

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA KAKI
DENGAN KEMAMPUAN *LONG PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA BINTANG
TALAGO PASILIHAN KABUPATEN SOLOK**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**OKTOBI PUTRA PRATAMA
NIM. 16086075**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2020**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Bintang Talago Pasilihan Kabupaten Solok

Nama : Oktobi Putra Pratama

NIM : 16086075

Pogram Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

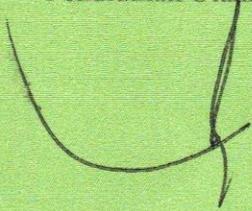
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2020

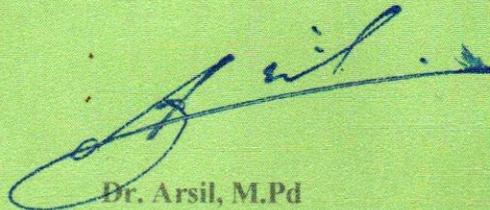
Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan
Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.kes
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Dr. Arsil, M.Pd
NIP. 196003171986021002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi
Mata-Kaki Dengan Kemampuan *Long Passing* Pemain
Sepakbola Bintang Talago Pasilihan Kabupaten Solok

Nama : Oktobi Putra Pratama
NIM : 16086075
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2020

Tim Penguji :

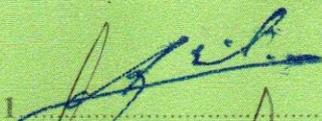
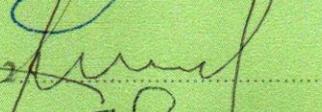
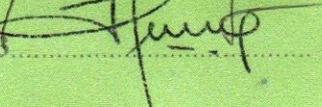
Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Arsil, M.Pd

2. Sekretaris : Drs. Yulifri, M.Pd

3. Anggota : Sefri Hardiansyah, S.Pd M.Pd

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Bintang Talago Pasilihan Kabupaten Solok”, adalah hasil 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 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, Juli 2020

Yang membuat pernyataan



Oktoibi Putra Pratama
NIM.16086075

ABSTRAK

Oktober Putra Pratama. 2020: Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan *Long Passing* Pemain Bintang Talago Pasilihan Kabupaten Solok

Masalah dalam penelitian ini masih rendahnya kemampuan *long passing* pemain Bintang Talago Pasilihan Kabupaten Solok. Masalah inilah diduga disebabkan karena rendahnya daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *long passing*.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi penelitian ini seluruh pemain Bintang Talago Pasilihan Kabupaten Solok yang terdaftar dan ikut aktif mengikuti latihan sebanyak 18 orang, sedangkan sampel diambil secara *total sampling* sehingga diperoleh sampel yaitu sebanyak 18 orang. Daya ledak otot tungkai dengan menggunakan tes *standing board jump*, koordinasi mata-kaki dengan tes koordinasi mata-kaki, dan kemampuan *long passing*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis *product moment*.

Berdasarkan dari hasil analisis data menunjukkan bahwa; 1) Terdapat hubungan yang signifikan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan 2) Terdapat hubungan yang signifikan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago. 3) Terdapat hubungan yang signifikan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan.

Kata kunci: Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki, Kemampuan *LongPassing*

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu Wa Ta Alla, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Bintang Talago Pasilihan Kabupaten Solok”.

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua saya, ayahanda Basrianto dan ibunda Warneri yang sangat kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Arsil, M.Pd sebagai pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M. Kes sebagai ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd sebagai sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga

yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd dan Bapak Sefri Hardiansyah, S.Pd, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
6. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepada teman-teman dan pemain Sepakbola Bintang Talago Pasilihan Kabupaten Solok yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.

