

**TINGKAT KEMAMPUAN GERAK DASAR DAN STATUS GIZI PEMAIN  
RIPAN'S SOCCER SCHOOL KOTA PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fakultas*

*Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Padang*



**Oleh :**

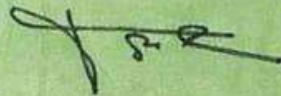
**Novran Dwi Aryandi  
NIM. 18087045**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
DEPARTEMEN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**Judul** : Tingkat Kemampuan Gerak Dasar Dan Status Gizi  
Pemain Ripan's Soccer School Kota Padang  
**Nama** : Novran Dwi Aryandi  
**NIM / BP** : 18087045/ 2018  
**Program Studi** : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
**Departemen** : Kepelatihan  
**Fakultas** : Ilmu keolahragaan

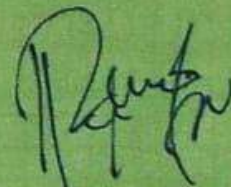
**Mengetahui**  
**Kepala Departemen**



**Dr. Donie, S.Pd., M.Pd.**  
**NIP. 19720717 199803 1 004**

**Padang, September 2023**

**Dosen Pembimbing**



**Dr. Roma Irawan S.Pd, M.Pd**  
**NIP. 19810726200604 1 002**

**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Nama        Novran Dwi Aryandi  
NIM / BP    18087045/ 2018

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
dengan judul

Tingkat Kemampuan Gerak Dasar Dan Status Gizi Pemain Ripan's Soccer  
School Kota Padang

Padang, September 2023

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Roma Irawan S.Pd, M.Pd

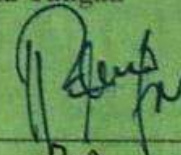
1.

2. Anggota: Drs. John Arwandi, M.Pd

2.

3. Anggota : Drs. M. Ridwan, M.Pd

3.



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tingkat Kemampuan Gerak Dasar dan Status Gizi Pemain *Ripan's Soccer School* Kota Padang” adalah karya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan penguji.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya 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 lain sesuai norma dan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2023.



**KUYRAN DWI ARYANDI**  
NIM. 18087045

## Abstrak

**Novran Dwi Aryandi (2023), Tingkat Kemampuan Gerak Dasar dan Status Gizi Pemain *Ripan's Soccer School* Kota Padang. Skripsi S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Departemen Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. Pembimbing Dr. Roma Irawan, M.Pd.**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih adanya beberapa gerakan gerakan dasar yang belum sempurna sehingga mempengaruhi performa anak untuk dapat bermain bola dengan baik. Terbukti ketika saat pemain berlari masih sering kehilangan keseimbangan dan kecepatan lari tidak maksimal. Dan juga terdapat banyak perbedaan bentuk tubuh anak-anak di usia 10-13 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar dan rata-rata berat badan pemain *Ripan's Soccer School* Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Sumber data penelitian adalah data pemain *Ripan's Soccer School* Kota Padang. Dengan sampel sebanyak 35 orang yaitu pemain ripan soccer school yang berusia 10-13 tahun. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen TGMD selanjutnya diolah dengan rumus persentase.

Hasil penelitian ini adalah Nilai kemampuan objek kontrol pemain *Ripan's Soccer School* Kota Padang berada dalam kategori “cukup”, nilai kemampuan lokomotor pemain *Ripan's Soccer School* Kota Padang berada dalam kategori “cukup”, dan data BMI pemain *Ripan's Soccer School* Kota Padang berada dalam kategori “*thin*”.

**Kata Kunci:** Kemampuan Gerak Dasar, Status Gizi.

## Kata Pengantar



Alhamdulillah segala puji dan syukur kehadiran Allah Subhanahu wata'ala atas berkah, rahmat dan hidayah-Nya yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis, sehingga bisa menyelesaikan proposal penelitian dengan judul **“Tingkat Kemampuan Gerak Dasar dan Status Gizi Pemain *Ripan’s Soccer School Kota Padang*”** sebagai syarat untuk melakukan penelitian di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Shalawat beriring salam selalu turunkan kepada baginda Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam yang telah membawa umatnya dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang yang penuh dengan pengetahuan, teknologi yang kita rasakan sekarang ini.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis berterima kasih kepada:

1. Kepada kedua orangtua ku yaitu Ibunda tercinta ibu Fitriyani dan juga Bapakku tercinta bapak Nasrak atas dukungan moral, materi dan doa dalam setiap sujudnya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Kepada bapak Dr. Donie, S.Pd, M.Pd selaku ketua departemen kepelatihan yang telah memberi bimbingan, dukungan, dan saran-saran yang membangun kepada penulis.
3. Kepada Dr. Roma Irawan M.pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat serta saran-saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

