

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DENGAN KEMAMPUAN  
LONG PASSING PEMAIN SEPAKBOLA GUNUNG TALANG FC  
KABUPATEN SOLOK**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar Sarjana  
Strata Satu (S1) di Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



**Oleh:**

**RIAN RAHMAT SETIADI  
2017/17086284**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

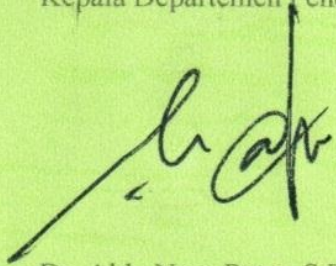
Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan Long Passing Pemain Sepakbola Gunung Talang Fc Kabupaten Solok  
Nama : Rian Rahmat Setiadi  
NIM : 17086284  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2023

Disetujui oleh:

Kepala Departemen Pendidikan Olahraga

Pembimbing



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 19890901 201803 1 001



Drs. Yulifri, M.Pd.  
NIP. 19590705 198503 1 002



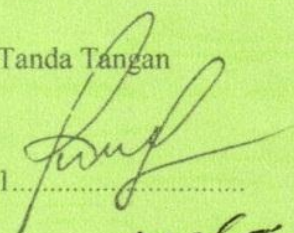
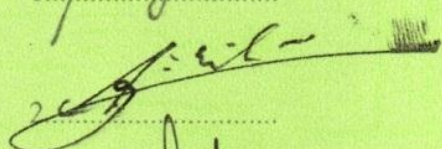
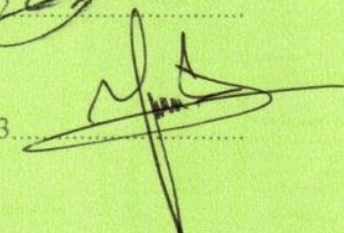
## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan Long Passing Pemain Sepakbola Gunung Talang Fc Kabupaten Solok  
Nama : Rian Rahmat Setiadi  
NIM : 17086284  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2023

Tim Penguji:

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Yulifri, M.Pd.	1..... 
2. Anggota	: Prof. Dr. Arsil, M.Pd.	2..... 
3. Anggota	: Dr. Zulbahri, S.Pd., M.Pd.	3..... 



## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Long Passing Pemain Sepakbola Gunung Talang FC Kabupaten Solok”, adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan mencantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya 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, Juni 2024  
Yang membuat pernyataan



Rian Rahmat Setiadi  
NIM. 17086284

## ABSTRAK

### **Rian Rahmat Setiadi .2023 : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Long Passing Pemain Sepakbola Gunung Talang Fc Kabupaten Solok**

Masalah dalam penelitian ini adalah banyaknya pemain yang mengalami kegagalan saat melakukan *long passing*, sehingga hasil *long passing* tidak sesuai dengan apa yang diinginkan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk menghubungkan tentang : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan *Long Passing* Pada Atlet Sepakbola Gunung Talang Fc Kabupaten Solok

Jenis penelitian ini tergolong korelasional yang bertujuan mencari korelasi variabel bebas dengan variabel terikat. Disini yang menjadi variabel bebas adalah daya ledak otot tungkai, sedangkan variabel terikatnya pada kemampuan *long passing*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Gunung Talang Fc Kabupaten Solok dengan jumlah sampel sebanyak 20 orang. Teknik *analisis* data yang digunakan adalah *analisis statistik korelasi*.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *long passing* pada atlet sepakbola Gunung Talang Fc Kabupaten Solok. Hal ini ditunjukkan koefisien korelasi antara variabel daya ledak otot tungkai dan kemampuan *long passing*  $r_{xy} = 0.905 > r_{tab} = 0.444$  pada taraf signifikansi  $0.05\alpha$ . Dengan demikian, hipotesis kerja ( $H_a$ ) yang diajukan dapat dibuktikan. Dari hasil penelitian ini, diharapkan akan memberikan masukan terhadap pelatih dan atlet agar lebih meningkatkan kemampuan *long passing*, sehingga hasil *long passing* atlet lebih meningkat lagi untuk masa yang akan datang.

