

KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN *LONG PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK) NEGERI 1 PARIAMAN

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Sebagai
Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Sains (S.Si)*



Oleh

**ADE ROMANEGA
NIM. 89705/2007**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

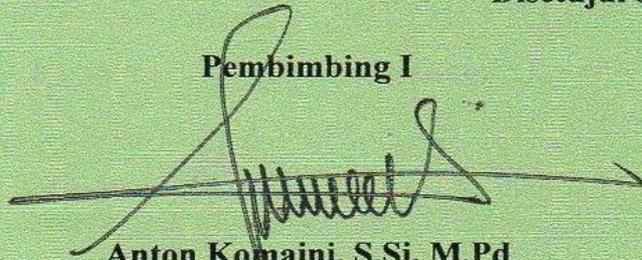
KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN *LONG PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK) NEGERI 1 PARIAMAN

Nama : Ade Romanega
NIM/BP : 89705/2007
Program studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2016

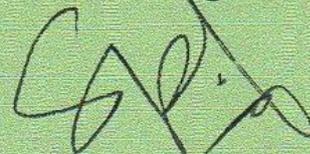
Disetujui oleh :

Pembimbing I



Anton Komaini, S.Si, M.Pd
NIP. 19860712 2010121008

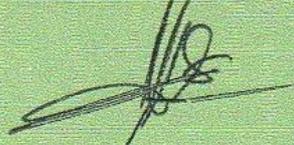
Pembimbing II



M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd
NIP. 197907042009121004

Mengetahui:

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes
NIP. 19700512199032001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

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

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA-
KAKI TERHADAP KEMAMPUAN *LONG PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK)
NEGERI 1 PARIAMAN**

Nama : Ade Romanega
BP / NIM : 2007 / 89705
Jurusan : Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2016

Tim Penguji:

Ketua : Anton Komaini, S.Si, M.Pd

Sekretaris : M.Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd

Anggota : Drs. Apri Agus, M.Pd

Anggota : Drs. Rasyidin Kam

Anggota : Hastria Effendi, M.Farm.APT

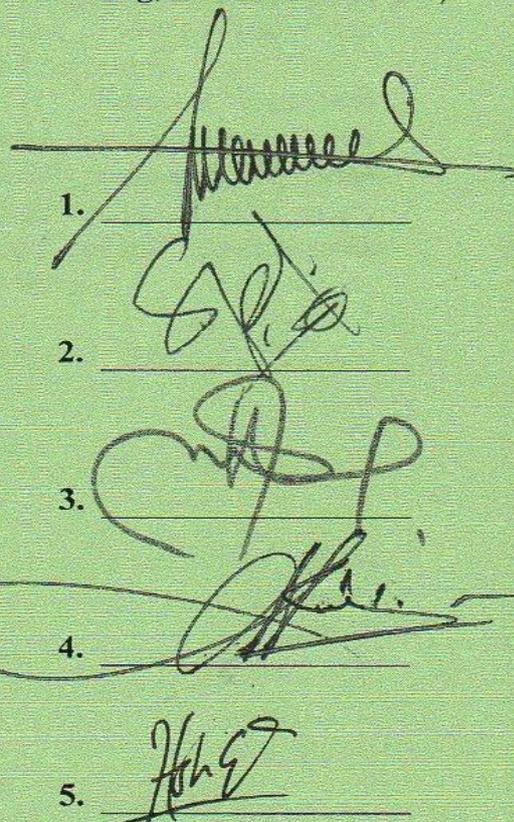
1.

2.

3.

4.

5.



ABSTRAK

ADE ROMANEGA. 2016. Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Pariaman

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan, masih rendahnya prestasi cabang sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman, dinataranya adalah masih kurangnya kemampuan *long passing* pemain. Hal ini dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Pariaman.

Metode penelitian ini adalah metode korelasional. Populasi penelitian ini seluruh Pemain Sepakbola Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Pariaman yang berjumlah 20 orang, sedangkan sampel diambil secara *total sampling* sehingga semuanya menjadi sampel penelitian. Tempat pelaksanaan penelitian adalah di lapangan sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman dan dilaksanakan pada bulan Februari 2015. Data daya ledak otot tungkai diambil dengan *vertical jump*, koordinasi mata-kaki dengan tes koordinasi mata-kaki, dan kemampuan *long passing* dengan tes kemampuan *long passing*. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan teknik uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas dan dilanjutkan dengan analisis korelasi *product moment* dan korelasi ganda lalu dilanjutkan dengan uji koefisien determinasi.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1). Terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *long passing* sebesar 37.38%; (2) terdapat kontribusi antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *long passing* yaitu sebesar 27.44%; (3) terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan *long passing*, yaitu sebesar 47.00%.