4. Kepada Bapak Drs. John Arwandi M.pd dan Bapak Drs. M. Ridwan M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, kritikan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Untuk orang yang spesial bagi saya dan penyemangat untuk menyelesaikan kuliah saya yaitu Vania Ulfa Shabrina, yang sangat banyak membantu saya.
6. Terima kasih kepada Ram Dany, Muhammad Fadhel Saputera, Pebri, Adi Fitriada, Zul Halim serta teman teman kontrakan anak rantau yang telah membantu dan menemani disetiap perjalanan saya sampai pada akhir pembuatan skripsi ini.
7. Terima kasih kepada tim SSB Ripan's Soccer School yang bersedia membantu saya dalam menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi.
8. Kepada semua rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, abang dan kakak senior, dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-satu.
9. Rasa hormat dan ucapan terima kasih kepada semua pihak atas segala do'a dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini. Semoga Allah Subhanahu wata'ala melimpahkan rahmat, taufik dan karunianya dalam setiap kebaikan serta diberikan balasan oleh-Nya, Aamiin.

Padang, agustus, 2023

Novran Dwi Aryandi

## Daftar Isi

HALAMAN PERSETUJUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Abstrak .....	iii
<b>Kata Pengantar</b> .....	iv
Daftar Isi.....	vi
Daftar Tabel.....	viii
Daftar Gambar.....	ix
Daftar Lampiran .....	x
BAB I .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II .....	10
A. Kajian Teori .....	10
1. Sepakbola.....	10
2. Gerak Dasar .....	13
3. Status Gizi.....	22
B. Penelitian yang Relevan.....	28
C. Kerangka Koseptual.....	29
D. Pertanyaan Penelitian.....	30



BAB III.....	31
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
C. Definisi Operasional .....	31
D. Populasi dan Sampel.....	32
E. Instrumen Penelitian .....	33
F. Jenis dan Sumber Data.....	49
G. Teknik Pengumpulan Data.....	49
H. Teknik Analisis Data.....	50
BAB IV .....	52
A. Hasil Penelitian .....	52
B. Pembahasan.....	56
BAB V.....	58
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran .....	58
Daftar Pustaka .....	59

### **Daftar Tabel**

Tabel 1. Norma Penilaian BMI .....	27
Tabel 2 Populasi Penelitian.....	32
Tabel 3 Kriteria Skor Tes .....	46
Tabel 4 Norma Penilaian BMI .....	48
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Nilai Kemampuan Objek Kontrol .....	52
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Nilai Kemampuan Lokomotor.....	54
Tabel 7 Tabel Data BMI .....	55

## Daftar Gambar

Gambar 1 Menendang bola dengan kaki bagian dalam .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2 Menendang bola dengan kaki bagian luar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3 Menendang bola dengan punggung kaki .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 4 Menghentikan bola (stopping) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 5 Menggiring bola .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 6 Menendang bola ke gawang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 7 Menyundul bola (heading) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 8 Kerangka Konseptual .....	30
Gambar 9 Histogram Nilai Kemampuan Objek Kontrol .....	53
Gambar 10 Histogram Nilai Kemampuan Lokomotor .....	54
Gambar 11 Histogram Data BMI .....	55
Gambar 12 Mencatat nama-nama sample .....	84
Gambar 13 Menimbang Berat Badan .....	84
Gambar 14 Mengukur Tinggi Badan .....	85
Gambar 15 Gerak Lokomotor Run .....	85
Gambar 16 Gerak Lokomotor Gallop .....	86
Gambar 17 Gerak Lokomotor Slide .....	86
Gambar 18 Gerak Lokomotor Horizontal Jump .....	87
Gambar 19 Gerak Lokomotor Hop .....	87
Gambar 20 Gerak Lokomotor Leap .....	88
Gambar 21 Objek Kontrol Stike .....	88
Gambar 22 Objek Kontrol Dribble .....	89
Gambar 23 Objek Kontrol Catch .....	89
Gambar 24 Objek Kontrol Kick .....	90
Gambar 25 Objek Kontrol Overarm Throw .....	90
Gambar 26 Objek Kontrol Underhand Roll .....	91
Gambar 27 Foto Bersama .....	91

Gambar 28 Alat Penelitian Gerak Dasar .....	92
Gambar 29 Alat Penelitian Tingkat Status Gizi.....	92

