

**TINJAUAN KONDISI FISIK PEMAIN SSB PEMKAB MADINA USIA
16 sd 18 TAHUN KECAMATAN PANYABUNGAN KABUPATEN
MANDAILING NATAL PROVINSI SUMATERA UTARA**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga sebagai salah
satu persyaratan Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**RISKI RAMADHAN
NIM. 15086054**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAMHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAMHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Pengcab Madina Usia 16 – 18 Tahun Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara

Nama : Riski Ramadhan

NIM : 15086054

Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

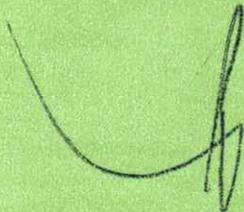
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2019

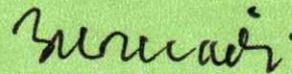
Di setujui oleh :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Pembimbing



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003



Dr. Willadi rasyid, M. Pd
NIP. 195911211986021006

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

**Judul : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Pengcab Madina Usia 16 – 18
Tahun Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal
Provinsi Sumatera Utara**

Nama : Riski Ramadhan

NIM : 15086054

Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

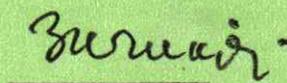
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

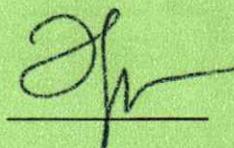
Padang, November 2019

Tim Penguji :

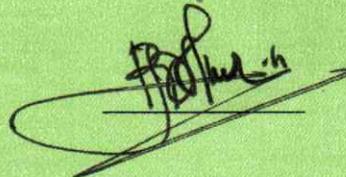
Ketua : Dr. Willadi Rasyid, M. Pd



Sekretaris : Dr. Hendri Neldi, M. Kes AIFO



Anggota : Dra. Rosmaneli, M. Pd



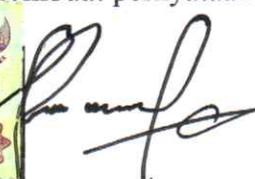
PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Pemkab Madina Usia 16 sd 18 Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara”**, adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian sayasendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam 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, November 2019
Yang membuat pernyataan




Riski Ramadhan
Nim.15086054

ABSTRAK

Riski Ramadhan (2019) : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Pemkab Madina Usia 16-18 Tahun Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara

Masalah dalam penelitian ini yaitu berawal dari belum maksimalnya prestasi pemain SSB Pemkab Madina Usia 16-18 tahun Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara..

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 18 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 18 orang pemain. Instrumen penelitian ini adalah : 1) Daya tahan aerobik di tes dengan *bleeep test* , 2) Daya ledak otot tungkai di tes dengan lompat jauh tanpa awalan, 3) Kecepatan di tes dengan lari 30 meter, 4) Kelincahan di tes dengan *shuttle-run* 4x10 meter 5) Kelentukan di tes dengan *flexiometer*, 6) Koordinasi mata-kaki di tes dengan menendang dan mengontrol bola kesasaran yang ditempelkan kedinding. Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : 1) Daya tahan aerobik (Vo_2 maks) pemain termasuk dalam klasifikasi cukup dengan nilai rata-rata 39.16, 2) Daya daya ledak otot tungkai pemain termasuk pada klasifikasi sangat kurang dengan nilai rata-rata 208,33, 3) Kecepatan pemain termasuk pada klasifikasi kurang dengan nilai rata-rata 4.77, 4) Kelincahan pemain termasuk pada klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 13.98, 5) Kelentukan pemain termasuk pada klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 13,06, 6) Koordinasi mata-kaki pemain termasuk pada klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 7,89. 7) Kondisi fisik pemain termasuk klasifikasi sedang, dengan nilai rata-rata 50.

