

**ANALISIS KONDISI FISIK PEMAIN SCUDETTO FC AIR BANGIS  
KECAMATAN SUNGAI BEREMAS KABUPATEN  
PASAMAN BARAT**

**SKRIPSI**

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



Oleh  
**ANDRA HARDIAN**  
NIM 14086252

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**



**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**Judul : Analisis Kondisi Fisik Pemain Scudetto FC Air Bangis  
Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat**

**Nama : Andra Hardian**

**NIM : 14086252**

**Prodi : Pendidikan Jasmani,Kesehatan Dan Rekreasi**

**Jurusan : Pendidikan Olahraga**

**Fakultas : Ilmu Keolahragaan**

**Padang, Januari 2018**

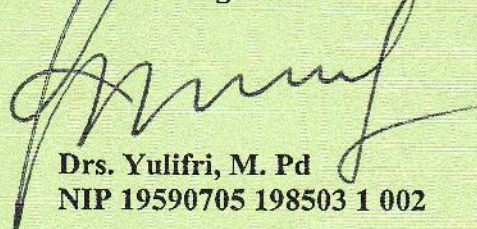
**Disetujui Oleh:**

**Pembimbing I**



**Drs. Zarwan, M. Kes  
NIP 19611230 198803 1 003**

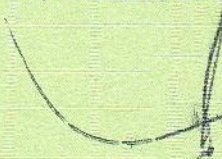
**Pembimbing II**



**Drs. Yulifri, M. Pd  
NIP 19590705 198503 1 002**

**Mengetahui:**

**Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**



**Drs.Zarwan,M.Kes  
NIP 19611230 198803 1 003**



**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

**Nama :Andra Hardian**

**NIM :14086252/2014**

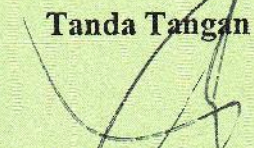
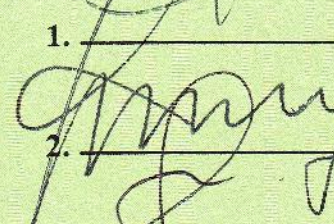



**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang**

**Dengan Judul**

**ANALISIS KONDISI FISIK PEMAIN SCUDETTO FC AIR BANGIS  
KECAMATAN SUNGAI BEREMAS KABUPATEN  
PASAMAN BARAT**

**Padang, Januari 2018**

**Tim Penguji**

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Ketua	: Drs. Zarwan, M.Kes	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Yulifri, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Atradinal, S.Pd, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Sefri Hardiansyah, S.Pd, M.Pd	4. 
5. Anggota	:Drs. Kibadra, M.Pd	5. 



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Sesungguhnya Allah telah menurunkan kitab kepada kamu telah selesai dari Allah, dan sesungguhnya Allah Maha Mengetahui dan Maha Melihat hamba-hambanya yang beribadat  
(QS 94: 6-8)

Ya Allah ya Rabbi...

Terima kasih atas rahmat-Mu sehingga hamba dapat merasakan kebahagiaan dengan sepercik keberhasilan yang Engkau hamparkan kepada hamba dan tak henti-hentinya hamba mengucapkan rasa syukur terhadap-Mu ya Rabbi...

Hamba meneruskan perjalanan bukan sampai disini saja, melangkah ke masih panjang jalan yang akan hamba lalui.

Untuk itu, semoga Rahmat-Mu ini menjadi awal kebahagiaan hamba dewasa yang akan datang

Amin ya Rabbi aamin.

Berdasar tempo ini karya ini saya dedikasikan kepada yang terkasanya ayahanda tersayang dan ibunda tercinta Sri Hemi, Endang dan dan kawan-kawannya yang selalu mengingati langkahku yang selalu menyalakan semangatku untuk nakalku, jangan mengantarkan langkahku ke jalan yang salah dan jangan lupa terima kasih yang dapat aku sampaikan terhadap orang tua ibunda tercinta Allah SWT selalu memberikan rahmat dan karun kepada orang-orang yang beriman.