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

Padang, juli 2020

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	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Olahraga Sepakbola	8
B. Tendangan Bola Jarak Jauh (<i>Long Passing</i>)	14
C. Daya Ledak Otot Tungkai (<i>Explosive Power</i>)	16
D. Koodinasi Mata-kaki.....	23
E. Kemampuan Tendangan Bola Jarak Jauh (<i>Long Passing</i>)	25
F. Kerangka Konseptual	29
G. Hipotesis Penelitian.....	31
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 Pengumpulan Data	34
F. Teknik Analisis Data.....	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	40
1. Daya Ledak Otot Tungkai.....	40
2. Koordinasi Mata-Kaki.....	41
3. Kemampuan <i>Long Passing</i>	43
B. Pengujian Nomalias Data	44
C. Pengujian Hipotesis Penelitian	46
D. Pembahasan	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	58

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 1.	Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot tungkai.....	40
Tabel 2.	Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata-Kaki	42
Tabel 3.	Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Long Passing</i>	43
Tabel 4.	Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data	45
Tabel 5.	Hasil Analisis Korelasi Antara Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) Terhadap Kemampuan <i>Long Passing</i> (Y).....	47
Tabel 6.	Hasil Analisis Korelasi antara Koordinasi Mata-Kaki (X_2) terhadap Kemampuan <i>Long Passing</i> (Y)	48
Tabel 7.	Hasil Analisis Korelasi Ganda antara Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) dan Koordinasi Mata-Kaki (X_2) secara bersama-sama terhadap Kemampuan <i>Long Passing</i> (Y).....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
Gambar 1.	Menendang Dengan Kaki Bagian Dalam	11
Gambar 2.	Menendang Dengan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam	12
Gambar 3.	Menendang Dengan Kura-Kura Kaki Bagian Luar	12
Gambar 4.	Menendang Dengan Kura-Kura Kaki Bagian Atas	13
Gambar 5.	Otot Tungkai Atas.....	19
Gambar 6.	Otot Tungkai Bawah.....	19
Gambar 7.	Otot Tungkai Bagian Depan Dan Belakang	22
Gambar 8.	Bagan Kerangka Konseptual	31
Gambar 9.	Pelaksanaan Tes Lompat Jauh Tanpa Awalan (<i>long jump</i>).....	34
Gambar 10.	Pelaksanaan Tes Koodinasi Mata-Kaki	36
Gambar 11.	Grafik Histogram Daya Ledak Otot Tungkai	41
Gambar 12.	Grafik Histogram Koordinasi Mata-Kaki	42
Gambar 13.	Grafik Histogram Kemampuan <i>Long Passing</i>	44
Gambar 14.	Peneliti Memberi Arahan Sebelum Melakukan Tes	81
Gambar 15.	Tes Daya Ledak Otot Tungkai (<i>Standing Broad Jump</i>)	82
Gambar 16.	Tes Koordinasi Mata-Kaki.....	83
Gambar 17.	Tes Melakukan Kemampuan <i>Long Passing</i>	84
Gambar 18.	Foto Bersama	85

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Rekapitulasi Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	62
Lampiran 2. Rekapitulasi Data Koordinasi Mata-Kaki	63
Lampiran 3. Rekapitulasi Data Kemampuan <i>Long Passing</i>	64
Lampiran 4. Kelas Interval Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Kemampuan <i>Long Passing</i>	65
Lampiran 5. Uji Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai dengan Uji Liliefors	67
Lampiran 6. Uji Normalitas Koordinasi Mata-Kaki dengan Uji Liliefors.....	68
Lampiran 7. Uji Normalitas Kemampuan <i>Long Passing</i> dengan Uji Liliefors	69
Lampiran 8. Data T- Score Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Kemampuan <i>Long Passing</i>	70
Lampiran 9. Uji Hipotesis	71
Lampiran 10. Pengujian Hipotesis	72
Lampiran 11. Tabel Nilai Kritik L Uji Liliefors	77
Lampiran 12. Harga kritik Dari Product Moment	78
Lampiran 13. Luas dibawah Lengkungan Normal Standar dari o ke z	79
Lampiran 14. Nilai Persentil Distribusi t	80
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian	81
Lampiran 16. Surat Izin Penelitian	86
Lampiran 17. Surat Balasan Penelitian	87