Kata Kunci: Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki, dan Kemampuan Long Passing

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Pariaman”** dengan baik. Tujuan penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu persyaratan bagi penulis dalam memperoleh gelar Sarjana Sains (S.Si) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Keberhasilan penyusunan skripsi ini juga melibatkan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu bagi penulis. Oleh karenanya, pada lembaran ini penulis mengucapkan terimakasih yang tiada terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Ganefri ,Ph.D selaku Rektor yang telah mengizinkan penulis kuliah di Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan yang telah mengizinkan penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Ibuk Dr.Wilda Wellis, SP,M.Kes selaku Ketua Jurusan yang telah mengizinkan penulis kuliah di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Anton Komaini, S.Si, M.Pd selaku Pembimbing I, dan Bapak M.Sazeli Rufki, S.Si, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Apri Agus, M.Pd, Bapak Drs. Rasyidin Kam, dan Ibu Hastria Effendi, M.Farm selaku penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan skripsi ini

6. Seluruh staf pengajar dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan selama penulis mengikuti perkuliahan.
7. Kepala Sekolah, Guru, dan Pelatih Sepak bola SMK Negeri 1 Pariaman khususnya yang telah memberikan fasilitas dan kemudahan bagi penulis dalam kegiatan penelitian.
8. Kepada kedua orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan dorongan, semangat dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
10. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi, dan waktu yang telah Bapak/Ibu/Sdr/i semuanya dengan limpahan pahala yang berlipat ganda. Semoga juga pengetahuan yang telah Bapak/Ibu berikan dalam proses perkuliahan dijadikan Allah SWT sebagai ilmu yang bermanfaat.

Padang, Februari 2016

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. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Pengertian Permainan Sepakbola	9
2. Daya Ledak.....	11
3. Daya Ledak Otot Tungkai	15
4. Koordinasi Mata-Kaki.....	18
5. Kemampuan <i>Long Passing</i>	21
B. Kerangka Konseptual	24
C. Hipotesis.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26
C. Subjek Penelitian.....	26

D. Definisi Operasional.....	27
E. Jenis Data dan Sumber Data	28
F. Prosedur Penelitian	28
G. Teknik Pengumpulan Data	29
H. Instrument Penelitian	29
I. Teknik Analisis Data.....	34
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	36
B. Pengujian Persyaratan Analisis	40
1. Uji Normalitas	40
2. Pengujian Hipotesis.....	41
C. Pembahasan.....	45
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	55
 DAFTAR PUSTAKA	 57
DAFTAR LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	27
2. Distribusi Ferkuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	36
3. Distribusi Ferkuensi Data Koordinasi Mata-Kaki.....	38
4. Distribusi Ferkuensi Data Kemampuan <i>Long Passing</i>	39
5. Uji Normalitas	41
6. Hasil Analisis Korelasi antara Daya Ledak Otot Tungkai (X_1) dengan Kemampuan <i>Long Passing</i> (Y)	42
7. Hasil Analisis Korelasi antara Koordinasi Mata-Kaki (X_2) dengan Kemampuan <i>Long Passing</i> (Y).....	43
8. Hasil Analisis Korelasi Ganda antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki secara bersama-sama terhadap Kemampuan <i>Long Passing</i>	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Otot Tungkai Bagian Atas.....	16
2. Otot Tungkai Bagian Bawah.....	17
3. Kerangka Konseptual.....	25
4. Tes <i>Vertical Jump</i>	31
5. Tes Koordinasi Mata-Kaki.....	33
6. Tes <i>Long Passing</i>	34
7. Histogram Frekuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	37
8. Histogram Frekuensi Koordinasi Mata-Kaki	38
9. Histogram Frekuensi Kemampuan Tendangan <i>Long Passing</i>	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Hasil Pengukuran tes Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Kemampuan Tendangan <i>Long Passing</i> Pemain Sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman.....	59
2. Uji Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai	60
3. Uji Normalitas Koordinasi Mata-Kaki.....	61
4. Uji Normalitas Kemampuan Tendangan <i>Long Passing</i>	62
5. Uji Hipotesis	63
6. Dokumentasi Penelitian	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sebagian besar masyarakat Indonesia sudah menyadari bahwa pemeliharaan kesehatan sangat mutlak diperlukan selama manusia masih menghendaki hidup sehat jasmani dan rohani. Hal ini terbukti dengan berlomba-lombanya masyarakat Indonesia melakukan kegiatan-kegiatan olahraga, bahkan telah sering menyelenggarakan kompetisi-kompetisi yang bersifat daerah, nasional maupun internasional.