Amin ya Rabbi aamin. Love you Ayah... Umak

Saya kembalikan kepada Nanda Herfandi, Hari Herfandi dan juga cinta Muti Rahmawati yang telah memberikan semangat dan tenaga dengan karya ini dalam bentuk report pada waktunya. Setemanya kepada teman-teman seperjuangannya PO 003, terima kasih atas hari-hari yang indah serta perjuangan yang telah kita lalui bersama.



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Analisis Kondisi Fisik Pemain Scudetto FC Air Bangis Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan orang lain, kecuali secara tulisan dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada perpustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya 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 2018  
Yang membuat pernyataan



Andra Hardian  
NIM. 14086252

## ABSTRAK

**Andra Hardian, 2018:** Analisis Kondisi Fisik Pemain Scudetto Fc Air Bangis Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat

Permasalahan dalam penelitian ini adalah menurunnya prestasi sepakbola Scudetto Fc Air Bangis Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik pemain sepakbola Air Bangis. Variabel yang menjadi penelitian ini adalah kemampuan kondisi fisik yang meliputi kecepatan, kelincahan dan daya ledak otot tungkai.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan populasi dalam penelitian ini seluruh pemain sepakbola Scudetto Fc sebanyak 20 orang. Seluruh populasi dalam penelitian ini dijadikan sebagai sampel. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur kemampuan kondisi fisik yang terdiri dari tes lari 40 meter untuk mengukur kecepatan, *zig-zag run test* untuk mengukur kelincahan dan tes *standing broad jump* untuk mengukur daya ledak otot tungkai. Sesuai dengan jenis penelitian, data yang diperoleh dianalisis dengan rumus persentase.

Hasil penelitian menunjukkan: 1) Sebagian besar kecepatan pemain Scudetto Fc berada pada klasifikasi cukup. 2) Sebagian besar kelincahan pemain Scudetto Fc berada pada klasifikasi berada pada klasifikasi cukup. 3) Sebagian besar daya ledak otot tungkai pemain Scudetto Fc berada pada klasifikasi baik sekali. 4) Sebagian besar kemampuan kondisi fisik pemain Scudetto Fc berada pada klasifikasi cukup.

**Kata kunci:** Kondisi fisik, kecepatan, kelincahan, daya ledak otot tungkai, sepakbola

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahiwabarakatuh

Syukur *Alhamdulillah* penulis ucapkan kehadiran Allah *Subhana Wata'ala* yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Analisis Kemampuan Kondisi Fisik Pemain Scudetto FC Air Bangis Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat”**, sesuai dengan rencana. Shalawat beriring salam disampaikan kepada nabi besar Muhammad *Sholallahu Alaihi Wassalam* yang telah membimbing umat manusia di dunia ini dengan teknologi dan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Tujuan penelitian skripsi ini adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan, Olahraga dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih pada pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini:

1. Kedua orang tua dan seluruh keluarga yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan moril, materil serta kasih sayang yang tak ternilai harganya.

2. Bapak Prof. H. Genefri, M.T., Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Syafrizar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Drs. Zarwan, M. Kes selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang
5. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku Penasehat Akademik (PA) dan Dosen Pembimbing I, yang telah mengarahkan dan membimbing penulis dalam menyelesaikan perkuliahan dan yang telah memberikan masukan, arahan dan motivasi pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd selaku pembimbing II, yang telah memberikan masukan, arahan dan motivasi pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Drs. Kibadra, M.Pd selaku dosen penyuji, yang telah memberikan kritikan dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Bapak Atradinal, S.Pd, M.Pd selaku dosen penyuji, yang telah memberikan kritikan dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Bapak Sefri Hardiansyah, S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji, yang telah memberikan kritik dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Bapak/ibu staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
11. Untuk abang dan adik ku yang selalu memberi dukungan moril dan materil kepada penulis.