Kata Kunci : Kondisi Fisik, Sepakbola

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunian-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : **“Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Pemkab Madina Usia 16-18 Tahun Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara”**. Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Prof. Ganefri, Ph.D, selaku rektor Universitas Negeri Padang, yang telah menerima penulis di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Dr. Alnedral, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan
3. Drs. Zarwan, M. Kes, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga

penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

4. Dr. Willadi Rasyid, M.Pd, selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, dorongan, semangat, pemikiran, pengarahaan yang sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO dan Dra. Rosmaneli, M.Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Pelatih SSB Pengcab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
8. Pemain SSB Pengcab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Teman-teman sesama mahasiswa FIK UNP yang telah membantu dalam penelitian ini

Akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan Skripsi ini tidak luput dari kesalahan. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Padang, Oktober 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
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. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	10
1. Permainan Sepakbola	10
2. Kondisi Fisik	11
3. Daya Tahan Aerobik	15
4. Daya Ledak Otot Tungkai	18
5. Kecepatan.....	21
6. Kelincahan.	25
7. Kelentukan.	29
8. Koordinasi Mata-kaki.....	34
B. Kerangka Konseptual.....	38
C. Pertanyaan Penelitian.....	41

BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	42
B. Definisi Operasional	42
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	45
D. Populasi dan sampel.....	45
E. Jenis dan Sumber Data.....	46
F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	46
G. Teknik Analisa Data	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	58
B. Pembahasan	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	84
B. B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	89

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	45
2. Norma Standarisasi <i>VO2max</i> dengan bleep test	48
3. Norma Lompat Jauh Tanpa Awalan	50
4. Norma Lari 30 Meter	51
5. Klasifikasi Kelincahan <i>Shuttle Run</i>	52
6. Klasifikasi Kelentukan dengan <i>Flexiometer</i>	54
7. Skala Nilai untuk 5 Kategori.....	56
8. Destribusi Frekuensi Daya Tahan Aerobik.....	58
9. Destribusi Frekuensi Daya Ledak otot Tungkai	60
10. Distrubusi Frekuensi Kecepatan	61
11. Distribusi Frekuensi Kelincahan	63
12. Distribusi Frekuensi Kelentukan.....	64
13. Distribusi Frekuensi Data Koordinasi Mata-Kaki.....	66
14. Distribusi Frekuensi Data Kondisi Fisik	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	40
2. Bentuk Pelaksanaan <i>Bleep Test</i>	48
3. Tes <i>Standing Broad Jump</i>	49
4. Tes Lari 30 Meter	51
5. Lintasan <i>Shuttle Run</i>	52
6. Tes Kelentukan.....	54
7. Sasaran Tes Koordinasi Mata-Kaki	56
8. Histogram Data Daya Tahan Aerobik.....	59
9. Histogram Data Ledak Otot Tungkai	61
10. Histogram Kecepatan	62
11. Histogram Kelincahan	64
12. Histogram Kelentukan	65
13. Histogram Koordinasi Mata-Kaki.....	66
14. Histogram Kondisi Fisik	68
15. Pelaksanaan Tes daya tahan aerobik	102
16. Pelaksanaan Tes Daya Ledak Otot Tungkai.....	102
17. Pelaksanaan Tes Kecepatan	103
18. Pelaksanaan Tes Kelincahan	103
19. Pelaksanaan Tes Kelentukan.....	104
20. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Kaki	104
21. Peralatan yang Digunakan Dalam Penelitian	105
22. Foto Bersama Sampel Penelitian	105

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Deskripsi Data Daya Tahan Aerobik	89
2. Deskripsi Data Daya Ledak Otot Tungkai	90
3. Deskripsi Data Kecepatan	91
4. Deskripsi Data Data Kelincahan	92
5. Deskripsi Data Kelentukan	93
6. Deskripsi Data Koordinasi Mata-kaki	94
7. Data Penelitian di T-Score	95
8. Rekap data Kondisi Fisik Setelah di T-Score	96
9. Form Penghitungan MFT	97
10. Tabel Penilaian VO_2max	98
11. Dokumentasi Penelitian	102
12. Surat-Surat Penelitian	106

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kegiatan olahraga dewasa ini telah mengalami kemajuan yang pesat. Pertandingan dan perlombaan olahraga sudah dilakukan diberbagai daerah maupun di tingkat nasional mulai dari tingkat usia dini sampai tingkat dewasa. Pertandingan dan perlombaan yang diadakan tidak terlepas dari pembinaan-pembinaan yang dilakukan diberbagai cabang olahraga. Pembinaan tersebut dilakukan dengan mengembangkan perkumpulan-perkumpulan olahraga. Hal ini sesuai yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 23 ayat 1 dan 2 menyatakan bahwa:

1) Masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga melalui berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif, baik dilaksanakan atas dorongan pemerintah dan/atau pemerintah daerah, maupun atas kesadaran atau prakarsa sendiri. 2) Pembinaan dan pengembangan olahraga oleh masyarakat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat setempat.

Berdasarkan kutipan di atas, maka jelaslah bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga dapat dilakukan dalam masyarakat, baik atas kesadaran maupun atas dorongan pemerintah, melalui perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat dapat dilakukan pembinaan dan pengembangan olahraga, dimanapun tujuan dari pengembangan dan pembinaan olahraga merupakan salah satu cara untuk meningkatkan olahraga prestasi sehingga dapat membawa nama daerah atau nama Klub. Salah satu olahraga yang banyak dibina dan dikembangkan oleh masyarakat adalah olahraga permainan sepakbola.

Sepakbola adalah suatu permainan beregu yang terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Tujuan dari permainan sepakbola adalah berusaha menguasai bola, memasukan bola ke dalam gawang lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola. Sepakbola adalah permainan yang sangat populer, karena permainan sepakbola sering dilakukan oleh anak-anak, orang dewasa maupun orang tua. Saat ini perkembangan permainan sepakbola sangat pesat sekali, hal ini ditandai dengan banyaknya Sekolah Sepakbola (SSB) dan klub-klub yang didirikan. Menurut Muhajir (2006:1) “Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”.

Dengan demikian permainan sepakbola memerlukan dasar kerjasama antara sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik pemain harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola serta ditunjang kondisi fisik yang baik. Pemain yang memiliki teknik yang baik serta kondisi fisik yang baik maka pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula.

Menurut Syafruddin (2004:51) “Seseorang untuk dapat menguasai teknik yang baik dapat dilakukan apabila ditunjang oleh fisik yang baik pula. Dengan demikian agar fisik dan penguasaan keterampilan teknik dasar dikuasai dengan baik perlu latihan sungguh-sungguh dan direncanakan dengan baik”. Berdasarkan pendapat tersebut, komponen kondisi fisik merupakan syarat penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola.

Menurut Astrand dalam Arsil (1999:6) menjelaskan bahwa Komponen dasar kondisi fisik bila ditinjau dari konsep muscular meliputi :

Daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*fleksibily*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*). Sedangkan ditinjau dari konsep metabolik terdiri dari daya aerobik (*aerobic power*) dan daya tahan aerobik (*anaerobic power*).

Dalam permainan sepakbola dibutuhkan berbagai unsur kondisi fisik, seperti: daya tahan aerobik. Daya tahan mempunyai fungsi agar pemain sepakbola bisa menyelesaikan pertandingan dalam waktu 2x45 menit dan tambahan waktu permainan tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan, daya ledak otot. Daya ledak otot tungkai mempunyai fungsi agar terciptanya tendangan yang keras dan akurat. Kecepatan berfungsi agar pemain dapat mengiring bola dengan cepat sambil melewati lawan dan juga dapat merebut bola dengan cepat dari lawan. Kelincahan berfungsi agar pemain dapat mengontrol bola, mengiring bola saat melewati lawan dan berbalik dalam waktu yang singkat untuk mengatasi rampasan bola dari lawan. Kelentukan diperlukan dalam lari dalam berbagai variasi, berlari maju, mundur, lari bergerak ke samping dan melompat.

Koordinasi mata-kaki juga sangat penting perannya dalam melakukan *shooting* ke gawang. Apabila seorang pemain sepakbola tidak mempunyai koordinasi mata-kaki yang baik tentu akan berpengaruh terhadap *shooting* yang akan dilakukan, misalnya sewaktu pemain melakukan *shooting* sedang berlari kalau tidak mempunyai koordinasi yang baik, berkemungkinan pemain sulit untuk melakukan *shooting* dengan baik dan akurat.

Kondisi fisik adalah salah satu syarat yang sangat diperlukan dalam peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan awal yang dibutuhkan olahraga prestasi. Artinya, olahraga adalah suatu kegiatan yang sangat membutuhkan kondisi fisik yang prima dalam setiap aktifitasnya. Jadi, keberhasilan atau prestasi seseorang dalam berolahraga sangat tergantung pada kondisi fisik yang dimilikinya. Semakin baik kondisi fisik, maka akan semakin besar peluangnya untuk berprestasi.

SSB Pengcap Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara merupakan salah satu SSB yang telah melakukan pembinaan olahraga sepakbola dengan tujuan mendapatkan bibit berpotensi. Dalam setiap latihan pelatih tidak hanya mengajarkan atau membina teknik saja, akan tetapi juga mengarahkan kepada pembinaan kondisi fisik.

Berdasarkan informasi yang peneliti peroleh dari pelatih SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara yaitu Bapak Suyono, SSB ini sering mengikuti iven-iven sepakbola, tetapi prestasinya belum begitu baik, contohnya pada tahun 2017, SSB mengikuti pertandingan antar Kabupaten Mandailing Natal hanya masuk 8 besar, pada tahun 2017 mengikuti open turnamen Bupati Cup, hanya masuk babak 8 besar, pada tahun 2018 mengikuti pertandingan antar kabupaten Mandailing Natal, hanya masuk babak 16 besar. pada tahun 2018 mengikuti Liga III Tingkat Provinsi Sumatera Utara, hanya masuk babak penyisihan. Banyak kemungkinan-kemungkinan faktor yang menyebabkan kurangnya prestasi pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi

Sumatera Utara, seperti kondisi fisik, teknik, taktik, mental, pelatih, program latihan, sarana dan prasarana, motivasi berlatih dan status gizi.

Disamping itu berdasarkan observasi dan pengamatan yang telah peneliti lakukan terhadap pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara dalam melakukan latihan, terlihat pemain setelah memasuki babak kedua terlihat daya tahan tubuh pemain menurun, mereka mengalami kelelahan dan keletihan sehingga pemain tidak bergerak aktif. Sewaktu pemain melakukan *shooting*, pemain tidak mampu melakukan tendangan yang kuat dan keras serta tendangan yang dilakukan serig tidak tepat sasaran, sewaktu mengiring bola, pemain tidak mampu berlari cepat sambil melewati lawan. Selanjutnya dalam mengontrol bola, menggiring bola sambil melewati lawan dan berbalik dalam waktu yang singkat untuk mengatasi rampasan dari lawan pemain kurang lincah.

Dari hasil observasi dan pengamatan peneliti di atas, peneliti melihat kurangnya kemampuan bermain sepakbola pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara disebabkan oleh kondisi fisik pemain yang belum begitu baik. Dengan demikian, untuk mendapatkan data dan informasi yang sebenarnya mengenai kondisi fisik pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kondisi fisik
2. Teknik
3. Taktik
4. Mental
5. Program latihan
6. Sarana dan prasarana
7. Motivasi berlatih
8. Status gizi

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, maka masalah dalam penelitian dibatasi pada kondisi fisik, meliputi :

1. Daya tahan aerobik
2. Daya ledak otot tungkai
3. Kecepatan
4. Kelincahan
5. Kelentukan
6. Koordinasi mata-kaki

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimanakah kondisi fisik pemain SSB

Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara, diantaranya adalah :

1. Bagaimana daya tahan aerobik pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara ?
2. Bagaimana daya ledak otot tungkai pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara ?
3. Bagaimana Kecepatan pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara ?
4. Bagaimana kelincahan pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara ?
5. Bagaimana kelentukan pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara ?
6. Bagaimana Koordinasi mata-kaki pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara ?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara yang meliputi :

1. Untuk mengetahui daya tahan aerobik pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara

2. Untuk mengetahui daya ledak otot tungkai pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara
3. Untuk mengetahui Kecepatan pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara
4. Untuk mengetahui kelincahan pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara
5. Untuk mengetahui kelentukan pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara
6. Untuk mengetahui koordinasi mata-kaki pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini nantinya diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis, Sebagai persyaratan dalam menyelesaikan tugas akhir untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Jurusan pendidikan olahraga Universitas Negeri Padang
2. Pelatih, sebagai masukan dalam meningkatkan prestasi pada cabang olahraga permainan sepakbola.
3. Pemain, sebagai gambaran tentang kondisi yang mereka miliki serta dapat meningkatnya melalui latihan.
4. Kampus, sebagai bahan referensi bagi pembaca di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

5. Peneliti selanjutnya, untuk di jadikan referensi dan informasi untuk melakukan penelitian.