

**TINJAUAN KONDISI FISIK PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB)
PUTRA WIJAYA FC KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



OLEH:

**AULIA RAHMAN
NIM.14086266**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2020**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang**

Nama : **Aulia Rahman**

NIM : **14086266**

Program Studi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

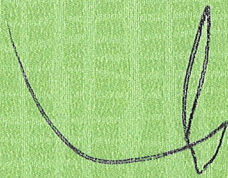
Jurusan : **Pendidikan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, Februari 2020

Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan
Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.kes
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Dra. Darni, M.Pd
NIP. 19601225 1984032001

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

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

Judul : **Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang**

Nama : Aulia Rahman

NIM : 14086266

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

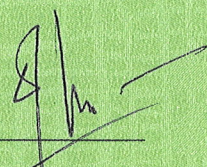
Padang, Februari 2020

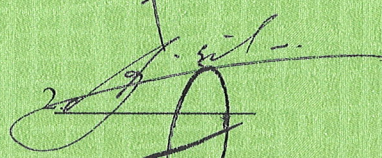
Tim Penguji :

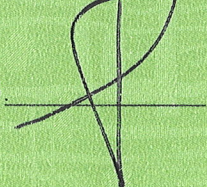
Ketua : Dra. Darni, M.Pd

Sekretaris : Dr. Arsil, M.Pd

Anggota : Atradinal, S.Pd, M.Pd

1. 

2. 

3. 

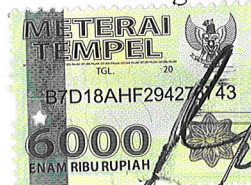
PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang”, 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, Januari 2020

Yang membuat pernyataan



Aulia Rahman
Nim. 14086266

ABSTRAK

Aulia Rahman, (2020) : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang yang berjumlah sebanyak 55 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *proposive sampling* sehingga berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan data adalah dengan kondisi fisik daya tahan aerobik dengan tes *yo-yo intermittent recovery test*, kecepatan dengan tes lari 30 meter, kelincahan dengan tes *course of the arrowhead agility test* dan daya ledak otot tungkai dengan tes *standing board jump*. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$.

Hasil penelitian dari analisis kondisi fisik yaitu, 1) Kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang pada indikator daya tahan aerobik dalam kategori “kurang”. 2) Kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang pada indikator kecepatan dalam kategori “baik”. 3) Kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang pada indikator kelincahan dalam kategori “cukup”. 4) Kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang pada indikator daya ledak otot tungkai dalam kategori “cukup”. 5) Kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang dalam kategori “kurang”.

Kata Kunci : Kondisi Fisik

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang”.

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. Kepada kedua orang tua saya, ayahanda Irawan dan ibunda Zuliati Borutambunan 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 Dra. Darni, 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 Dr. Arsil, M.Pd dan Bapak Atradinal, S.Pd, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi penulis.
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 sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.

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, Januari 2020

Aulia Rahman

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	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Hakikat Sepakbola	9
2. Kondisi Fisik	12
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kondisi Fisik.....	21
B. Kerangka Konseptual	22
C. Pertanyaan Penelitian	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Waktu dan Tempat Penelitian	27
C. Populasi dan Sampel	27
D. Jenis dan Sumber Data	28
E. Defenisi Operasional.....	29
F. Teknik Pengumpulan Data.....	30
G. Teknik Analisa Data.....	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	39
1. Daya Tahan	39
2. Kecepatan	40
3. Kelincahan	41
4. Daya Ledak Otot Tungkai	43
5. Kondisi Fisik	44
B. Pembahasan	45

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	54
B. Saran	54

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 1.	Populasi	28
Tabel 2.	Distribusi Frekuensi Daya Tahan Aerobik.....	38
Tabel 3.	Distribusi Frekuensi Kecepatan	48
Tabel 4.	Distribusi Frekuensi Kelincahan	41
Tabel 5.	Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai	42
Tabel 6.	Distribusi Frekuensi Kondisi Fisik.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual.....	26
Gambar 2. Lintasan <i>Yo-Yo Intermitten Recovery Test</i>	32
Gambar 3. Lintasan lari <i>sprint</i> 30 meter	33
Gambar 4. <i>Course of the Arrowhead Agility Test</i>	34
Gambar 5. Standing Broad <i>Jump</i>	35
Gambar 6. Histogram Daya Tahan	39
Gambar 7. Histogram Kecepatan.....	40
Gambar 8. Histogram Kelincahan	41
Gambar 9. Histogram Daya Ledak Otot Tungkai.....	42
Gambar 10. Histogram Kondisi Fisik.....	44
Gambar 11. Tes Daya Tahan (<i>Yo-Yo Intermitten Recovery Test</i>)	64
Gambar 12. Tes Kecepatan (Lari 30 Meter).....	65
Gambar 13. Tes Kelincahan (<i>Course of the Arrowhead Agility Test</i>).....	66
Gambar 14. Tes Daya Ledak Otot Tungkai (<i>Standing Broad Jump</i>)	67
Gambar 15. Alat Penelitian.....	67
Gambar 16. Foto Bersama	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. <i>Yo – Yo Test Recording Sheet</i>	58
Lampiran 2. <i>Yo-Yo Intermitten Recovery Test level 1</i>	59
Lampiran 3. Tabulasi Data Daya Tahan (<i>Yo-Yo Intermitten Recovery Test</i>).	60
Lampiran 4. Tabulasi Data Kecepatan (Lari 30 Meter)	61
Lampiran 5. Tabulasi Data Kelincahan (<i>Course of the Arrowhead Agility Test</i>)	62
Lampiran 6. Tabulasi Data Daya Ledak Otot Tungkai (<i>Standing Board Jump</i>)	63
Lampiran 7. Tabulasi Data Kondisi Fisik	64
Lampiran 8. Dokumentasi	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembinaan olahraga prestasi secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi tinggi, baik yang bersifat nasional dan daerah, serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan. Dalam UU. RI No. 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa:

