

TINJAUAN KONDISI FISIK PEMAIN SEPAK BOLA SEPAKBOLA U-15

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Departemen kesehatan dan Rekreasi
sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga*



**RAMADHIYANDA SARTI
18089168**

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

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Pemain sepakbola Persiju
Sijunjung U-15**

Nama : Ramadhiyanda Sarti

NIM/BP : 18089168/2018

Program Studi: Ilmu Keolahragaan

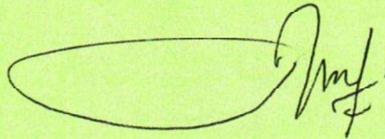
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, September 2023

Disetujui oleh :

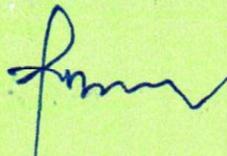
Pembimbing



Dr. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO.
NIP. 19581018 198003 1 001

Diketahui oleh :

Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Ridho Bahtra, S. Si., M. Pd.
NIP. 19870502 201404 1 001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

TINJAUAN KONDISI FISIK PEMAIN PEMAIN SEPAKBOLA PERSIJU SIJUNJUNG U-15

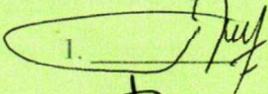
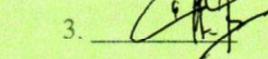
Nama : Ramadhiyanda Sarti
NIM/BP : 18089168/2018
Program Studi: Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, September 2023

Tim Penguji

1. Ketua Dr. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO.
2. Anggota Septri, S.Si., M.Pd
3. Anggota Anggun Permata Sari, S.Si., M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul “**Tinjaun Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Persiju Sijunjung U-15**” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam skripsi saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, September 2023

Yang menyatakan,



Ramadhiyanda Sarti
18089168/2018

ABSTRAK

Ramadhiyanda Sarti (2023) : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Sepakbola u-15

Masalah dalam penelitian ini adalah banyaknya pemain Sepakbola U-15 yang mengalami kelalahan pada saat pertandingan dan menurun nya prestasi Sepakbola U-15 dalam kurun waktu 7 tahun terakhir. Jadi tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui kondisi fisik pemain Sepakbola U-15 dengan melaksanakan beberapa tes yaitu: daya tahan,kecepatan,kelincaha, dan daya ledak.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Sepakbola U-15 yang berjumlah 20 orang. Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *total sumpling*. pengumpulan datanya dengan menggunakan tes *yoyo intermittent test*(daya tahan),*test t (kelinccahan)*,*lari 50 meter (kecepatan)*, dan *Standing board jump*(daya ledak) sebagai sasaran data diolah dengan statistik.

Hasil di dapatkan yaitu: rata-rata daya ledak otot tungkai pemain Sepakbola U-15 yaitu 226 cm dengan kategori sedang, rata-rata kelincahan pemain Sepakbola U-15 yaitu 10 detik dengan kategori sedang, rata-rata kecepatan pemain Sepakbola U-15 yaitu 7 detik dengan kategori kurang, rara-rata daya tahan aerobic pemain Sepakbola U-15 yaitu 563 meter dengan kategori cukup.

Kata kunci: kondisi fisik, sepakbola

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran ALLAH SWT, atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Sepakbola U-15”. Shalawat beiringkan salam penulis ucapkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah membimbing umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Dalam melaksanakan penyelesaian penelitian, peneliti banyak mendapat bantuan bimbingan dari berbagai pihak. Selanjutnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Teristimewa untuk almarhum dan almarhumah kedua orang tua yang saya cintai serta keluarga mensupport dan memberikan motivasi kepada sasya.
2. Bapak Prof. Ganefri, Ph.D sebagai rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam perkuliahan.
3. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan , M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
4. Bapak Prof. Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd sebagai kepala departemen Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Dr. Didin Tohidin, M.Kes., AIFO sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Ibuk Anggun Permata Sari, S.Si.,M.Pd., AIFO dan Bapak Septri, S.Si., M.Pd sebagai tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
7. Seluruh staff pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
8. Kepada sampel penelitian yakni pemain Sepakbola U-15
9. Pengurus dan Pelatih tim Sepakbola U-15 yang telah membantu peneliti dalam pengambilan data penelitian.

Akhirnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini dapat bermanfaat.

Padang, Agustus 2023

Ramadhiyanda Sarti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. Permainan Sepak Bola.....	8
2. Teknik Dasar Sepak Bola	11
3. Kegunaan kecepatan dalam permainan sepakbola	26
B. Kerangka Konseptual	29
C. Pertanyaan Penelitian	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian	32
C. Populasi dan Sampel	32
D. Jenis dan Sumber Data	33
E. Teknik dan alat pengumpul data	34
F. Teknik Analisis Data.....	41

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	42
1. Daya Ledak Otot Tungkai	42
2. Kelincahan.....	43
3. Kecepatan	45
4. Dayatahan Aerobik.....	46
B. Pembahasan.....	47

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	56

DAFTAR PUSTAKA	58
-----------------------------	----

LAMPIRAN	60
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daya Tahan Intermittent Tes.....	37
2. Norma Standarisasi Daya Ledak.....	38
3. Norma Standarisasi Lari Sprint 50 meter.....	39
4. Norma Standarisasi untuk kelincahan dengan T test	41
5. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai	42
6. Distribusi Frekuensi Kelincahan	44
7. Distribusi Kecepatan	45
8. Distribusi Dayatahan Aerobik.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual Penelitian.....	30
2. <i>Yo-yo Intermittent Recovery</i> Test level	34
3. Tes daya ledak otot tungkai (Standing broad jump)	38
4. Bentuk pelaksanaan tes lari 50 meter <i>sprint</i>	40
5. Bentuk Pelaksanaan T test	41
6. Histogram Daya Ledak Otot Tungkai.....	43
7. Histogram Kelincahan.....	44
8. Histogram Kecepatan	45
9. Histogram Daya tahan Aerobik.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Tabel Data Standing Board Jump (Daya Ledak)	60
2. Tabel data T Test (kelincahan).....	61
3. Tabel Lari 50 Meter (Kecepatan).....	62
4. Tabel Yoyo Intermittend Test (Daya Tahan).....	63
5. Tabel Susunan Kepengurusan Sepakbola	64
6. Dokumentasi Penelitian	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan, dan kegiatan intensif dalam rangka memperoleh relevansi kemenangan dan prestasi optimal. Pemerintah yang berperan dalam membuat kebijakan telah mengatur sedemikian rupabagi keberlangsungan keolahragaan dalam pencapaian prestasi atlet dibutuhkan pembinaan dan pembangunan dibidang olahraga yang tercantum dalam undang-undang RI N0.11 Tahun 2022 B Pasal 28 Ayat 1 yang berbunyi :“pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilakukan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah,nasional,dan internasional”.

Menurut (Sutanto,2016:172) sepakbola itu sendiri adalah olahraga yang menggunakan bola dalam permainannya. Dimainkan oleh kedua tim yang masing- masing tim beranggotakan sebelas pemain. Bola dimainkan menggunakan kaki dan tujuan akhirnya memasukkan bola ke gawang lawan. Tim yang lebih banyak memasukkan bola, dialah pemenangnya. Prinsip dari permainan sepak bola yaitu untuk mecetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan pemain selalu berusaha untuk menguasai bola, mengoper bola, menggiring bola melewati lawan, berusaha merebut bola apabila bola dikuasai oleh lawan, dan melakukan *shooting* ke gawang lawan dengan tepat dan mempertahankan daerah sendiri. Penguasaan bola tersebut

dapat dilakukan secara individu maupun secara tim. Kondisi fisik sangat dibutuhkan dalam sepakbola, tanpa adanya kondisi fisik yang baik oleh pemain sepakbola, maka pemain tersebut akan mengalami kesulitan untuk menampilkan teknik sepakbola itu sendiri dalam sebuah permainan atau pertandingan.