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu hal yang tidak bisa dipisahkan dalam kehidupan manusia. Olahraga banyak disenangi dan juga digeluti oleh semua orang, baik itu anak-anak, remaja, maupun dewasa. Bahkan pada masa sekarang ini banyak kaum wanita yang menggemari olahraga-olahraga tertentu, baik olahraga yang beradu fisik maupun olahraga yang tidak beradu fisik. Olahraga dapat menjaga kesehatan jasmani maupun rohani, menjaga perdamaian dunia, dan juga dalam olahraga menyimpan nilai-nilai sosial yang dapat digunakan dalam kehidupan bermasyarakat. Pemerintah pun telah mengeluarkan UU RI NO 3 pasal 4 (2005:8) tentang sistem keolahragaan nasional sebagai berikut:

“Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesejahteraan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai mental dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, memperkokoh ketahanan nasional, serta mengangkat harkat dan martabat bangsa. “

Berdasarkan kutipan diatas dapat dipahami bahwa perkembangan dan pembangunan olahraga merupakan hal yang sangat penting, karena olahraga itu memiliki tujuan salah satunya yaitu untuk memelihara dan meningkatkan kesejahteraan dan kebugaran.

Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) terus berupaya meningkatkan prestasi sepakbola dengan mengadakan dan melakukan pembinaan tentang SSB ini, selain itu usaha PSSI adalah melakukan turnamen

atau kejuaraan baik itu ditingkat daerah maupun ditingkat nasional, mulai dari LPI (Liga Pendidikan Indonesia) dan liga elit indonesia berkaitan dengan pembinaan dan perkembangan olahraga prestasi di tanah air, sudah sepatutnya pembinaan prestasi olahraga sepakbola dikembangkan sesuai dengan kemajuan teknologi dalam bidang olahraga. Seperti halnya seorang pelatih yang berkualitas dapat memanfaatkan ilmu pengetahuan secara ilmiah di bidang olahraga sepakbola yang pada akhirnya dapat melahirkan seorang atlet sepakbola yang berprestasi tinggi.

Sepakbola juga merupakan salah satu olahraga yang banyak dimainkan oleh umat manusia di dunia. Hampir setiap negara dan daerah memainkan olahraga sepakbola, daerah pelosok pun memainkan olahraga sepakbola ini tetapi dengan caranya sendiri. Setiap negara ataupun daerah telah melakukan pembinaan untuk pemain sepakbolanya, guna untuk mengharumkan negara dan daerahnya, termasuk juga indonesia. PSSI selaku organisasi sepakbola tertinggi di indonesia telah banyak melakukan pembinaan terhadap pemain-pemain lokalnya, hingga melakukan pelatihan ke luar negeri untuk memantapkan pemainnya dalam bidang sepakbola tersebut. Pemerintah daerah pun juga ikut mengembangkan olahraga sepakbola ini dengan cara mendirikan klub-klub sepakbola.

Untuk meraih prestasi sepakbola yang baik, di samping usaha pembinaan dan latihan yang teratur, terarah dan kontiniu, hendaknya pembinaan tersebut diarahkan kepada pembinaan kondisi fisik dan teknik sebagai faktor yang mendukung keberhasilan dalam meraih prestasi puncak. Dalam cabang

olahraga sepakbola hampir setiap komponen kondisi fisik menjadi dominan dalam suatu pertandingan sepakbola, seperti: daya tahan, kekuatan, kecepatan, daya ledak, kelincahan, koordinasi dan kelentukan terutama daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki.

Dalam permainan sepakbola memberikan bola kepada teman setim itu merupakan suatu hal yang sangat penting, baik dengan jarak yang dekat maupun dengan jarak yang jauh, karena untuk menciptakan permainan yang cantik bisa dilakukan dengan memberikan bola kepada teman setim dan menciptakan peluang untuk memasukkan bola ke dalam gawang pemain lawan, sehingga tim bisa memenangkan pertandingan dengan permainan cantik dan performa yang bagus dari pemain itu sendiri.

Long passing atau memberikan bola jarak jauh ke teman setim merupakan teknik yang harus dikuasai dan harus dilatih oleh setiap pemain, karena *long passing* merupakan bagian teknik terpenting dalam sepakbola untuk mengatur irama permainan pada saat permainan sedang berlangsung. Pelaksanaan memberikan bola kepada teman setim disini tidak hanya memberikan bola saja, tetapi memberikan bola yang dimaksud disini adalah ketepatan arah. Sehingga berarti arah bola saat ditendang kepada teman bola tersebut sampai dan tepat dikaki teman setim.