**Kata kunci :** Daya ledak otot tungkai, Long passing, Sepakbola

## KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul “ **Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Long Passing Pemain Sepakbola Gunung Talang Fc Kabupaten Solok Oktober 2023**”. Shalawat beserta salam untuk Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah merubah peradapan manusia dari zaman jahiliah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu pada program Studi Pendidikan Pendidikan Olahraga Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam menyusun skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari para pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Baik berupa moril maupun materil. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua Orang Tua (Ayahanda dan Ibunda), dan Saudara-Saudara tercinta yang selalu memberikan motivasi serta dukungan moril dan materil.
2. Bapak Prof. Ganefri, Phd. sebagai Rektor Universitas Negeri Padang.

3. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Sepriadi, S. Si, M. Pd sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd sebagai pembimbing yang tanpa lelah dan penuh kesabaran dalam membimbing penulis untuk penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memotivasi dan membantu dalam penyelesaian Proposal Penelitian ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa prodi Pendidikan Pendidikan Olahraga Olahraga FIK UNP khususnya BP 17 dan pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan dan pahala disisi Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Padang, Oktober 2023  
Yang menyatakan,

Rian Rahmat Setiadi  
2017/17086284

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	9
1. Pengertian Sepakbola .....	9
2. Kemampuan <i>Long Passing</i> .....	11
3. Daya Ledak Otot Tungkai ( <i>Explosive Power</i> ) .....	14
B. Penelitian Relevan.....	18
C. Kerangka Konseptual .....	19
D. Hipotesis Penelitian.....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	21
C. Populasi dan Sampel .....	21
D. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data .....	22
E. Teknik Analisis Data.....	25



#### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Data Penelitian .....	27
1. Daya Ledak Otot Tungkai .....	27
2. <i>Long Passing</i> .....	28
B. Uji Persyaratan Analisis .....	29
1. Uji Normalitas .....	29
2. Uji Homogenitas .....	30
C. Analisis Data .....	30
D. Pembahasan .....	32

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	36
B. Saran .....	36

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>38</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>43</b>
-----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Daftar Populasi Pemain Sepakbola Gunung Talang FC.....	21
Tabel 2. Panduan Acuan Penguasaan (PAP) .....	24
Tabel 3. Norma Standarisasi Untuk Daya Ledak Otot Tungkai dengan <i>Standing Broad Jump Test</i> .....	25
Tabel 4. Deskripsi Data Penelitian .....	27
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai.....	27
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Long Passing</i> .....	28
Tabel 7. Uji Normalitas Data Penelitian.....	29
Tabel 8. Uji Homogenitas Data Penelitian .....	30
Tabel 9. Analisis Korelasi Data Penelitian.....	30
Tabel 10. Perhitungan Korelasi Data Penelitian.....	31

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Proses Gerakan <i>Long Passing</i> .....	14
Gambar 2. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan <i>Long Passing</i> Pemain Sepakbola Gunung Talang FC .....	20
Gambar 3. Tes Tendangan Lambung ( <i>Long Passing</i> ) .....	23
Gambar 4. Lompat Jauh Tanpa Awalan ( <i>Standing Broad Jump</i> ) .....	25
Gambar 5. Grafik Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai .....	28
Gambar 6. Grafik Distribusi Frekuensi <i>Long Passing</i> .....	29



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Istilah olahraga saat ini tidak asing lagi bagi masyarakat. Olahraga dapat diartikan sebagai kebutuhan yang merupakan suatu kegiatan manusia yang ingin hidup sehat baik jasmani maupun rohaninya. Berolahraga dapat menjaga kondisi tubuh agar tetap bersemangat dalam mengerjakan aktivitas sehari-hari, serta meningkatkan kesegaran jasmani, prestasi, serta membentuk watak kepribadian seseorang agar dapat menjadi manusia seutuhnya.

Disyiahkannya Undang-undang tentang sistem keolahragaan nasional, maka dunia olahraga telah memiliki kekuatan hukum dalam mewujudkan tujuan keolahragaan nasional, bagi seorang atlet, olahraga merupakan ajang untuk berkompetisi dalam meraih prestasi yang setinggi-tingginya. Untuk meraih prestasi itu diperlukan usaha melalui perencanaan dan pelaksanaan yang terarah, terkoordinir dengan penyediaan sarana dan prasarana yang memadai.