Bangsa Indonesia sebagai negara yang sedang berkembang, dewasa ini berusaha mengadakan pembinaan dan peningkatan prestasi di segala bidang untuk kemajuan dan kesejahteraan bangsa, salah satunya adalah melalui olahraga, karena olahraga merupakan hakekat dari pembangunan. Melalui olahraga juga dapat dijadikan sarana untuk memperkokoh persatuan dan kesatuan Bangsa, dan juga dapat menjadi suatu kebanggaan apabila prestasi di bidang olahraga dapat menjunjung tinggi nama baik, harkat dan martabat bangsa.

Olahraga merupakan bagian dari warisan budaya manusia, olahraga sangat digemari oleh banyak orang baik sebagai pelaku maupun sebagai penggemar saja. Dengan berolahraga dapat membantu pertumbuhan, perkembangan pembawaan pribadi, untuk mengatasi ketegangan yang dialami serta dapat memberikan nilai-nilai manusia yang sangat berharga untuk sesamanya.

Pembangunan dalam bidang olahraga tidak hanya dalam upaya peningkatan kesegaran jasmani saja. Tetapi lebih dari itu mempunyai misi untuk meningkatkan prestasi olahraga itu sendiri, sebagaimana dijelaskan dalam undang-undang Republik Indonesia No.3 tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 yang menyatakan bahwa:

“1). Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional, dan internasional. 2).pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh induk organisasi cabang olahraga baik tingkat pusat maupun tingkat daerah. 2) pembinaan dan pengembangan prestasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1)dan (2) dilakukan oleh pelatih yang dimiliki kualifikasi dan sertifikasi kompetensi yang dibantu oleh tenaga keolahragaan dengan pendekatan ilmu pengetahuan dan teknologi, 4) pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan penyelenggara kompetensisecara berjenjang dan berkelanjutan. 5). Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi sebagaimana dimaksud pada ayat (4) melibatkan olahraga muda potensial dari hasil pemantauan, pemanduan, dan pengembangan bakat sebagai proses pengembangan regenerasi”

Sesuai dengan kutipan di atas dapat dipahami pembangunan olahraga sangat penting, perlu di tumbuh-kembangkan, baik olahraga kebugaran maupun prestasi. Untuk mendapatkan kualitas hidup yang baik serta untuk meningkatkan persatuan dan kesatuan bangsa, dengan olahraga sepakbola salah satunya.

Olahraga sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia. Sepakbola telah mengalami banyak perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi sepakbola modern yang sangat digemari dan disenangi banyak orang baik anak-anak,

dewasa, tua, bahkan wanita. Tujuan mereka bermain bola beragam ada yang sekedar mengisi waktu luang, sekedar berolahraga, sampai yang ingin mencapai prestasi tinggi. Dalam usaha mencapai prestasi yang maksimal dalam sepakbola, atlet tidak hanya ditekankan pada kondisi fisik tetapi juga dituntut penguasaan teknik dan taktik yang baik karena merupakan syarat penting dalam meningkatkan penguasaan keterampilan sepakbola. Syafruddin (1999: 22-23) mengemukakan bahwa:

”Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi olahraga bisa datang dari dalam (internal) dan bisa datang dari luar (eksternal). Faktor internal adalah faktor yang berasal dari potensi yang ada pada atlet atau dari orang yang berlatih. Artinya, prestasi olahraga dipengaruhi dan ditentukan oleh kemampuan atlet itu sendiri secara menyeluruh baik menyangkut kemampuan fisiknya, teknik, taktik maupun oleh kemampuan mental (psikis) nya. Sedangkan faktor eksternal adalah yang berasal dari luar diri atlet seperti sarana dan prasarana, pelatih, pembina olahraga, keluarga, dana, organisasi, iklim, cuaca, makanan yang bergizi dan sebagainya”.

Bila dilihat dari penjelasan di atas, maka terlihat bahwa ke empat unsur prestasi tersebut saling mengkait dan merupakan satu kesatuan yang utuh. Bila salah satu unsur belum dimiliki atau dikuasai, maka betapapun baiknya ketiga unsur yang lain, prestasi terbaik yang diinginkan tidak akan tercapai. 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”.

Dari beberapa macam teknik dasar dalam permainan sepakbola, tendangan *long passing* merupakan teknik yang sangat penting pada saat melakukan pertandingan. Karena dengan *long passing* yang baik dan terarah

akan sangat membantu dalam melakukan suatu serangan terhadap lawan untuk mempermudah masuknya bola ke dalam gawang lawan.

Darwis (1999:9) mengemukakan bahwa teknik dasar dalam permainan sepakbola dikelompokkan pada dua teknik, yaitu teknik dengan bola dan teknik tanpa bola. Teknik dengan bola terdiri dari menendang, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola dan teknik penjaga gawang. Sedangkan teknik tanpa bola terdiri dari lari, lompat, tackling dan teknik penjaga gawang. Teknik tersebut perlu dikuasai dengan baik, yang akan sangat berperan penting dalam permainan sepakbola yang dituntut penguasaannya untuk mencapai prestasi yang diinginkan.