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkan kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat Nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Sesuai dengan UU di atas dapat dipahami bahwa perkembangan dan pembangunan olahraga merupakan hal yang sangat penting serta bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani maupun prestasi. Salah satu olahraga yang populer pada saat sekarang ini adalah sepakbola. Hampir semua kalangan dari anak-anak sampai dewasa menyukai olahraga ini, baik yang terlibat langsung maupun yang tidak langsung.

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat populer di dunia. Beberapa tahun terakhir, Sekolah Sepak Bola (SSB) banyak berdiri di Indonesia. Mulai dari SSB yang profesional hingga SSB yang hanya untuk memberikan pelatihan kepada anak-anak sekolah dasar. Keberadaan SSB diharapkan mampu mencetak para atlet sepak bola yang berkualitas.

Dalam pengembangan prestasi yang optimal selain pembinaan atlet yang baik dan kontiniu, prestasi optimal seorang atlet juga dipengaruhi oleh kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Dari keempat faktor ini Ehlenz/ Grosser/ Zimmerman dalam Syafruddin (2012:54) menyebutkan bahwa:

”Sebagai unsur-unsur prestasi olahraga. prestasi yang ditampilkan atau yang diperagakan oleh atlet baik secara perorangan maupun tim dalam suatu pertandingan merupakan perpaduan dari kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental yang dimiliki atlet tersebut. Keempat unsur tersebut menyatu dalam satu bingkai yang dikenal dengan prestasi olahraga”.

Dari keempat faktor tersebut kondisi fisik merupakan faktor yang sangat mempengaruhi prestasi seseorang. Tanpa kondisi fisik yang baik teknik tidak dapat berjalan dengan sempurna. Dalam olahraga terdapat beberapa unsur kondisi fisik yang mendorong prestasi seorang atlet yaitu kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelenturan, keseimbangan, koordinasi dan kelincahan. Kemampuan kondisi fisik sangat menentukan seseorang mengoptimalkan teknik-teknik yang dipelajari. Kondisi fisik yang baik merupakan prasyarat utama untuk menguasai dan mengembangkan suatu keterampilan teknik.

Kondisi fisik merupakan persiapan yang paling dominan untuk dapat melakukan penampilan fisik secara maksimal. Menurut Bafirman dan Apri Agus (2008 : 5) mengemukakan :

“Komponen dasar kondisi fisik ditinjau dari konsep muscular meliputi daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), daya ledak (*explosive power*), kecepatan (*speed*), kelenturan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*) dan koordinasi (*coordination*). Sedangkan jika ditinjau dari konsep metabolik terdiri dari daya aerobik (*aerobic power*) dan daya anaerobik (*anaerobik power*)”.

Menurut pendapat penulis tentang pendapat diatas yaitu seseorang dikatakan dalam kondisi fisik yang baik apabila ia mempunyai kesanggupan untuk melakukan kegiatan fisik tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan. Bagi seorang atlet, status atau derajat kondisi fisik yang baik mutlak diperlukan, baik untuk mengikuti program latihan maupun menghadapi situasi dalam pertandingan. Tanpa memiliki kondisi fisik yang baik seorang atlet yang menekuni cabang olahraga tidak mungkin dapat mencapai prestasi yang baik pula.

Dalam konteks yang lebih spesifik lagi yaitu dalam olahraga sepakbola yang gerakannya mempengaruhi bahkan menentukan penampilannya, sehingga membutuhkan kondisi fisik yang baik. Pembinaan komponen-komponen fisik pemain sepakbola membutuhkan waktu yang lama, sehingga penerapannya harus tepat.

Disamping itu prestasi sepakbola juga ditentukan oleh bakat dan motivasi dari diri atlet itu sendiri, program dan metode latihan serta usaha pembinaan yang teratur dan kontiniu dalam pembinaan yang diarahkan kepada pencapaian keberhasilan bermain sepakbola dan peningkatan prestasi. Kondisi fisik yang terdiri dari daya tahan, kelincahan, kelentukan, daya ledak, kekuatan, kecepatan, merupakan kemampuan dasar yg sangat dominan menentukan keberhasilan pemain sepakbola meskipun ikut dipengaruhi oleh faktor kesehatan, gizi, pelatih dan pengurus.