### **Daftar Lampiran**

Lampiran 1 Kemampuan Objek Kontrol (Data Mentah Memukul Bola).....	65
Lampiran 2 Kemampuan Objek Kontrol (Data Mentah Dribble).....	66
Lampiran 3 Kemampuan Objek kontrol (Data mentah menangkap) .....	67
Lampiran 4 Kemampuan Objek Kontrol (Data Mentah Menendang) .....	68
Lampiran 5 Kemampuan Objek Kontrol (Data Mentah Melempar).....	69
Lampiran 6 Kemampuan Objek Kontrol (Data Mentah Menggelinding Bola) ...	70
Lampiran 7 Tabulasi Data Objek Kontrol.....	71
Lampiran 8 Kemampuan Lokomotor (Data Mentah Lari).....	73
Lampiran 9 Kemampuan lokomotor (Data mentah gallop) .....	74
Lampiran 10 Kemampuan Lokomotor (Data Mentah Lompat).....	75
Lampiran 11 Kemampuan Lokomotor (Data Mentah Leap) .....	76
Lampiran 12 Kemampuan Lokomotor (Data Mentah Horizontal Jump).....	77
Lampiran 13 Kemampuan Lokomotor (Data Mentah Slide) .....	78
Lampiran 14 Tabulasi data kemampuan lokomotor.....	79
Lampiran 15 Tabulasi Status Gizi (BMI) .....	81
Lampiran 16 Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 17 Surat Balasan Penelitian .....	83
Lampiran 18 Dokumentasi.....	84

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan aktifitas fisik yang amat penting bagi manusia terutama bagi kesehatan jasmani dan rohani. Dalam perkembangannya olahraga telah menjadi kebutuhan di dalam kehidupan masyarakat dengan tujuan untuk menjaga dan meningkatkan fisik. Selain untuk membangun karakter, kepribadian, disiplin dan tentunya sportivitas olahraga juga dapat menjadi pahlawan sehingga olahraga merupakan sarana menuju peningkatan kualitas hidup dan ekspresi hidup yang lebih baik bersama sesama manusia. Sepak bola menjadi lebih populer, seperti yang ditunjukkan oleh peningkatan teknologi dan fasilitas pelatihan yang memfasilitasi pembinaan untuk mencapai prestasi terbaik. Karena kemajuan dalam bidang ilmu dan teknologi, berbagai aspek kehidupan manusia berubah dengan cepat, yang mengakibatkan munculnya pasar bebas dan globalisasi (Ridwan, M., & Irawan, R. 2018).

Dengan Undang-undang Republik Indonesia nomor 11 tahun 2022 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Bab I, Pasal I, menunjukkan bahwa pemerintah telah memberikan perhatian khusus pada olahraga karena signifikansinya. Dengan penjelasan sebagai berikut:

“Olahraga adalah segala kegiatan yang secara terintegrasi dan sistematis melibatkan pikiran, raga, dan jiwa untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya. Olahraga juga

mencakup segala aspek olahraga yang membutuhkan pengaturan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, peningkatan, pengawasan, dan evaluasi”.

Keberagaman olahraga telah berkembang dari olahraga individu hingga olahraga kelompok atau tim. Sepak bola adalah olahraga yang mudah berkembang di lingkungan masyarakat dan bertujuan untuk memberikan kesenangan kepada orang yang memainkannya, membuat mereka merasa segar, dan mencapai prestasi terbaik mereka. Pencapaian prestasi tersebut dipengaruhi oleh banyak variabel. Faktor internal dan eksternal mempengaruhi seberapa baik atlet berprestasi. Faktor internal mencakup potensi atletik, seperti gerak dasar, teknik, taktik, dan kemampuan mental. Sedangkan faktor eksternal termasuk pelatih, pembina, iklim dan cuaca, gizi, sarana dan prasarana, organisasi, penonton, wasit, hakim garis, keluarga, dan lainnya.

Prestasi sebuah tim sepak bola biasanya ditandai dengan kemenangan yang diraihny dalam setiap pertandingan, kemenangan akan diraih jika tim banyak mencetak gol. Agar dapat mencetak gol ke gawang lawan diperlukan kemampuan gerak dasar yang baik yaitu menendang bola, gerak dasar menendang bola ini sangat berpengaruh untuk dapat memenangkan pertandingan tanpa kemampuan menendang bola dengan baik maka sulit untuk mencapai kerja sama tim dengan baik dan meraih kemenangan.