Sepakbola merupakan olahraga yang membutuhkan banyak oksigen dalam pelaksanaannya (Unnithat et al., 2012), oleh sebab itu pemain sepakbola harus memiliki daya tahan jantung dan paru yang tinggi agar dapat melakukan permainan atau pertandingan tanpa adanya rasa lelah yang berarti. (Puspitasari 2019). Permainan sepakbola juga permainan yang memiliki gerakan- gerakan yang dinamis serta memiliki kondisi fisik yang baik seperti kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan, Keseimbangan, kelentukan, ketepatan, power, reaksi, dan koordinasi, dimana seorang pemain dituntut harus dapat melakukan gerakan yang cepat seperti: melompat, berlari, melangkah arah depan belakang, lari dengan dribell yang cepat, menggiring bola dengan melewati lawan dan masih banyak lagi gerakan gerakan dasar permainan sepakbola yang dituntut untuk mampu menggunakan kondisifisik yang prima.

Kondisi fisik yang terdiri dari beberapa komponen yang sangat berpengaruh pada permainan sepakbola sehingga harus ditingkatkannya kelincahan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, keseimbangan, dan daya tahan. Meraih prestasi sepakbola yang baik, di samping usaha pembinaan dan pelatihan yang teratur, terarah dan kontiniu hendaknya pembinaan tersebut di

arahkan kepada pembinaan kondisi fisik sebagai faktor yang paling dominan terhadap keberhasilan dalam meraih prestasi puncak.. Dimana kebugaran jasmani ini sebagai penentu ukuran kemampuan fisik seseorang (atlet) dalam melaksanakan tugasnya sehari-hari, Yudiana, Y., Subardjah, H., & Juliantine, T. (2012).

Perkembangan sepak bola di Sumatera Barat sangat pesat. Hal tersebut di buktikan dengan banyaknya kompetisi internal yang di adakan Asprov PSSI Sumatera Barat dan banyaknya SSB dan CLUB di Sumatera Barat yang melakukan pembinaan yang teratur, terarah, dan kontinue diantaranya PERSIJU U-15 Kabupaten Sijunjung, SSB PSTS Tabing, SSB Imam Bonjol, SSB Putra Wijaya kota padang, SSB Excelent Batu sangkar, SSB Gaslico Kabupaten 50 kota, dan masih banyak klub-klub lainnya.

Sepakbola merupakan tim atau CLUB sepak bola yang berasal dari Kabupaten Sijunjung yang sudah berdiri sejak tahun 1998 yang bermarkas di stadion M.Yamin Muaro Sijunjung, selain stadion M.Yamin juga ada beberapa lapangan yang juga menjadi alternatif lain bagi tim Sepakbola untuk melaksanakan pertandingan atau latihan yaitu lapangan taruna karya Tanjung Ampalu dan juga lapangan Tanah Bato. Sejak berdiri Sepakbola aktif dalam mengikuti kegiatan sepak bola yang di adakan Asprov PSSI Sumatera Barat seperti Divisi 1, Divisi 2, Divisi 3 dan Liga 3 Asprov PSSI Sumatera Barat. Tidak hanya tim senior tetapi Sepakbola ini juga sering mengikuti turnamen kelompok umur yang di adakan Asprov PSSI Sumatera Barat Seperti Piala Soeratin U-17 dan U-15. Pada pagelaran piala Soeratin ini Sepakbola pernah

meraih gelar juara yaitu pada tahun 2001,2002 dan 2016 dan mewakili Sumatera Barat ke tingkat Nasional pada saat itu.