12. Rekan-rekan mahasiswa prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FIK UNP yang tidak dapat disebutkan satu persatu namanya oleh penulis.

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 2018

Penulis



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	8
1. Sepakbola .....	8
2. Kondisi fisik.....	10
B. Kerangka Konseptual .....	16
C. Pertanyaan Penelitian .....	18
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	19
C. Populasi dan Sampel .....	19
D. Definisi operasional.....	20



E. Jenis dan sumber data .....	21
F. Instrumen Penelitian .....	21
G. Teknik Pengumpulan Data .....	21
H. Teknik Analisis Data .....	25
<b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Verifikasi Data .....	27
B. Deskripsi Data .....	27
C. Pembahasan .....	32
<b>BAB V. SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan.....	37
B. Saran.....	37
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	39
<b>LAMPIRAN</b> .....	40



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Populasi Penelitian.....	20
Tabel 2. Norma Tes Lari 40 Meter.....	23
Tabel 3. Norma Standarisasi Untuk Tes <i>zig zag run</i> .....	24
Tabel 4. Norma Standarisasi Untuk Tes <i>Standing Broad Jump</i> .....	25
Tabel 5. Deskripsi Data Kecepatan.....	27
Tabel 6. Kelincahan. ....	29
Tabel 7. Daya Ledak Otot Tungkai.....	30
Tabel 8. Kemampuan Kondisi Fisik. ....	31

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Kerangka Konseptuan. ....	17
Gambar 2. Lintasan Lari <i>Sprint</i> 40 Meter. ....	22
Gambar 3. <i>Zig zag Run Test</i> . ....	24
Gambar 4. <i>Standing Broad Jump</i> . ....	25
Gambar 5. Diagram Histogram Kecepatan Lari <i>Sprint</i> 40 Meter. ....	28
Gambar 6. Diagram Histogram Kelincahan. ....	29
Gambar 7. Diagram Histogram Daya Ledak Otot Tungkai. ....	31
Gambar 8. Diagram Histogram Kondisi Fisik. ....	32



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Data Mentah Penelitian. ....	40
Lampiran 2. Data Hasil Tes Kecapatan.....	41
Lampiran 3. Data Hasil Tes Kelincahan. ....	42
Lampiran 4. Data Hasil Tes Daya Ledak Otot Tungkai.....	43
Lampiran 5. Data Kemampuan Kondisi Fisik.....	44
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	45
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian Dari Kampus .....	52
Lampiran 8. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Di Team Sepak Bola Scudetto FC Air Bangis Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat.....	53

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat populer di seluruh dunia, mulai dari orang dewasa sampai anak-anak, baik pria maupun wanita juga menyukai olahraga sepakbola, dan ini juga terjadi di Indonesia. Karena banyaknya penggemar sepakbola di Indonesia, maka banyak pula klub-klub sepakbola berkembang seperti sekolah sepakbola, pusdiklat dan pelatihan sepakbola lainnya.

Dalam hal ini pemerintah memberikan perhatian yang positif terhadap cabang olahraga khususnya sepakbola yaitu dengan cara melakukan pembinaan dari pusat sampai ke daerah untuk menghasilkan pesepakbola yang bisa membela negara di persepakbolaan dunia, hal itu juga dijelaskan di dalam UUD RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional BAB VII Pasal 21 ayat I yang berbunyi “Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah wajib melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawabnya”. Jadi pemerintah pusat dan pemerintah daerah wajib melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga khususnya sepakbola, agar dapat menghasilkan pesepakbola yang bisa membela negara Indonesia di persepakbolaan dunia. Dan untuk mencapai prestasi tersebut tidaklah mudah, hal itu tidak dapat diraih begitu saja tanpa adanya proses, dan pembinaan prestasi atlet-atlet sepakbola Indonesia. Menurut Syafruddin (1999:22) bahwa:



Pencapaian prestasi atlet ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari potensi yang ada pada diri atlet atau orang yang berlatih seperti kemampuan kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Sementara faktor eksternal adalah pengaruh yang timbul dari luar diri atlet itu sendiri seperti sarana dan prasarana, pelatih, guru olahraga, dana, organisasi, iklim, cuaca, keluarga, makanan bergizi dan sebagainya.