Suatu tendangan *long passing* akan lebih baik dalam pelaksanaannya apabila ditunjang oleh beberapa faktor diantaranya penguasaan mental yang baik berpengaruh terhadap konsentrasi saat melakukan tendangan dalam pertandingan. Selain itu penguasaan teknik yang sempurna juga mempengaruhi

keakuratan suatu *long passing* dan yang terpenting juga adalah kondisi fisik seperti daya ledak, kekuatan, kelincahan, kecepatan, koordinasi, dan kelentukan, terutama daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki. Karena tanpa kondisi fisik yang bagus pemain tidak akan dapat menguasai teknik dengan sempurna.

Daya ledak otot tungkai menunjang keakuratan tendangan *long passing* karena dengan adanya daya ledak, bola yang ditendang dapat melaju sesuai dengan apa yang diinginkan, sehingga bola sampai kepada pemain yang dituju. Sedangkan koordinasi mata kaki berperan dalam menyempurnakan gerak saat akan menendang sehingga memudahkan untuk menentukan posisi bola ketika ditendang. Dari penjelasan diatas dapat diduga bahwa daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki menunjang keberhasilan dalam melakukan *long passing*.

Berdasarkan pengamatan di lapangan terhadap pemain Bintang Talago Pasilihan Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok saat melakukan pertandingan pada ajang antar klub Se Kabupaten Solok, masih banyak pemain yang melakukan kesalahan dalam melakukan *passing* diantaranya yaitu: *passing* yang tidak sampai ke pemain satu tim, *passing* yang tidak terarah, kurangnya bobot *passing*, tumpuan kaki yang kurang baik dan perkenaan kaki dengan bola yang belum pas mengakibatkan bola dengan mudah dirampas oleh pemain lawan. Hal itu sangat mempengaruhi performa pemain didalam lapangan, jika dibiarkan maka akan menimbulkan permasalahan yang baru dalam permainan.

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti semakin yakin bahwa terdapatnya hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *long passing*. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Bintang Talago Pasilihan”. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman dan bahan acuan bagi pemain sepakbola Bintang Talago agar mencapai prestasi yang memuaskan kedepannya.

B. Identifikasi Masalah

Bedasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa variabel yang diduga berhubungan dengan masalah penelitian ini tendangan *long passing*, variabel tersebut adalah sebagai berikut:

1. Daya ledak otot tungkai mempengaruhi kemampuan *long passing*
2. Penguasaan teknik mempengaruhi kemampuan *long passing*
3. Koordinasi mata kaki mempengaruhi kemampuan *long passing*
4. Perkenaan kaki dengan bola saat menendang mempengaruhi kemampuan *long passing*
5. Posisi kaki tumpu mempengaruhi kemampuan *long passing*
6. Sarana pendukung latihan mempengaruhi kemampuan *long passing*
7. Pelatih dan program latihan mempengaruhi kemampuan *long passing*

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya variabel yang diduga mempengaruhi permasalahan penelitian ini dan keterbatasan waktu, sarana, dan kemampuan peneliti, serta lebih fokusnya penelitian ini, maka peneliti membatasi variabel penelitian ini pada:

1. Kemampuan daya ledak otot tungkai
2. Kemampuan koordinasi mata kaki
3. Kemampuan melakukan *long passing*

D. Rumusan masalah

Berdasarkan dari latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan
3. Apakah terdapat hubungan secara bersama-sama antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan.

2. Untuk mengetahui hubungan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan.
3. Untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan.

F. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini dapat berguna dan bermanfaat untuk:

1. Penelitian ini sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan.
2. Sebagai pedoman bagi pelatih klub Bintang Talago Pasilihan untuk melihat kemampuan *long passing* untuk bahan pertimbangan program latihan kedepannya.
3. Sebagai bahan acuan untuk pemain sepakbola Bintang Talago Pasilihan untuk lebih menguasai teknik *long passing*.
4. Sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Sebagai bahan bacaan di perpustakaan Universitas Negeri Padang.