Menurut M.Aziz Wardila, S. Pd selaku wakil bendahara Sepakbola mengatakan Sepakbola ini sendiri didani oleh Koni (Komite olahraga nasional indonesia) Sijunjung dan beberapa sponsor dalam mengikuti kompetisi resmi ASPROV PSSI Sumatra Barat seperti PDAM, BANK BRI, BANK NAGARI dan lainnya. Dijelaskan dalam undang- undang No 18 Th 2017 dalam BAB II Sumber dan Alokasi Pendanaan: Bagian Kesatu Sumber Pendanaan, Pasal 5 :

1. Sumber pendanaan keolahragaan dari pemerintah berasal dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara.
2. Sumber pendanaan keolahragaan dari pemerintah daerah berasal dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah

Pasal 6:

- a. Sumber pendanaan keolahragaan dari masyarakat dapat di[peroleh dari:
 - 1) Kegiatan sponsorship keolahragaan
 - 2) Hibah baik dari dalam maupun luar negeri
 - 3) Penggalangan dana
 - 4) Kompensasi alih status dan transfer olahragawan
 - 5) Uang pembinaan dari olahragawan profesional
 - 6) Kerja sama yang saling menguntungkan
 - 7) Sumbangan lain yang tidak mengikat

8) Sumber lain yang sah berdasarkan ketentuan peraturan perundang undangan.

b. selain sumber sebagaimana dimaksud pada ayat (1) pendanaan keolahragaan dapat juga bersumber dari industri olahraga yang meliputi antara lain:

- 1) Tiket penyelenggaraan pertandingan / kompetisi
- 2) Penyewaan prasarana olahraga
- 3) Jual beli produk sarana olahraga
- 4) *Sporthing labeling*

Menurut coach hijrah saputra yang merupakan pelatih kepala tim Sepakbola U-15 selama libur kompetisi setidaknya tim Sepakbola U-15 melakukan latihan 3 kali dalam seminggu yang bertempat di stadion M.Yamin Muaro Sijunjung atau Lapangan alternative lainnya. Berkaca pada prestasi sebelumnya Sepakbola U-15 bisa di katakan sudah lama tidak menjuarai kompetisi seperti piala Soeratin yang rutin di gelar tiap tahunnya. Tercatat Sepakbola terakhir kali menjadi juara pada tahun 2016 artinya sudah 7 tahun lamanya Sepakbola tidak bisa menjuarai kembali piala Soeratin ini. Terakhir pada piala soeratin tahun 2022 tim Sepakbola U-15 hanya mampu sampai babak 8 besar saja pencapaian yang sangat jauh menurun di bandingkan pada tahun 2016 lalu.

Berdasarkan wawancara dengan pelatih dan observasi di lapangan, bahwa pada saat sekarang masih banyak ditemukan permasalahan, khususnya dengan kondisi fisik pemain seperti, BMI pemain, daya tahan, daya ledak otot

tungkai kecepatan dan kelincahan. Setelah melakukan ujicoba dan mengikuti turnamen Liga Top Score pada tanggal 10 Februari 2023 kemaren dilihat dari data yang ada dari semua pertandingan yang dijalani, PERSIJU Sijunjung tidak bisa terlalu berbicara banyak karena setiap pertandingan terlihat dari daya tahan pemain yang mudah merasakn kelelahan yang terlihat dari sebahagian besar pemain tidak bisa mengontrol permainan pada menit-menit akhir pertandingan sehingga bola mudah hilang,hal ini terlihat sekali waktu berhadapan dengan SMA 12 padang, PERSIJU Sijunjung gagal lolos pada babak 8 besar karena pemain lengah yang diduga menurunnya Dayatahan pemain sehingga kemenangan 1-0 berubah mnjadi 1-1 padahal PERSIJU Sijunjung Butuh kemenangan untuk lolos.

Dari segi kelincahan pemain PERSIJU Sijunjung masih lambat yang terlihat dari pada saat mereka menggiring bola dan pada saat melewati lawan yang sehingga mudah diantisipasi lawan. Dari segi daya ledak otot tungkai dalam melakukan *shooting ball* yang dilakukan pemain masi dengan mudah diantisipasi oleh penjaga gawang, kemudian dari bola yang di passing beberapa bisa dengan mudah di *intercep* lawan, hal ini diduga kecepatan bola yang di passing masi kurang. Jadi dari setiap pertandingan yang diikuti PERSIJU Sijunjung ini dapat disimpulkan bahwa prestasi tim , belumlah mengalami perkembangan yang berarti.

Kondisi fisik yang kurang bagus membuat prestasi dari klub tersebut mengalami pasang surut. Kondisi fisik atlet juga sempat dikeluhkan oleh kedua pelatih yang menyebabkan tidak stabilnya performa atlet saat

bertanding, kondisi fisik yang prima sangat diperlukan atlet saat bertanding untuk melaksanakan taktik dan strategi dari pelatih. Dengan adanya sarana dan prasarana yang lengkap, membuat atlet lebih bersemangat untuk berlatih. Kedua pelatih sekolah tersebut juga selalu memberi motivasi agar selalu bersemangat dalam latihan.

Berkaitan dengan penjelasan di atas bahwa kondisi fisik merupakan pondasi untuk mencapai prestasi maksimal, serta kondisi fisik atlet. Oleh karena itu, diadakan penelitian di klub tersebut. Permasalahan-permasalahan tersebut mendorong peneliti untuk lebih jauh mengetahui dan melihat penurunan prestasi Sepakbola U-15 dalam jangka waktu 7 tahun terakhir ini, peneliti akan melihat kemampuan kondisi fisik dari pemain Sepakbola U-15 ini yaitu daya tahan, kecepatan, kelincahan dan daya ledak. Hasil penelitian ini bisa dijadikan bahan pertimbangan guna mengambil keputusan dalam rangka peningkatan dan perkembangan kemampuan pemain Sepakbola U-15

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa variabel yang diduga mempengaruhi masalah penelitian ini, variabel tersebut sebagai berikut :

1. Kemampuan Taktik atlet Sepakbola PERSIJU Sijunjung
2. Kemampuan mental atlet Sepakbola PERSIJU Sijunjung
3. Kemampuan Teknik atlet Sepakbola PERSIJU Sijunjung
4. Kemampuan Kondisi fisik atlet Sepakbola PERSIJU Sijunjung yang meliputi
(Daya ledak otot tungkai, kecepatan, Daya tahan, Kelincahan)

5. Sarana dan prasarana, kualitas pelatih, dukungan orang tua, dll.

C. Pembatasan Masalah

Dari uraian identifikasi masalah diatas dan terbatas nya waktu, biaya, tenaga, serta kemampuan yang peneliti miliki, maka penelitian ini hanya akan melihat kemampuan Kondisi Fisik pemain. Adapun kemampuan kondisi fisik yang diteliti sebagai berikut:

1. Daya tahan aerobik pemain Sepakbola U-15
2. Kecepatan pemain Sepakbola U-15
3. Kelincahan pemain Sepakbola U-15
4. Daya ledak pemain PESIJU Sijunjung U-15

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan agar lebih fokusnya masalah diteliti, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan daya tahan aerobic pemain Sepakbola U-15 ?
2. Bagaimana kemampuan kecepatan pemain Sepakbola U-15 ?
3. Bagaimana kemampuan kelincahan pemain Sepakbola U-15 ?
4. Bagaimana kemampuan daya ledak pemain Sepakbola U-15 ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Bagaimana Daya tahan aerobic pemain Sepakbola U-15 ?
2. Bagaimana Kecepatan pemain Sepakbolau-15 ?
3. Bagaimana Kelincahan pemain Sepakbola U-15 ?
4. Bagaimana Daya ledak pemain Sepakbola U-15 ?

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan dan proses melatih di lapangan, selain itu juga diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

1. Penulis, penelitian ini sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan masukan bagi pihak CLUB ,pelatih dan pemain dalam pembinaan olahraga sepak bola di tim Sepakbola U-15
3. Sebagai bahan masukan bagi para peneliti selanjutnya yang ingin meneliti masalah yang sama yang lebih mendalam.
4. Sebagai sumbangan bahan bacaan di Perpustakaan.
5. Sebagai bahan masukan bagi jurusan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang