TINJAUAN KONDISI FISIK ATLET KARATE DOJO SMK N 2 SIJUNJUNG

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Oleh:

MEIGI FEBRIAN
2008/00905

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2013

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

Judul	**:TINJAUAN KONDISI FISIK ATLET KARATE DOJO SMK N 2 SIJUNJUNG**
Nama	**: Meigi Febrian**
Nim	**: 00905**
Program Studi	**: Pendidikan Kepelatihan Olahraga**
Jurusan	**: Kepelatihan Olahraga**
Fakultas	**: Ilmu Keolahragaan**

Padang, Mei 2013

Pembimbing I	**Pembimbing II**
Drs.H.Witarsyah	**Drs. Maidarman, M.Pd**
NIP. 1958 0920 198603 1 005	**NIP. 19600507 198503 1 004**

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga

Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi

Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

TINJAUAN KONDISI FISIK ATLET KARATE DOJO SMK N 2 SIJUNJUNG

Nama : **Meigi Febrian**

Nim : **00905**

Program Studi : **Pendidikan Kepelatihan Olahraga**

Jurusan : **Kepelatihan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, Mei 2013

Tim Penguji

Nama		**Tanda Tangan**
1. Ketua	**: Drs.H.Witarsyah**	.....
2. Sekretaris	**: Drs. Maidarman, M.Pd**	.....
3. Anggota	**: Drs. Hermanzoni, M.Pd**	.....
4. Anggota	**: Drs. M. Ridwan**	.....
5. Anggota	**: Padli, S.Si, M.Pd**	.....

ABSTRAK

Meigi Febrian. 2013. ”TINJAUAN KONDISI FISIK ATLET KARATE DOJO SMK N 2 SIJUNJUNG”.

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung. Penelitian tergolong pada jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis deskriptif, yang bertujuan untuk mendapatkan informasi tentang kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjug.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung yang berusia 16 sampai 17 tahun sebanyak 28 orang khusus putera saja. Penentuan sampel secara *total sampling*, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel sebanyak 28 orang.

Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur kondisi fisik berkenaan daya tahan *aerobik* dengan alat ukur format norma penilaian melalui *bleep test* (*Multistage Fitness Test*, kecepatan reaksi diukur dengan *whole body reaction test*, daya ledak otot lengan diukur dengan meteran melalui *two hand medicine ball push test* dan kelincahan dengan alat ukur *stopwatch* melalui *shutlle-run test*. Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis distribusi frekwensi (*statistik deskriptif*) dengan perhitungan persentase.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa:

1. Rata-rata dayatahan aerobik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung = 40,00 $^{cc}/_{kg\ BB/\ max}$ tergolong kategori cukup.
2. Rata-rata tingkat kecepatan reaksi yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung = 0,456 detik tergolong kategori cukup.
3. Rata-rata tingkat daya ledak otot lengan yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung = 4,18 m tegolong kategori kurang.
4. Rata-rata tingkat kelincahan yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung = 15,06 detik tergolong kategori kurang.

Kata Kunci: Dayatahan *aerobik*, kecepatan reaksi, daya ledak otot lengan dan kelincahan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "TINJAUAN KONDISI FISIK ATLET KARATE DOJO SMK N 2 SIJUNJUNG".

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Bapak Drs. H. Witarsyah selaku Pembimbing I dan Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd, Bapak Drs. M. Ridwan dan Bapak Padli, S.Si M.Pd selaku Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

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

Padang, April 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

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 7

D. Perumusan Masalah 7

E. Tujuan Penelitian 7

F. Manfaat Penelitian 8

BAB II KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori 9

1. Hakikat Beladiri Karate 9

2. Kondisi Fisik 11

B. Kerangka Konseptual 33

C. Pertanyaan Penelitian 36

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian 37

B. Tempat dan Waktu Penulisan 37

C. Defenisi Operasional 37
D. Populasi dan Sampel 39
E. Jenis dan Sumber Data 40
F. Instrumen Penelitian 40
G. Teknik Pengumpulan Data 41
H. Teknik Analisis Data 51

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data 53
B. Analisis Data 61
C. Pembahasan 62

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 67
B. Saran-saran 67

DAFTAR PUSTAKA 69

LAMPIRAN 72

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian 39
Tabel 2. Sampel Penelitian 39
Tabel 3. Norma standarisasi untuk *VO2max* dengan *bleep test*..... 44
Tabel 4. Norma standarisasi untuk *kecepatan reaksi* dengan *Whole Body Reaction Test* 46
Tabel 5. Norma standarisasi untuk daya ledak otot lengan dengan *two hand medicine ball – push test* 48
Tabel 6. Norma standarisasi untuk Norma standarisasi untuk kelincahan dengan *shuttle run* (4 x 10 meter) 50
Tabel 7. Tenaga Pelaksanaan Tes 51
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Dayatahan Aerobik (*VO2max*) Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung 54
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Kecepatan Reaksi Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung..... 56
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Lengan Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung..... 58
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kelincahan Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung..... 60
Tabel 12. Hasil Analisis Data Kondisi fisik Atlet Karate Dojo SMK N 2 Sijunjung 61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Desain Kerangka Konseptual 35
Gambar 2. Bentuk pelaksanaan *Bleep test* (*Multistage Fitness Test*) 44
Gambar 3. Kecepatan Reaksi dengan *Whole Body Reaction test* 46
Gambar 4. Bentuk pelaksanaan daya ledak otot lengan dengan *two hand medicine ball – push test* 48
Gambar 5. Bentuk pelaksanaan kelincahan dengan *shuttle run* (4 x 10 meter) 50

DAFTAR HISTOGRAM

Histogram 1.	Dayatahan Aerobik Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung	54
Histogram 2.	Kecepatan Reaksi Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung.....	56
Histogram 3.	Daya Ledak Otot Lengan Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung	58
Histogram 4.	Tingkat Kelincahan Atlet Karate Dojo SMK N 2 Sijunjung	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Hasil Pengukuran Dayatahan Aerobik Atlet Karate dojo SMK N 2 Sijunjung.....	72
Lampiran 2.	Hasil Pengukuran Kecepatan Reaksi Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung.....	74
Lampiran 3.	Hasil Pengukuran Daya Ledak Otot Lengan Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung.....	76
Lampiran 4.	Hasil Pengukuran Kelincahan Atlet Dojo SMK N 2 Sijunjung.....	78
Lampiran 5.	Foto Dokumentasi	80
Lampiran 6.	Surat Izin Penelitian	83
Lampiran 7.	Surat Balasan Izin Penelitian.....	84

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu cabang olahraga yang saat ini sedang berkembang di percaturan olahraga Indonesia adalah beladiri karate. Melalui pengamatan peneliti ternyata olahraga beladiri karate sudah berkembang menjadi olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat. Dimulai dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, masyarakat kota sampai masyarakat desa, instansi pemerintah maupun klub yang berkembang hampir di seluruh daerah kota dan kabupaten seperti, Dojo SMK N 2 Sijunjung yang telah cukup lama ikut aktif melakukan pembinaan olahraga beladiri karate.

Pada saat sekarang, olahraga beladiri karate tidak saja sebagai olahraga beladiri semata tetapi sudah termasuk olahraga yang diharapkan untuk berprestasi dengan baik. Melalui olahraga prestasi, diharapkan nantinya dapat melahirkan atlet yang dapat mengharumkan nama daerah, bangsa dan negara dalam berbagai kejuaraan yang diperlombakan. Sesuai dengan tujuan prestasi yang dijelaskan dalam UU RI No. 3 pasal 20 ayat 1 tentang Sistem Keolahragaan Tahun 2005 (2009:12) menyatakan, ”Olahraga prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat bangsa”.

Untuk meningkatkan prestasi beladiri karate ada 4 komponen yang harus mendapatkan perhatian yaitu ; kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Syafruddin (1999:23) yaitu, ”prestasi olahraga

dipengaruhi dan ditentukan oleh kemampuan atlet itu sendiri secara menyeluruh baik menyangkut kemampuan fisiknya, teknik, taktik maupun oleh kemampuan mental (psikis) nya".

Oleh karena itu, untuk memenuhi hal tersebut atlet harus memiliki empat komponen prestasi yang baik, terutama kondisi fisik. Kondisi fisik merupakan salah satu komponen yang dimaksud di atas harus mendapatkan perhatian yang serius dari pembina sebab kondisi fisik merupakan pondasi dasar dalam peningkatan kemampuan lainnya yang dimiliki oleh setiap atlet apabila meraih prestasi yang tinggi (Syafruddin, 1996:5). Dari pendapat ini dapat dikemukakan bahwa persiapan fisik harus dipandang sebagai hal yang penting dalam latihan untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Dari kutipan di atas komponen kondisi fisik merupakan syarat penting yang harus dimiliki oleh setiap atlet karate dalam mencapai prestasi. Syafruddin (1992:34) mengemukakan bahwa kondisi fisik merupakan keadaan fisik serta kesiapan seorang atlet terhadap tuntutan-tuntutan khusus suatu cabang olahraga. Olahraga yang dimaksudkan disini adalah olahraga beladiri karate kategori komite, artinya olahraga beladiri karate komite juga membutuhkan komponen kondisi fisik khusus yang didasarkan atas kebutuhan gerak teknik dan taktik. Sesuai dengan pendapat Arsil (1999:17) mengatakan, "Untuk meningkatkan dan menyempurnakan strategi dan cara belajar teknik perlu mempersiapkan fisik pada umumnya, persiapan fisik khusus dan penyempurnaan kemampuan biomotor khusus".

Pada olahraga beladiri karate khususnya jenis kumite (laga), lamanya waktu pertandingan satu babak yaitu dua menit untuk puteri dan tiga menit untuk putera (waktu bersih) jelas membutuhkan daya konsentrasi dan fokus yang kuat kepada tugas yang dihadapi. Oleh sebab itu, bagi seorang atlet harus membutuhkan dayatahan aerobik yang baik. Selanjutnya, untuk melakukan teknik gerakan baik pukulan maupun tendangan, baik menyerang maupun bertahan dibutuhkan kecepatan reaksi bagi setiap karateka untuk mencapai kemenangan. dalam pertandingan, atlet dominan menggunakan teknik pukulan untuk memperoleh nilai yang banyak karena dianggap lebih praktis dan bisa dilakukan dalam waktu yang singkat.

Pukulan yang baik haruslah ditandai dengan kekuatan dan kecepatan pukulan serta dapat menjatuhkan lawan dalam waktu yang singkat. Oleh sebab itu, untuk mewujudkan pukulan yang baik dibutuhkan daya ledak otot lengan. Selanjutnya, pergerakan yang cepat dalam melakukan serangan dan gesit menghindari serangan balasan dari lawan tanpa kehilangan keseimbangan dibutuhkan kelincahan. semua aktifitas fisik juga didukung oleh prasarana dan sarana latihan serta telah disusun dalam program latihan yang sistematis agar atlet termotivasi dalam latihan. dengan demikian, diharapkan atlet dapat mencapai tujuan dan berprestasi dalam olahraga beladiri karate.

Berdasarkan pendapat di atas jelaslah bahwa kondisi fisik merupakan hal yang krusial dalam mencapai prestasi yang maksimal, disamping faktor teknik, strategi dan mental. Berbicara masalah prestasi atlet karate Dojo Sijunjung masih

sangat jauh dari yang dharapkan. Hal ini disebabkan banyaknya permasalahan yang ditemui dalam mencapai prestasi olahraga karate.

Dojo Sijunjung adalah salah satu klub karate di kabupaten Sijunjung yang aktif membina dan mengembangkan potensi atlet untuk meraih prestasi. Berdasarkan pemantauan peneliti sebagai salah seorang karateka, melihat fenomena yang terjadi di lapangan serta dikuatkan dengan data yang diperoleh dari pelatih, permasalahan yang terjadi adalah diduga tidak baiknya kondisi fisik atlet karate Dojo Sijunjung dan belum sesuai dengan harapan yang diinginkan terhadap penampilan kemampuan beladiri karate yang dimiliki.

Dari hasil pengamatan dan diskusi penulis pada pertandingan antar dojo tanggal 25/5/2012 dengan pelatih karate Dojo Sijunjung yaitu Senpai Iyan Ismudianto, sering ditemukan masalah disetiap pertandingan, seperti; sering kali para atlet merasa kelelahan ketika bertanding, padahal waktu pertandingan belum habis. Diduga hal ini disebabkan rendahnya tingkat dayatahan aerobik yang dimiliki atlet. Lebih lanjut, pernapasan atlet tidak teratur dan sukar untuk menghirup oksigen dengan baik. Selanjutnya, reaksi serangan maupun pertahanan yang dilakukan lambat mengakibatkan atlet kesulitan dalam menyerang maupun bertahan.

Pukulan yang dilancarkan kepada lawan terlihat lemah dan hanya sekedar mengenai pakaian *dogi* yang dikenakan lawan. Kuat dugaan ini disebabkan pukulan yang dihasilkan tidak disertai dengan tingkat daya ledak otot lengan yang baik sehingga tidak tepat pada sasaran yang ditujukan. atlet tidak dapat menghindari serangan lawan karena tidak dapat bergerak berpindah tempat

sehingga pukulan dari lawan sukar untuk dihindari. hal ini diduga akibat tidak baiknya tingkat kelincahan yang dimiliki atlet. Padahal prasarana dan sarana latihan telah dilengkapi dan rancangan latihan sudah disusun dalam program latihan yang sistematis agar atlet termotivasi dalam latihan. lebih lanjut, taktik dan strategi sudah diberikan. Akan tetapi, penampilan atlet tetap belum baik sehingga nilai sukar untuk diraih dan hal ini dapat menghambat pencapaian prestasi.

Bertolak dari identifikasi di atas, dugaan peneliti sementara unsur kondisi fisik yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung tidak baik dan belum sesuai dengan kondisi fisik yang diharapkan, yaitu kondisi fisik yang dapat mendukung untuk merealisasikan teknik-teknik karate yang dimiliki, khususnya dalam jenis komite. Kondisi fisik yang dimaksudkan adalah kondisi fisik khusus atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung yang meliputi; dayatahan aerobik, kecepatan reaksi, daya ledak otot lengan, dan kelincahan. Apabila hal ini dibiarkan terus-menerus, maka akan menjadi permasalahan baru pada atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung. Oleh sebab itu, untuk membuktikan kebenaran ilmiah dan mengatasi permasalahan ini perlu dilakukan penelitian lebih lanjut melalui penelitian ilmiah. Dalam hal ini peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul, ”TINJAUAN KONDISI FISIK ATLET KARATE DOJO SMK N 2 SIJUNJUNG”. Diharapkan dari hasil penelitian ini bisa dilahirkan suatu simpulan yang bisa dijadikan langkah antisipatif bagi peningkatan kondisi fisik atlet karate ke depan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kondisi dapat meningkatkan prestasi atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
2. Kemampuan teknik dapat meningkatkan kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
3. Kemampuan taktik dan strategi dapat meningkatkan kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
4. Dayatahan aerobik menyebabkan meningkatnya kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
5. Kemampuan kecepatan reaksi dapat meningkatkan kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
6. Kemampuan daya ledak otot lengan dapat meningkatkan kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
7. Kemampuan kelincahan bisa meningkatkan kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
8. Sarana dan prasarana dapat meningkatkan kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
9. Motivasi latihan menyebabkan meningkatnya kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan fenomena yang dominan peneliti temukan di lapangan, maka penelitian ini dibatasi pada ”Kondisi Fisik Atlet Karate Dojo SMK N 2 Sijunjung yang berkenaan dengan:

1. Daya tahan aerobik atlet karate dojo SMK N 2 Sijunjung
2. Kecepatan reaksi atlet karate dojo SMK N 2 Sijunjung
3. Daya ledak otot lengan atlet karate dojo SMK N 2 Sijunjung
4. Kelincahan atlet karate dojo SMK N 2 Sijunjung

D. Perumusan Masalah

Dalam penelitian ini diajukan perumusan masalah, yaitu:

1. Bagaimanakah tingkat dayatahan aerobik yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung?
2. Bagaimanakah tingkat kecepatan reaksi yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung?
3. Bagaimanakah tingkat daya ledak otot lengan yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung?
4. Bagaimanakah tingkat kelincahan yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk ”mengetahui tingkat kondisi fisik atlet karate Dojo Sijunjung” yang meliputi:

1. Dayatahan aerobik yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
2. Kecepatan reaksi yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
3. Daya ledak otot lengan yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
4. Kelincahan yang dimiliki atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis, sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan kondisi fisik atlet, sehingga pelatih dapat menentukan dan menerapkan secara tepat faktor-faktor yang dapat meningkatkan kondisi fisik atlet karate Dojo SMK N 2 Sijunjung.
3. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Civitas akademika, untuk memperkaya disiplin ilmu kepelatihan dalam bidang keolahragaan, sekaligus sebagai pegembangan wawasan dalam memperluas kajian dalam Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Para peneliti selanjutnya, sebagai acuan untuk melakukan penelitian atau skripsi.