Menyadari akan keperluan itu, berbagai usaha dilakukan untuk mencapai prestasi yang diinginkan diantaranya adalah membuat atau menumbuhkan

klub-klub persepakbolaan pada usia dini, atau sekolah sepakbola yang sekarang dikenal dengan sekolah sepakbola (SSB). Pembinaan olahraga sepakbola tersebut juga terdapat di Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang. Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang merupakan sekolah sepakbola yang sudah berdiri sejak 10 September 2004, pemain SSB ini memiliki prestasi yang cukup membanggakan dan banyak pemain-pemain yang memiliki potensi sehingga dapat melahirkan bibit-bibit pemain, terbukti pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang mendominasi pemain terbaik di LPI tingkat SMP dan SMA di Kota Padang pada tahun 2010. Pada tahun 2013 dan 2014 SSB ini juga sering menjuarai turnamen-turnamen yang diadakan kota Padang. Namun sekarang prestasi SSB Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang lima tahun terakhir mengalami penurunan, hal itu terlihat dari belum adanya capaian prestasi yang didapatkan pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang seperti prestasi pemain di tahun-tahun sebelumnya.

Seseorang untuk meningkatkan prestasi bermain sepakbola, diperlukan kemampuan kondisi fisik, ketrampilan teknik dasar, taktik serta mental yang baik, dukungan serta motivasi dari keluarga dan motivasi dari seorang pelatih. Berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan di lapangan pada saat mengikuti latihan, uji coba dan pertandingan di kejuaraan SSB, sebagian masalah terlihat adalah, pada babak pertama para pemain dapat menguasai jalannya pertandingan dengan baik dan dapat bekerja sama dengan bagus, serta bisa mengatur tempo permainan sehingga melahirkan peluang untuk menciptakan gol. Namun pada

babak kedua, para pemain mulai melakukan kesalahan-kesalahan, seperti *passing kontrol* yang kurang baik, menggiring bola yang tidak terkuasai, *passing* dan *long passing* yang kurang akurat, serta sundulan yang dilakukan tidak tepat sasaran/tujuan, stamina yang terlihat menurun dan kehilangan konsentrasi didalam bermain, sehingga tidak terlihat lagi kerjasama satu tim yang baik, serta lemah dalam mengantisipasi serangan lawan yang mengakibatkan gol untuk tim lawan.

Berdasarkan kenyataan yang penulis temukan dilapangan, maka penulis menduga bahwa masih rendahnya kemampuan kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang. Rendahnya kemampuan kondisi fisik pemain sepakbola tersebut mungkin disebabkan oleh beberapa komponen dasar kondisi fisik meliputi, daya tahan, kelincahan, kelentukan, daya ledak, kekuatan dan kecepatan.

Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis berkeinginan untuk melakukan suatu penelitian guna untuk mengungkapkan fakta yang sebenarnya, sehingga hal ini dapat dijadikan sebagai salah satu solusi dalam menyelesaikan permasalahan yang ada. Dengan demikian judul penelitian ini adalah “Tinjauan kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, permasalahan yang dialami Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang di atas, jika ditelusuri lebih jauh lagi akan terdapat sejumlah faktor-faktor yang mempengaruhinya, yaitu :

1. Daya tahan

2. Kelincahan
3. Kecepatan
4. Kekuatan
5. Kelentukan
6. Daya ledak
7. Keseimbangan
8. Koordinasi

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan kondisi fisik pemain SSB Putra Wijaya FC Kota Padang mengingat luasnya permasalahan dan berbagai keterbatasan yang ada maka penulis membatasi masalah sesuai dengan jangka waktu, serta tercapainya sasaran yang diinginkan. Untuk itu penelitian ini dibatasi pada masalah yang berhubungan pada tingkat kemampuan kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang, yang terdiri dari komponen fisik SBB :

1. Daya tahan aerobik
2. Kecepatan
3. Kelincahan
4. Daya ledak otot tungkai

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka perumusan masalah adalah

1. Bagaimana kondisi fisik daya tahan aerobik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang ?
2. Bagaimana kondisi fisik kecepatan pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang ?
3. Bagaimana kondisi fisik kelincahan pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang ?
4. Bagaimana kondisi fisik daya ledak otot tungkai pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang ?
5. Bagaimana kemampuan kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan pertanyaan penelitian yang diajukan, maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui keadaan kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang dilihat sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui daya tahan aerobik yang dimiliki pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.
2. Untuk mengetahui kecepatan yang dimiliki pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.
3. Untuk mengetahui kelincahan yang dimiliki pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.
4. Untuk mengetahui daya ledak otot tungkai yang dimiliki pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.

5. Untuk mengetahui kemampuan kondisi fisik dimiliki pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan yang telah dikemukakan terdahulu dan memperhatikan masalah-masalah penelitian maka diharapkan hasilnya bermanfaat sebagai berikut

1. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk menyelesaikan program strata satu (S.1) pada jurusan kesehatan dan rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Sebagai bahan kepustakaan bagi mahasiswa FIK UNP Padang.
3. Untuk pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.
4. Untuk pelatih Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.
5. Untuk pengurus Sekolah Sepakbola (SSB) Putra Wijaya FC Kota Padang.