Di samping faktor-faktor di atas, prestasi juga ditentukan oleh bakat dan motivasi dari atlet itu sendiri, program dan metode latihan yang diterapkan oleh pelatih juga dapat mengembangkan kemampuan teknik atlet sehingga atlet dapat mencapai prestasi yang diinginkannya. Usaha pembinaan yang teratur dan kontiniu serta asupan gizi yang diterima oleh atlet juga menjadi peranan penting dalam pencapaian prestasi atlet. Dan kondisi fisik juga merupakan salah satu bagian terpenting dalam pencapaian suatu prestasi.

Menurut Darwis dkk (1985:5) "unsur kondisi fisik yang penting dalam sepakbola antara lain kelincahan, kelentukan, kecepatan, kekuatan, dan keseimbangan". Sedangkan menurut Lutan (1991:234) "kemampuan komponen dasar dalam sepakbola adalah, kekuatan, kecepatan, dan kelentukan". Dalam semua unsur yang terpenting dalam sepakbola, yang merupakan unsur yang paling dominan dalam permainan sepakbola adalah, kecepatan, kekuatan, dan kelincahan dan kelentukan.

Kondisi fisik yang baik sangat berhubungan erat dalam penerapan teknik-teknik dalam bermain sepakbola, karena kondisi fisik merupakan suatu basis di dalam peningkatan kemampuan teknik dan mental. Syafruddin (1999:13) "kemampuan kondisi fisik sangat menentukan bagi seseorang untuk mengoptimalkan teknik-teknik yang dimiliki".

Dari beberapa penjelasan diatas, jelaslah bahwa kondisi fisik adalah syarat penting dalam pencapaian suatu prestasi bagi seorang atlet, karena pemain dituntut untuk bisa bermain selama 90 menit. Bagaimanapun baiknya teknik yang dimiliki oleh seorang atlet tanpa diimbangi dengan kondisi fisik yang baik, maka jelaslah prestasi yang diharapkan tidak akan pernah terwujud. Untuk mengetahui kemajuan suatu latihan fisik, Jhonson dan Nelson dalam Arsil (1999:5) mengemukakan “perlunya dilakukan tes dan pengukuran sebagai parameter suatu kemampuan fisik”.

Perkembangan sepakbola di Sumatra Barat pada saat sekarang sangat maju dan pesat, begitupun di Air Bangis Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat. Hal itu terbukti dengan banyaknya bermunculan klub-klub yang melakukan pembinaan secara teratur, terarah dan kontiniu di Kabupaten Pasaman Barat.

Diantara Team sepakbola yang ada di Air Bangis adalah Team sepak bola Scudetto FC. merupakan salah satu klub sepak bola yang sudah lama berdiri di Air Bangis Team sepak bola Scudetto FC berdiri pada tahun 2001, dan diharapkan dapat melahirkan pesepakbola kebanggaan masyarakat Indonesia umumnya, dan khususnya Sumatera Barat. Jumlah pemain yang terdaftar di klub Scudetto FC sebanyak 20 orang. Pemain berlatih sebanyak 3x seminggu dan berlatih di lapangan hijau Air Bangis. Sejak berdirinya klub Scudetto FC telah berhasil memperoleh beberapa diantaranya pada tahun 2009 menjadi juara 1 di turnamen tingkat Kecamatan Sungai Beremas, dan pada tahun yang sama Team sepak bola Scudetto FC juga pernah meraih juara 2



kompetisi di tingkat Kabupaten Pasaman Barat dan Pada tahun 2011 Team Scudetto Fc Meraih Juara 1 di turnamen Extrime Cup yang diadakan di Air Bangis Kecamatan Sungai Beremas Kabupaten Pasaman Barat, akan tetapi prestasi yang telah sempat diraih tersebut mengalami penurunan secara signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Pada kompetisi tingkat kabupaten Pasaman Barat tahun 2013 yang diikuti oleh klub Scudetto FC, klub ini tidak berhasil menembus babak 16 besar.

