupakan suatu upaya untuk pengembangan dan pembinaan olahraga sepakbola sejak usia dini hal ini bertujuan untuk mengembangkan bakat dan minat seseorang hingga mencapai prestasi terbaik dalam cabang olahraga sepakbola. Salah satu wadah tempat

mengembangkan bakat dan minat bermain sepakbola adalah Sekolah Sepakbola (SSB) yang banyak berdiri di daerah-daerah (Afkhar, 2019).

Pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan dibidang olahraga sesuai dengan UU RI No. 3 pasal 21 ayat 3 (2005) bahwa: “Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemaduan serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi”. Sesuai dengan UU di tersebut dapat dipahami bahwa perkembangan dan pembangunan olahraga merupakan hal yang sangat penting serta bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani maupun prestasi.

Syafruddin (2012) menyebutkan bahwa: ”Sebagai unsur-unsur olahraga prestasi, yang ditampilkan atau yang diperagakan oleh seorang atlet baik secara perorangan maupun tim dalam suatu pertandingan merupakan perpaduan dari kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental yang dimiliki atlet tersebut. Keempat unsur tersebut menyatu dalam satu bingkai yang dikenal dengan prestasi olahraga”.

Kondisi fisik Merupakan salah satu unsur terpenting dalam sepakbola . Sepakbola adalah permainan fisik dan mental yang menantang yang dinyatakan dalam *luxbacher* (2001).Keberhasilan seseorang pemain sepakbola ditentukan oleh faktor kondisi fisik yang prima. Tanpa adanya kondisi fisik yang baik dimiliki oleh pemain sepakbola, maka secara otomatis pemain tersebut akan mengalami kesulitan untuk menampilkan teknik sepakbola itu sendiri, adapun menurut Syafruddin (2012), unsur-unsur kondisi fisik: kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelentukan dan

koordinasi. Semua komponen kondisi fisik tersebut dibutuhkan dalam olahraga sepakbola namun kondisi fisik yang dominan dibutuhkan tergantung pada situasi dan kondisi pemain berada dan teknik yang sedang dilakukan. Dengan adanya unsur fisik kekuatan yang bagus dan didukung oleh teknik yang benar dimiliki pemain serta keeluasaan gerakan persendian tubuh akan memberikan kemudahan bagi pemain pada saat dalam permainan sepakbola.

Beberapa tahun terakhir, Sekolah Sepakbola (SSB) banyak berdiri di Indonesia begitupun di kabupaten Tanah Datar. Mulai dari SSB yang profesional hingga SSB yang hanya untuk memberikan pelatihan kepada anak-anak sekolah dasar, keberadaan SSB diharapkan mampu mencetak para atlet sepak bola yang berkualitas dan melahirkan pesepakbola kebanggaan masyarakat Indonesia pada umumnya, dan kabupaten Tanah Datar khususnya. Hal itu terbukti dengan banyaknya bermunculan klub – klub yang melakukan pembinaan untuk usia dini di kabupaten Tanah Datar, diantaranya seperti SSB Bengkawas, SSB Excellent, SSB Gempar dan SSB Tunas Muda.

Diantara SSB yang ada di kabupaten Tanah Datar, SSB Tunas Muda merupakan salah satu klub yang sudah lama berdiri. Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda berlokasi di Jorong Koto Tangah, Nagari Koto Tangah, Kecamatan Tanjung Emas, Kabupaten Tanah datar. SSB Tunas Muda berdiri pada tahun 2001 yang didirikan oleh Alm. Alizar Nobon dan pada saat ini dilatih oleh Okky Arnaira, S.Pd. yang mempunyai lisensi kepelatihan yaitu Lisensi D Nasional. Adapun jumlah siswa Sekolah

Sepakbola (SSB) Tunas Muda pada saat ini yaitu 54 orang dengan rentang usia dari umur 10 sampai 17 tahun. Jadwal latihan rutin 4 kali seminggu yakni hari Selasa, Kamis, Jum'at dan Minggu.