Untuk bermain sepakbola dengan baik, pemain harus dibekali dengan gerak dasar serta teknik yang baik pula. Beberapa gerakan atau teknik dasar yang perlu dimiliki oleh pemain sepak bola adalah menendang (kicking),

menghentikan atau mengontrol (first touch), menggiring (dribbling), menyundul (heading), lemparan kedalam (throw-in), dan menjaga gawang (goal keeping) (Gunawan, 2016)

Dilihat dari rumusan di atas, maka cabang olahraga dikembangkan untuk berprestasi dan menghadapi persaingan atau persaingan dari tingkat yang paling rendah sampai dengan tingkat internasional. Dengan demikian, pendidikan jasmani dan olahraga merupakan wadah dimana siswa didorong untuk mengembangkan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, dan pembiasaan pola hidup sehat yang dirancang untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Di kembangkan dari pernyataan bahwasannya salah satu tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah untuk meningkatkan kemampuan dan ketrampilan gerak dasar.

Semua aktivitas fisik anak bergantung pada keterampilan gerak dasar. Sesuai dengan penjelasan bahwa "Gerakan dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otak besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar sebuah bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air, atau menjaga keseimbangan. Gerak dasar merupakan dasar untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai keterampilan teknik dalam berolahraga dan aktivitas fisik seumur hidup" (Bakhtiar, 2015).

Keterampilan gerak dasar adalah dasar tingkah laku manusia dan membantu anak-anak usia dini mempelajari keterampilan baru di bidang lain.

(Haywood, Brooks & Burns, 1986; Larkin & Rose, 2005; Sun, S. H. et al., 2011). Lalu, anak-anak akan menjadi lebih percaya diri dan lebih siap untuk berpartisipasi secara aktif jika gerakan dasar digunakan secara efektif. (Murata & Maeda, 2002). Keterlibatan gerak dasar membantu anak mengendalikan tubuh mereka, memanipulasi lingkungan mereka, dan memahami pola gerak kompleks yang digunakan dalam olahraga dan aktivitas rekreasi lainnya. (Davis & Burton, 1991; Payne & Issac, 2002; Seefeldt, 1980; Goodway, J. D., et al, 2003).

Salah satu parameter yang menunjukkan masa tubuh adalah status gizi. Berat badan sangat stabil dan sangat sensitif terhadap perubahan cepat seperti penyakit infeksi dan penurunan nafsu makan. Berat badan akan meningkat seiring bertambahnya usia dalam kondisi normal, di mana kesehatan baik, konsumsi makanan yang seimbang, dan kebutuhan zat gizi terpenuhi. Dalam kondisi abnormal, perkembangan terjadi lebih cepat atau lebih lambat dari keadaan normal.. Sehingga, berat badan berpengaruh terhadap kelincahan dalam mengembangkan gerak dasar permainan sepakbola. Menurut Yang Yang, Xi Wang, Weijie Fu (2017) Kekuatan terbesar terletak pada berat badan karena memiliki potensi lebih besar dalam permainan sebenarnya terhadap keseimbangan badan. Sedangkan Menurut Imam Mahfud, dkk (2020) Berat badan yang ideal atlet dapat melakukan gerakangerakan dalam sepakbola dengan baik secara keseluruhan sehingga akan meningkatkan prestasi atlet.



Di Provinsi Sumatera Barat sendiri perkembangan dan pembinaan sepakbola sudah cukup baik, hal ini dilihat dari banyaknya klub – klub atau Sekolah Sepak Bola (SSB) yang ada khususnya di Kota Padang. Selain itu perkembangan juga ditandai dengan adanya pertandingan dan turnamen serta festival yang diselenggarakan mulai dari tingkat usia hingga tingkat senior.

Ripan's *Soccer School* adalah salah satu Sekolah SepakBola (SSB) yang berada di Kota Padang tepatnya di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah. SSB yang berdiri sejak tahun 2006 tersebut diharapkan bisa melahirkan pemain–pemain yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaam Provinsi Sumatera Barat pada umumnya, dan Kota Padang pada khususnya. Ripan's *Soccer School* melakukan pembinaan pemain di berbagai tingkat usia, mulai dari usia 7 tahun hingga usia 17 tahun. Ripan's *Soccer School* telah mengikuti beberapa turnamen dan pertandingan dalam beberapa waktu terakhir dengan hasil sebagai berikut : Juara 3 Liga Askot Padang U 15, Juara 2 Jasmine Cup U14, Juara 3 PW Cup U15 dan 8 besar PSTS Cup U15.