Untuk mencapai suatu prestasi olahraga di perlukan usaha-usaha yang terungkap dalam UU RI nomor 3 Tahun (2005:1) tentang Sistem Keolahragan Nasional menyatakan “Olahraga prestasi adalah yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Pembinaan olahraga prestasi secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi tinggi, baik yang bersifat nasional dan daerah, serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Dalam (UU RI No. 3 Tahun 2005 : pasal 27 ayat 4) tentang Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa :

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkan kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Pencapaian prestasi pemain ditentukan dan dipengaruhi oleh banyak factor. factor tersebut dapat dikelompokan menurut Syafruddin (1992: 22) :“Factor yang berasal dari dalam (internal) dan dari luar (eksternal). Factor internal adalah factor yang berasal dari potensi yang ada pada pemain atau dengan kata lain berasal dari kemampuan pemain itu sendiri secara menyeluruh baik menyangkut kemampuan fisiknya, teknik, taktik maupun oleh kemampuan mentalnya.

Sedangkan factor eksternal adalah factor yang dapat mempengaruhi prestasi pemain dari luar diri pemain seperti sarana dan prasarana, pelatih, Pembina, guru olahraga, keluarga, dana, organisasi, iklim, makanan yang bergizi, dan lain sebagainya”. Argantos (2017) “Peningkatan prestasi juga didukung oleh berbagai faktor seperti kondisi fisik, teknik, taktik, mental, pelatih, sarana dan prasarana, status pemain, gizi, dan lain-lain. Fisik, teknik, taktik, dan mental merupakan aspek penting dalam upaya pencapaian prestasi secara maksimal

Setiap pemain sepak bola harus menguasai teknik-teknik sepak bola untuk dapat berprestasi secara optimal, adapun teknik-teknik dasar sepak bola itu sendiri adalah teknik dengan bola dan juga teknik tanpa bola.

Menurut (Tim Pengajar Sepak bola FIK UNP,2003:64) Teknik dengan bola meliputi:

“(1) menendang, menendang meliputi dua macam, yaitu: (a) memberikan bola, (b) menembak bola, (2) menggiring bola, (3) menahan dan mengontrol bola, (4) melempar bola, dan (5) teknik penjaga gawang. Selain ada juga meliputi: menyerang dan bertahan, di dalam menyerang dan bertahan di butuhkan juga: (1) lari, (2) melompat, (3) tackling, (4) rempel, dan (5) teknik menjaga gawang”.

Menurut Yuliandra dkk. (2018) Sepakbola adalah cabang olahraga beregu yang membutuhkan kerja sama antar pemain dan keterampilan dari gerakan individu pemain yang matang untuk dapat memainkan bola dengan baik. Artinya bahwa untuk dapat memainkan bola dengan baik seorang pemain sepakbola harus memiliki kemampuan gerakan individu (individual skills) yang baik seperti passing, dribbling, shooting, ball control, dan heading, Apabila seorang pemain gerakan individu (individual skill) yang baik, maka seorang pemain sepakbola akan mampu menjalankan ide permainan sepakbola dengan baik dalam usaha memenangkan pertandingan untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah memasyarakat di Indonesia, permainan sepakbola merupakan olahraga yang sangat merakyat, sehingga olahraga ini sangat digemari. Salah satu kelebihan olahraga sepak bola ini tidak memandang siapa yang ingin melakukannya.



Sepakbola di Indonesia memiliki perkembangan yang sangat pesat, hal ini ditandai dengan munculnya klub-klub sepakbola di berbagai daerah yang menunjukkan perkembangan sepakbola di Indonesia yang cukup baik. (Rahman, 2019).

Induk organisasi sepakbola di Indonesia adalah Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI). Pertandingan-pertandingan yang dilaksanakan oleh PSSI sangatlah memancing antusias dari seluruh daerah untuk ikut bersaing atau berkompetisi dalam dunia sepakbola di Indonesia seperti kompetisi liga 1, liga 2 sampai liga 3. Klub-klub sepakbola di Indonesia begitu banyak, tidak terhitung lagi jumlahnya mulai dari yang resmi maupun yang tidak mempunyai badan hukum sama sekali namun itu tidak mengurungkan niat para pecinta sepakbola untuk berkumpul dan membuat klub. Pembentukan klub-klub di daerah-daerah menunjukkan semangat dalam memajukan sepakbola di tanah air. Menurut Rahman (2019: 392) bahwa “olahraga sepakbola merupakan olahraga yang kompleks yang membutuhkan banyak gerakan dan kondisi fisik yang baik”.(Rahman, 2019)