Adapun prestasi yang diraih oleh Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda diantaranya yang diraih baru-baru ini yaitu: Juara 3 Akademi Gumarang Cup 2021 Kelompok umur 15 Tahun, Juara 1 Mandala Cup Saruaso 2021 Kelompok Umur 13 dan 11 Tahun, Juara 1 Nagari Pariangan Cup 2021 Kelompok Umur 15 Tahun. Juara 1 Wali Nagari Cup Supanjang 2021 Kelompok Umur 17 Tahun.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan dilapangan pada saat mengikuti latihan, uji coba dan mengikuti kejuaraan SSB, masih jauh dari harapan. Masalah yang sangat menonjol adalah kondisi fisik pemain SSB Tunas Muda. Pada babak pertama para pemain SSB Tunas Muda dapat menguasai jalannya pertandingan dengan baik dan dapat bekerja sama dengan bagus, serta bisa mengatur tempo permainan sehingga melahirkan peluang untuk menciptakan gol.

Namun pada babak kedua, para pemain mulai melakukan kesalahan-kesalahan, seperti akurasi tembakan yang tidak pas, stamina yang terlihat menurun dan kehilangan konsentrasi didalam bermain, kalah dalam duel baik *sprint* maupun *body charge* sehingga tidak terlihat lagi kerja sama satu tim yang baik, serta lemah dalam mengantisipasi serangan lawan yang mengakibatkan gol untuk tim lawan (Vincentius, 2020).

Rendahnya kemampuan kondisi fisik pemain sepakbola tersebut mungkin disebabkan oleh kurangnya jadwal latihan kondisi fisik pada SSB

Tunas Muda dan Sarana dan Prasarana latihan yang belum memadai, kurangnya motivasi dari pemain sepakbola untuk menghadiri latihan kondisi fisik karena mereka lebih suka langsung bermain tanpa adanya latihan dasar, hal itu juga berpengaruh terhadap kemampuan teknik bermain sepakbola mereka. Selain itu faktor lingkungan seperti seringnya bergadang juga menjadi penyebab rendahnya kondisi fisik atlet pada SSB tersebut. Kondisi fisik yang rendah pada atlet tersebut meliputi, daya tahan, kelincahan, kelentukan, daya ledak, kekuatan dan kecepatan. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **“Kemampuan Fisik Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda Koto Tengah Kabupaten Tanah Datar”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kurangnya jadwal latihan kondisi fisik pada SSB Tunas Muda.
2. Sarana dan prasarana yang tidak memadai.
3. Faktor lingkungan yang mempengaruhi kondisi fisik pemain sepakbola SSB Tunas Muda.
4. Kurangnya motivasi dari pemain sepakbola SBB Tunas Muda.
5. Kurangnya kemampuan teknik pemain sepakbola SBB Tunas Muda,

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan maka peneliti perlu membatasi masalah agar penelitian ini dapat dilaksanakan sesuai dengan jangka waktu dan biaya serta tercapainya sasaran penelitian yang diinginkan .

dalam hal ini usia dan masalah penelitian dibatasi yaitu untuk mengetahui Kemampuan Fisik Pemain Sepakbola Usia 15-17 Tahun Sekolah Sepak Bola (SSB) Tunas Muda Koto Tengah Kabupaten Tanah Datar”

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan diatas, maka penulis merumuskan masalah penelitian yaitu :

1. Bagaimana kemampuan daya tahan pemain sepakbolaSSB Tunas Muda Koto Tengah ?
2. Bagaimana kemampuan kelincahan pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah ?
3. Bagaimana kemampuan daya ledak tungkai pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah ?
4. Bagaimana kemampuan kecepatan pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah yang dikemukakan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah yang meliputi:

1. Untuk mengetahui kemampuan daya tahan pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah.
2. Untuk mengetahui kemampuan kelincahan pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah.
3. Untuk mengetahui kemampuan daya ledak pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah.

4. Untuk mengetahui kemampuan kecepatan pemain sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah.

F. Manfaat Penelitian

1. Sebagai syarat memperoleh gelar sarjana di jurusan Kesehatan dan Rekreasi Olahraga Universitas Negeri Padang.
2. Dapat memberikan pengalaman dan pengetahuan bagi peneliti melalui pengamatan lapangan.
3. Memberikan pengetahuan dan masukan bagi pelatih-pelatih sepakbola khususnya pelatih fisik terkait dengan model latihan yang efektif dan efisien.
4. Memberikan masukan ilmu yang baik dan benar kepada pemain sekolah sepakbola SSB Tunas Muda Koto Tengah Kabupaten Tanah Datar.
5. Pengembangan ilmu pengetahuan serta sebagai pengetahuan bagi pembaca.
6. Untuk mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai bahan kepustakaan dalam penulisan karya ilmiah.