Berdasarkan pengalaman peneliti saat melakukan observasi dan wawancara dengan pelatih Ripan's *Soccer School* kota Padang, pelatih masih belum mengetahui berapa tingkat keterampilan gerak dasar para atlet di SSB tersebut yang merupakan faktor yang mempengaruhi baiknya seorang atlet dalam bermain sepakbola untuk mencapai prestasi dan juga pelatih belum mengetahui rata-rata tingkat status gizi para atlet nya. peneliti juga melihat pada saat anak-anak latihan masih banyak beberapa gerakan dasar yang masih

kurang baik .Contohnya pada saat latihan terdapat beberapa gerakan lari yang belum sempurna yaitu kordinasi tangan dan kaki sehingga kecepatan lari tidak maskimal dan juga keseimbangan badan saat berlari tidak stabil. Pada saat melakukan pemanasan masih banyak gerakan yang terlihat belum sempurna seperti gerakan melompat yang kebanyakan anak masih belum baik,ditemui pada saat melompat dengan dua kaki anak- anak ketika turun tidak serentak,dan pada saat melompat dengan satu kaki sebagai tumpuan,kaki lainnya tidak diayunkan sehingga tidak lompatan yang dihasilkan tidak jauh atau maksimal.

Kemudian terdapat anak-anak yang tidak tepat pengenalan bola pada saat menendang bola sehingga arah bola tidak seperti yang diinginkan. Peneliti juga menemukan adanya perbedaan bentuk tubuh pada anak-anak ripans soccer school di usia 10-13 tahun yang berjumlah 35 orang . Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai seberapa baik tingkat kemampuan gerak dasar serta mencari rata rata berat badan dan tinggi badan anak-anak ripans soccer school.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan masalah yang dikemukakan pada latar belakang masalah, peneliti dapat menyimpulkan beberapa masalah yang teridentifikasi :

- 1) Kemampuan gerak dasar pemain sepakbola Ripan's *Soccer School* yang belum diketahui seperti lari, melompat, melempar,menendang dan lainnya.sehingga perlu dilakukan tes untuk mengetahui seberapa tingkat kemampuan gerak dasar dari anak-anak ripans soccer school kota padang.

- 2) Sarana dan prasarana latihan yang masih minim sehingga belum terlalu maksimal untuk pelatih melakukan latihan tentang penguasaan gerak dasar kepada anak-anak di SSB ripans soccer school dan cenderung berfokus pada teknik sepak bola.
- 3) Status Gizi pemain sepakbola Ripan's *Soccer School* belum diketahui, terlihat perbedaan bentuk tubuh anak usia 10-13 tahun yang berlatih di ssb tersebut.
- 4) Asupan makanan yang dikonsumsi pemain tidak dapat dikontrol oleh tim pelatih sehingga energi yang dihasilkan tidak dapat menunjang latihan.
- 5) Mental atlet yang memiliki kemampuan gerak dasar kurang baik dari anak yang lain terlihat sedikit lemah.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi dengan:

- 1) Tingkat Kemampuan gerak dasar pemain Ripan's *Soccer School*.
- 2) Status Gizi para pemain Ripan's *Soccer School*.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang masalah, identifikasi, dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Bagaimana tingkat kemampuan gerak dasar pemain sepakbola Ripan's *Soccer School* ?.
- 2) Bagaimana Status Gizi pemain Ripan's *Soccer School* ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah :

- 1) Untuk mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar pemain sepakbola Ripan's *Soccer School*.
- 2) Untuk mengetahui tingkat rata-rata status gizi pemain sepakbola Ripan's *Soccer School*.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah :

- 1) Bagi penulis, sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- 2) Bagi pelatih, dapat mengetahui status gerak dasar dan berat badan pemain sepakbola di Ripan's *Soccer School*, serta sebagai masukan dalam mempertimbangkan program latihan.
- 3) Bagi atlet, sebagai bahan pengetahuan untuk memperbaiki masalah yang dialami supaya menjadi lebih baik dalam latihan.
- 4) Bagi orang tua ,sebagai acuan atau bahan pertimbangan untuk lebih memperhatikan asupan makanan untuk penunjang pertumbuhan anaknya agar lebih baik.
- 5) Bagi peneliti lain, sebagai referensi untuk membuat penelitian yang lebih baik khususnya di bidang ilmu keolahragaan.

- 6) Bagi mahasiswa sebagai bahan bacaan mahasiswa pada perpustakaan baik di Fakultas Ilmu Keolahragaan maupun di Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.