Diantara Teknik dalam sepakbola *long passing* adalah suatu cara memberikan bola untuk jarak yang jauh dengan tujuan untuk merubah arah pemain dan memindahkan arah permainan secara cepat, sedangkan kegunaan lain dari *long passing* ini adalah untuk melakukan tendangan gawang, tendangan sudut dan berbagai macam situasi dalam permainan, dengan memaksimalkan *long passing* ini pemain akan mudah dalam melihat situasi dalam permainan. Untuk bisa melakukan long passing dengan baik di

butuhkan kemampuan kondisi fisik yaitu daya ledak otot tungkai, keseimbangan, kelentukan.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan tanggal 5 september 2023 bertempat di Gunung talang FC pada saat melakukan pertandingan, dalam dua kali pertandingan ditemukan masalah yaitu kurang baiknya kemampuan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC. Hal ini dapat di lihat dari beberapa orang pemain yang ketika melakukan long passing bola yang di tendang mudah di antisipasi oleh lawan, bola yang di tendang sering tidak sampai ke teman, kemudian long passing yang di lakukan sulit untu di terima oleh teman.

Dalam pertandingan tersebut juga terlihat ketika melakukan *counter attack*, *long passing* yang di lakukan seharusnya bisa dimamfaatkan menjadi peluang untuk mencetak *gool*. Rendahnya kemampuan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC, mungkin di sebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah daya ledak otot tungkai, kelentukan tubuh, koordinasi mata kaki, kelincahan, penguasaan teknik, perkenaan kaki dengan bola, kecondongan badan, keseimbangan, pandangan dan emosional pemain. Saat *long passing* bola dalam situasi permainan. Semua faktor ini dapat mempengaruhi kemampuan *long passing* bola pemain sepakbola Gunung talang FC tersebut.

Dari urain di atas banyak faktor yang ikut mempengaruhi kemampuan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC, penulis menduga rendahnya kemampuan *long passing* bola pemain sepakbola Gunung talang

FC Namun belum penulis ketahui hubungan atau dari sumbangan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *long passing* bola pemain tersebut. Berdasarkan pemaparan di atas penulisan berkeinginan untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan yang berperan penting ketika melakukan *long passing*.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, yang mempengaruhi kemampuan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC, maka dapat diidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut :

1. Penguasaan teknik *long passing* merupakan faktor yang berhubungan dengan keterampilan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC
2. Daya ledak otot tungkai merupakan faktor yang berhubungan dengan keterampilan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC
3. Kekuatan merupakan faktor yang berhubungan dengan keterampilan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC
4. Kelentukan pinggang merupakan faktor yang berhubungan dengan keterampilan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC
5. Keseimbangan pinggang merupakan faktor yang berhubungan dengan keterampilan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC
6. Kualitas pelatih merupakan faktor yang berhubungan dengan keterampilan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC
7. Program latihan merupakan faktor yang berhubungan dengan keterampilan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC



8. Sarana dan prasarana latihan merupakan faktor yang berhubungan dengan keterampilan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah tidak semua faktor akan peneliti teliti, ini mengingat keterbatasan waktu, biaya dan kemampuan peneliti untuk meneliti, dan agar dalam penelitian ini tidak menyimpang dari judul penelitian, maka peneliti hanya akan terfokus dan terarah pada variabel daya ledak otot tungkai sebagai variabel bebas, dan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC sebagai variabel terikat.

### **D. Perumusan Masalah**

Untuk lebih fokusnya masalah yang diteliti, maka dapat diajukan perumusan masalah yaitu apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Gunung talang FC.

### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini, nantinya diharapkan berguna sebagai bahan masukan yang berarti yaitu :

1. Untuk memenuhi salah satu syarat bagi peneliti untuk menyelesaikan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan memperoleh gelar sarjana (S.Pd).

2. Memberikan gambaran bagi pembina olahraga serta pelatih sepakbola Gunung talang FC dalam membuat program latihan dan proses latihan.
3. Sebagai informasi dan pengetahuan tentang faktor-faktor kondisi fisik yang dapat menentukan kemampuan *long passing* pada cabang olahraga sepakbola bagi pemain sepakbola Gunung talang FC.
4. Sebagai bahan referensi pada perpustakaan Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang