

**PROFIL KONDISI FISIK DAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR
SEPAKBOLA ATLET SEKOLAH SEPAKBOLA AMRI
BATU TABA KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :

M.Miftahul Khairi

Nim 20086222

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2024

PERSETUJUAN PEMBIMBING

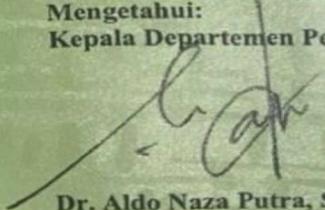
SKRIPSI

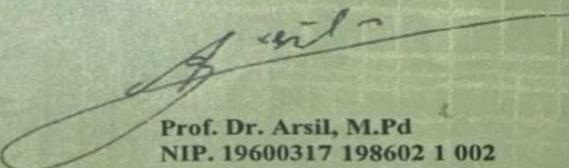
Judul : Profil Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Atlet Sekolah Sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam
Nama : M. Miftahul Khairi
NIM : 20086222
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2024

Mengetahui:
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga

Disetujui:
Pembimbing


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


Prof. Dr. Arsil, M.Pd
NIP. 19600317 198602 1 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : M. Miftahul Khairi
NIM : 20086222

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

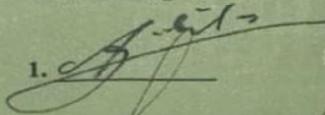
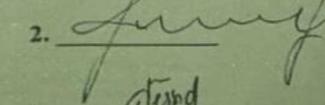
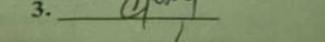
**Profil Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Atlet
Sekolah Sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam**

Padang, Juli 2024

Tim Penguji

1. Ketua : Prof. Dr. Arsil, M.Pd
2. Anggota : Drs. Yulifri, M.Pd
3. Anggota : Dessi Novita Sari, S.Pd, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi saya yang berjudul Profil Kondisi Fisik dan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam adalah karya tulis saya dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana di Universitas Negeri Padang maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya dan bukan merupakan duplikasi orang lain.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara jelas dicantumkan dalam kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2024
Yang membuat pernyataan



M.Miftahul Khairi
Nim 20086222

ABSTRAK

M. Miftahul Khairi. 2024. Profil Kondisi Fisik dan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam.

Masalah penelitian ini belum adanya data kondisi fisik dan keterampilan teknik dasar atlet sekolah sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil kondisi fisik dan keterampilan teknik dasar atlet sekolah sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah atlet sekolah sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam yang berjumlah 15 orang. Sampel penelitian ditarik menggunakan teknik *total sampling* sehingga sampel sejumlah 15 orang. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kondisi fisik menggunakan tes (Arsil, 2018) terdiri dari : 1) tes kecepatan menggunakan tes lari 50 meter, 2) tes kelincahan menggunakan *tes shuttle run*, dan 3) tes daya tahan menggunakan *beep test*. Untuk mengukur keterampilan teknik dasar menggunakan tes dan pengukuran (Winarno, 2006) terdiri dari : 1) *passing*, 2) *dribbling*, dan *shooting*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dalam bentuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan ; 1) kondisi fisik atlet sekolah sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam dengan rata-rata kecepatan masuk dalam kategori “sedang”, rata-rata kelincahan masuk dalam kategori “sedang” dan daya tahan masuk dalam kategori “ sedang”. 2) keterampilan teknik dasar atlet sekolah sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam keterampilan *passing* masuk dalam kategori “baik”, *dribbling* masuk kategori “cukup”, dan keterampilan teknik dasar *shooting* masuk kategori “cukup”.

Kata kunci : Kondisi Fisik, Keterampilan Teknik Dasar, Sepakbola

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, Sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi inidengan judul : **”Profil Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam”**. Shalawat besertakan salam di sampaikan buat Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliah kezaman yang kita rasakan pada saat sekarang ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pembuatan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti dengan segala kerendahan hati menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Krismadinata, Ph.D Rektor Universitas Negeri Padang telah menerima penulis untuk kuliah di Universitas Negeri Padang di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Departemen Pendidikan Olahraga.
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kesempatan untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

3. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd, Kepala Departemen PO/Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang telah memberikan pelayanan dalam proses pembelajaran.
4. Bapak Prof. Dr. Arsil, M.Pd, Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan Skripsi ini.
5. Bapak Dosen penguji yang telah memberikan kritik, sumbang saran yang sifatnya untuk memperbaiki skripsi penulis.
6. Seluruh bapak ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.

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

Padang, Juni 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Deskripsi Teori	8
1. Hakikat SepakBola	8
2. Teknik Dasar Sepakbola	9
3. Hakikat Kondisi Fisik	15
4. Faktor yang Mempengaruhi Kondisi Fisik dan Keterampilan Sepakbola.....	19
B. Penelitian yang Relevan	20
C. Kerangka Konseptual	22
D. Pertanyaan Penelitian	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
A. Desain Penelitian	24
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	24
C. Populasi dan Sampel Penelitian	26
D. Teknik Pengumpulan Data	26
E. Teknik Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38

A.	Hasil Penelitian.....	38
1.	Deskripsi Data Hasil Penelitian	38
B.	Pembahasan	50
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		54
A.	Simpulan.....	54
B.	Saran	54
DAFTAR PUSTAKA.....		55
LAMPIRAN.....		57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 gerakan mengumpan bola jarak pendek.....	11
Gambar 2.2 gerakan mengumpan bola jarak jauh.....	12
Gambar 2.3 Teknik <i>Dribbling</i>	13
Gambar 2.4 Teknik menembak bola (<i>Shooting</i>)	15
Gambar 3.1 Lari 50 meter	28
Gambar 3.2 <i>Shuttle Run Test</i>	29
Gambar 3.3 <i>Beep Test</i>	30
Gambar 3.4 Gambar Dinding Pantul.....	31
Gambar 3.5 Lintasan Pelaksanaan Test	34
Gambar 3.6 Dinding Sasaran untuk <i>Shooting</i>	35
Gambar 3.7 Petak Sasaran dan Skor	36
Gambar 4.1 Grafik Profil Kondisi Fisik Atlet Sepakbola (Kecepatan)	39
Gambar 4.2 Grafik Profil Kondisi Fisik Atlet Sepakbola (Kelincahan)	41
Gambar 4.3 Grafik Profil Kondisi Fisik Atlet Sepakbola (Daya Tahan)	42
Gambar 4.4 Grafik Kondisi Fisik Atlet SSB AMRI Batu Taba.....	43
Gambar 4.5 Grafik Keterampilan Teknik Dasar <i>Passing</i>	45
Gambar 4.6 Grafik Keterampilan Teknik Dasar <i>Dribbling</i>	47
Gambar 4.7 Grafik Keterampilan Teknik Dasar <i>Shooting</i>	48
Gambar 4.8 Grafik Keterampilan Teknik Dasar	50
Gambar 4.9 Diagram Batang Profil Kondisi Fisik Sepakbola Atlet Sekolah Sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam	50
Gambar 4.10 Diagram Batang Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Atlet Sekolah Sepakbola AMRI Batu Taba Kabupaten Agam.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Norma Tes Kecepatan.....	28
Tabel 3.2 Norma Tes Kelincahan	29
Tabel 3.3 Norma Tes <i>Beep Test</i>	30
Tabel 3.4 Norma Keterampilan Teknik Dasar <i>Passing</i>	33
Tabel 3.5 Norma Keterampilan Teknik Dasar <i>Dribbling</i>	35
Tabel 3.6 Norma Keterampilan Teknik Dasar <i>Shooting</i>	37
Tabel 4.1 Norma Kondisi Fisik Kecepatan Atlet SSB AMRI	39
Tabel 4.2 Norma Kelincahan Kondisi Fisik Atlet SSB AMRI.....	40
Tabel 4.3 Norma Daya Tahan Kondisi Fisik Atlet SSB AMRI.....	41
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kondisi Fisik Atlet SSB AMRI Batu Taba	43
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Teknik <i>Passing</i> Atlet SSB AMRI Batu Taba.....	44
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Teknik <i>Dribbling</i> Atlet SSB AMRI Batu Taba....	46
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Teknik <i>Shooting</i> Atlet SSB AMRI Batu Taba ...	47
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Atlet SSB AMRI Batu Taba	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Pengukuran Kondisi Fisik Atlet SSB AMRI	57
Lampiran 2 Hasil Pengukuran Keterampilan Teknik Dasar Atlet SSB AMRI.....	60
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	63
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian	64
Lampiran 5 Dokumentasi	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola menjadi salah satu olahraga yang begitu populer dari dulu hingga sekarang. Seluruh dunia termasuk Indonesia menjadikan sepakbola menjadi salah satu olahraga yang sangat diminati banyak orang baik dari golongan muda, anak-anak hingga orang dewasa sangat menggemari olahraga sepakbola. Sebagai salah satu cabang olahraga yang sangat di gemari di seluruh dunia adalah dengan adanya pertandingan-pertandingan yang dilaksanakan, seperti pertandingan piala dunia, pertandingan piala campion, dan liga di negara masing-masing. Sehingga menjadikan olahraga sepakbola menjadi salah satu olahraga yang sampai saat ini sangat diminati oleh banyak orang.

Salah satu unsur yang penting dalam olahraga sepakbola adalah kemampuan kondisi fisik, teknik dan taktik yang dimiliki atlet. Menurut (Maliki et al., 2017:2) untuk memiliki keterampilan bermain sepakbola atau terampil dalam melakukan teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola sangat dibutuhkan aspek fisiologis berupa komponen fisik yang baik, agar dapat mencapai prestasi yang baik pula. Untuk mempertahankan teknik-teknik dasar permainan seperti keterampilan *passing*, *dribbling*, *shooting*, *jugling*, dan *heading* yang baik perlu ditunjang oleh kondisi fisik yang lebih baik pula. Kemampuan kondisi fisik meliputi daya tahan, kekuatan, kelincahan, kecepatan, serta kordinas (Hamdi & Wahyudhi, 2019:113). Disamping itu untuk

melakukan *dribbling* yang baik seorang pesepakbola, membutuhkan fleksibilitas sebagai faktor penting dalam mengendalikan bola (Maryono et al., 2017:126). Untuk melatih keterampilan teknik dasar atlet maupun pelatih sepakbola perlu memahami faktor-faktor yang mendukung keterampilan di lapangan, seperti kekuatan otot kaki, daya tembak, koordinasi, *body kinetic*, *save body*, kelenturan, dan fleksibilitas. Selain itu, faktor psikologis, seperti motivasi, kepercayaan diri, konsentrasi, kecemasan, dan kerjasama juga diperlukan untuk meningkatkan keterampilan. (Habibie et al., 2019:25).

Keterampilan dasar dalam menggunakan keterampilan seluruh anggota tubuh kecuali lengan dan tangan yang dasarnya tidak boleh menyentuh bola dan hanya penjaga gawang yang diperbolehkan untuk menggunakan seluruh anggota tubuhnya dalam bermain sepakbola (Saputro, 2016:31). Untuk mendapatkan kekuatan dalam menggunakan anggota tubuh saat bermain sepakbola diperlukan makanan yang bergizi untuk membantu memaksimalkan pengeluaran tenaga dan pengembalian tenaga yang seimbang dengan mengkonsumsi makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jumlah yang memadai, namun perlu memperhatikan komposisi makanan tersebut. Pada dasarnya, pengaturan gizi untuk atlet tidak jauh berbeda dengan pengaturan gizi untuk masyarakat umum yang bukan atlet. Perlu diperhatikan keseimbangan antara energi yang diperoleh dari makanan dan minuman dengan energi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk metabolisme, fungsi tubuh selama istirahat, latihan, dan pertandingan.

Dalam kegiatannya, atlet harus melatih teknik-teknik yang ada didalam sepakbola, mulai dari teknik dasar hingga teknik lanjutan. Teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan sepakbola yaitu *passing, dribbling, shooting, stopping* dan *heading*. Selain dikembangkannya kemampuan dasar, teknik, taktik dan fisik atlet juga diperlukannya bimbingan mental dan motivasi atau dorongan yang kuat demi tercapainya target dan prestasi yang diinginkan.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengembangkan hal ini adalah dengan dilengkapinya sarana dan prasarana yang memadai, pelatih yang berkompeten, latihan yang teratur yang didukung dengan ilmu dan teknologi yang berkembang saat ini serta dorongan yang dapat membuat seorang atlet memupuk kerjasama tim yang baik. Selain itu lingkungan juga turut diperhatikan karena keadaan lingkungan juga mempengaruhi kondisi fisik dan keterampilan dasar atlet sepakbola dimana menurut (Ogura et al.,2016) dengan adanya perbedaan wilayah antara dataran tinggi dan dataran rendah secara tidak langsung mempengaruhi kondisi fisik atlet. Kondisi medan dan aktivitas yang berbeda yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari pastilah berbeda.

Berdasarkan observasi sementara yang peneliti lakukan saat pertandingan terlihat bahwa pada saat permainan atlet cukup bagus di menit-menit awal baik dari segi teknik maupun taktik. Tetapi secara keseluruhan hal itu tidak mendukung kondisi fisik atlet sehingga di menit-menit terakhir kondisi fisik para atlet banyak yang menurun, terlihat dari atlet yang

kelelahan, berkurangnya fokus dan keseimbangan saat pertandingan. Selain itu juga terlihat arah tendangan bola yang tidak sesuai dengan target yang menunjukkan bahwa atlet mulai kehilangan fokus, atlet yang tidak banyak berlari dan berdiri di tengah lapangan hanya melihat arah bola tanpa berniat untuk mengejanya. Hal ini dapat menjadi salah satu akibat dari kurang baiknya kondisi fisik dan teknik dasar yang dimiliki atlet.

SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam ini terletak di daerah dataran tinggi yang memiliki suhu normal hingga lebih rendah dari daerah pada umumnya. SSB AMRI merupakan salah satu wadah yang memiliki peran penting dalam membimbing, membina dan mengarahkan perkembangan potensi dalam bermain sepakbola mulai dari usia muda hingga dewasa. Di dalamnya tidak hanya mengasah teknik dan taktik saja tapi juga mengasah fisik karena kondisi fisik yang baik menjadi salah satu hal penting dalam permainan sepakbola. Di setiap latihan yang diberikan pelatih pasti ada latihan teknik dan taktik dibarengi dengan latihan fisik. Hanya saja latihan fisik yang dilakukan sejalan dengan latihan lainnya hingga latihan fisik ini tidak terlalu terlihat dan tidak terlaksana dengan matang.

Pada waktu latihan pelatih kurang memberikan latihan yang variatif dengan hanya memberikan waktu pemanasan kemudian latihan dan game. Pelatih juga kurang memberikan pengetahuan tentang kemampuan dasar dalam bermain sepakbola yang benar kepada atlet. Masih banyak atlet yang melakukan gerakan yang salah, misalnya saat melakukan *dribbling* dengan ujung kaki yang membuat jarak bola dengan atlet terlalu jauh sehingga mudah

di rampas oleh atlet lawan. Juga saat melakukan *shooting* kekuatan atlet masih terlalu lemah sehingga mudah ditangkap penjaga gawang dan ketepatan tendangan bola juga masih kurang sehingga kebanyakan dalam melakukan tembakan ke gawang tidak terarah.

Belum adanya data tentang kondisi fisik atlet dari SSB AMRI tersebut membuat pelatih belum dapat memantau sejauh mana perkembangan tentang kondisi fisik atlet yang nantinya dapat mempengaruhi kondisi dan keterampilan dalam permainan sepakbola di dalam pertandingan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapat diidentifikasi variabel yang mempengaruhi masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Program latihan fisik yang tidak teratur membuat kondisi fisik atlet kurang baik.
2. Kemampuan kondisi fisik kecepatan, kelincahan dan daya tahan yang rendah mempengaruhi kondisi fisik atlet.
3. Penguasaan teknik *passing*, *dribbling* dan *shooting* yang rendah menyebabkan kurang baik penguasaan teknik dasar atlet.
4. Sarana dan prasarana latihan kurang memadai membuat keterbatasan dalam melakukan latihan.
5. Motivasi atlet yang rendah dalam mengikuti latihan mempengaruhi kondisi fisik dan teknik dasar atlet.
6. Lingkungan tempat latihan kurang baik yang mempengaruhi kondisi fisik dan teknik dasar atlet.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah di paparkan, diduga banyak variabel yang mempengaruhi kondisi fisik dan penguasaan teknik dasar sepakbola, untuk itu penulis membatasi masalah pada penelitian ini pada:

1. Kemampuan kondisi fisik kecepatan, kelincahan, dan daya tahan atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam
2. Kemampuan penguasaan teknik dasar *passing*, *dribbling* dan *shooting* atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang sudah di paparkan sebelumnya, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan kondisi fisik kecepatan, kelincahan dan daya tahan atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam?
2. Bagaimana penguasaan keterampilan teknik dasar *passing*, *dribbling* dan *shooting* atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kemampuan kondisi fisik kecepatan, kelincahan dan daya tahan atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam
2. Untuk mengetahui penguasaan keterampilan teknik dasar *passing*, *dribbling* dan *shooting* atlet SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian tentang Profil Kondisi Fisik dan Keterampilan Teknik Dasar atlet Sepakbola SSB AMRI Batu Taba Kabupaten Agam diharapkan dapat memberukan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah keilmuan dalam bidang pendidikan khususnya Pendidikan Keolahragaan. Terutama yang berhubungan dengan Profil Kondisi Fisik dan Keterampilan Teknik Dasar atlet Sepakbola.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi atlet

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan saran dalam mengetahui profil kondisi fisik dan keterampilan teknik dasar yang dimilikinya dan akan menjadi acuan untuk untuk melatih kondisi fisiknya kedepannya.

b. Bagi SSB AMRI Batu Taba

Dari hasil Penelitian ini dapat digunakan sebagai pendataan kondisi fisik dan keterampilan teknik dasar atletnya secara lengkap dan rinci serta kedepannya akan menjadi acuan pemberian latihan yang sesuai.

c. Bagi pelatih

Hasil dari penelitian dijadikan sebagai data untuk melakukan evaluasi dari program yang sudah dilaksanakan sebelumnya dan untuk merancang program yang lebih baik kedepannya.