Penurunan prestasi yang dialami oleh klub Scudetto FC kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah kondisi fisik, mental, motivasi, teknik yang dimiliki oleh pemain, faktor pelatih serta faktor sarana dan prasarana. Dilihat dari segi permainan Team Scudetto FC yang penulis amati, masih jauh dari harapan. Dimana pemain Scudetto FC sering mengalami kelelahan dalam bertanding terutama pada 45 menit babak kedua, kalah dalam duel baik *sprint* maupun *body charge*, dan selalu tidak siap untuk melakukan serangan balik maupun diserang. Ini kemungkinan besar menyebabkan menurunnya prestasi pemain Scudetto FC.

Selanjutnya faktor yang menyebabkan menurunnya prestasi Scudetto FC adalah faktor mental yang dimiliki oleh pemain, pemain yang memiliki mental yang baik maka tidak akan merasa tertekan ketika bertanding dibawah tekanan supporter lawan. Selain itu faktor teknik yang dimiliki oleh pemain juga sangat mempengaruhi prestasi tim, dengan teknik yang baik pemain akan mampu menguasai pertandingan dan selalu siap ketika menyerang dan diserang.

Selanjutnya faktor pelatih dan motivasi juga dapat mempengaruhi prestasi yang dimiliki oleh Scudetto FC, pelatih yang mampu menyusun program latihan dengan baik maka akan menumbuhkan motivasi yang tinggi bagi pemain maka pemain akan lebih tertarik untuk berlatih serta lebih bersungguh-sungguh dalam bertanding.

Dari uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berkaitan dengan masalah tersebut di atas. Dari penelitian ini diharapkan bisa melahirkan suatu langkah antisipatif terhadap masalah yang terjadi pada tim sepakbola Scudetto FC Air Bangis kedepannya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka terdapat identifikasi faktor-faktor yang dapat menyebabkan menurunnya prestasi klub Scudetto FC sebagai berikut:

1. Kondisi fisik
2. Motivasi
3. Mental
4. Teknik (keterampilan)
5. Pelatih
6. Sarana dan prasarana

## **C. Pembatasan Masalah**

Oleh karena banyaknya permasalahan yang mempengaruhi prestasi klub Scudetto FC, maka perlu dilakukan pembatasan masalah agar penelitian ini lebih terfokus pada pencapaian tujuan penelitian. Maka adapun faktor yang



menjadi fokus penelitian adalah faktor kondisi fisik yang meliputi, kecepatan, kelincahan, dan daya ledak otot tungkai.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dirumuskan masalah penelitian yaitu bagaimanakah tingkat kondisi fisik team sepak bola Scudetto FC yang terdiri dari :

1. Bagaimana kemampuan kecepatan pemain Scudetto FC?
2. Bagaimana kemampuan kelincahan pemain Scudetto FC?
3. Bagaimana kemampuan daya ledak otot tungkai pemain Scudetto FC?
4. Bagaimana kemampuan kondisi fisik pemain Scudetto FC?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan latar belakang masalah dan perumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui kecepatan pemain Scudetto FC
2. Untuk mengetahui kelincahan pemain Scudetto FC
3. Untuk mengetahui daya ledak otot tungkai pemain Scudetto FC
4. Bagaimana kemampuan kondisi fisik pemain Scudetto FC?

#### **F. Manfaat Penelitian**

1. Bagi penulis sendiri, sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan.
2. Bagi pelatih dan pengurus team sepak bola Scudetto FC agar mengetahui sejauh mana tingkat kondisi fisik para pemain sebagai perbandingan untuk pencapaian prestasi ke depannya.

3. Sebagai motivasi atlet untuk berprestasi lebih tinggi.
4. Sebagai bahan kepustakaan dalam penulisan karya ilmiah.