Berdasarkan penjelasan di atas jelaslah teknik sangat dibutuhkan dalam suatu permainan, dengan kata lain teknik harus dilatih agar dapat mencapai prestasi tinggi. Salah satu teknik yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola adalah teknik *long passing*, karena *long passing* sangat diperlukan dalam permainan sepakbola, untuk lebih memudahkan ini seorang pemain sepakbola dituntut untuk memiliki teknik yang kompleks untuk prestasi yang maksimal.

Selain dari teknik *long passing* daya ledak otot tungkai dan kordinasi mata-kaki merupakan salah satu aspek yang penting dalam cabang olahraga sepakbola. Kondisi ini merupakan aspek yang sering dilakukan dalam proses permainan, percepatan gerakan tubuh dan kelincahan dalam menghantarkan permainan sangat tergantung dari kontraksi otot dan kemampuan yang dimiliki oleh atlet.

Kondisi fisik merupakan persiapan dasar yang paling dominan untuk dapat melakukan penampilan fisik yang prima. Beberapa kemampuan fisik, seperti daya ledak, kekuatan, koordinasi kelincahan, kelentukan tubuh dan unsur lainnya dapat ditingkatkan., oleh sebab itu pelatih harus bisa memahami tentang aspek-aspek kondisi tersebut.

Berpedoman pada pernyataan di atas, bahwa kondisi fisik diantaranya dayatahan, kecepatan, dan kondisi fisik lainnya sangat berpengaruh sekali dalam pencapaian prestasi dari seorang atlet. Terutama kemampuan daya ledak otot tungkai adalah penentu setiap cabang olahraga yang memerlukan kemampuan daya ledak otot tungkai khususnya olahraga sepakbola.

Pada saat sekarang, pada sekolah-sekolah di Pariaman terutama Kota Pariaman perkembangan sepakbolanya sangat pesat. Tetapi prestasi yang di dapat masih jauh dari harapan,terutama pada turnamen LPI (liga pelajar indonesia), diantaranya SMK Negeri 1 Pariaman yang masih minim prestasi di bidang sepak bola nya. Rendahnya prestasi SMK Negeri 1 Pariaman ini disebabkan oleh banyak faktor. Diantara faktor-faktor tersebut antara lain: penguasaan tehnik, kondisi fisik, taktik/strategi dan mental.

Hasil observasi penulis dan pengamatan dari beberapa pertandingan yang dilakukan oleh tim sepakbola SMK 1 Pariaman dan kenyataan yang ditemui di lapangan, masih banyak kelemahan-kelemahan saat melakukan permainan terutama yang menyangkut daya ledak otot tungkai dan tendangan *long passing*, sering muncul kesalahan seperti kurang terarahnya sasaran yang dituju saat melakukan *long passing* sehingga penempatan bola kepada teman

yang posisinya jauh dari pemain awal tidak sampai dan tidak tepat, serta kurang efektifnya umpan-umpan menyilang (*crossing*) yang dilakukan dengan tendangan *long passing* sehingga peluang untuk menciptakan gol sangat sedikit dan bola mudah dirampas oleh lawan. Rendahnya kemampuan *Long passing* pemain tim sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman.

Berdasarkan masalah di atas peneliti tertarik untuk melihat sejauhmana kemampuan pemain saat melakukan *long passing* melalui "Kontribusi daya ledak otot tungkai dan Kordinasi(mata kaki) terhadap kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman, maka dapat diidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Koordinasi mata kaki
2. Daya ledak otot
3. Kelentukan
4. Perkenaan bola dengan kaki
5. Letak kaki tumpu
6. Fisik
7. Mental
8. Daya tahan

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya variabel dalam penelitian ini yang mempengaruhi kemampuan otot tungkai pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman, serta keterbatasan waktu, dana, dan tenaga yang tersedia dalam penelitian ini maka yang akan diteliti yaitu:

1. Daya Ledak Otot Tungkai
2. Kordinasi mata-kaki
3. Kemampuan *Long Passing*

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, perumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap Kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman?
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap Kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman?
3. Apakah terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan kordinasi mata-kaki dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang dibuat diperoleh tujuan penelitian adalah:

1. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap Kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman

2. Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap Kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman
3. Untuk mengetahui kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan kordinasi mata-kaki dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis, sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar (S1) di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan referensi di Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Untuk Pembina dan pelatih olahraga sebagai bahan koreksi dalam mempercepat proses pengajaran sepakbola.
4. Sebagai sumbangan ilmu pengetahuan dan informasi bagi mahasiswa yang akan meneliti selanjutnya.
5. Sebagai informasi bagi atlet sepakbola SMK Negeri 1 Pariaman dalam melakukan *long passing*.
6. Sebagai pedoman atau bahan pertimbangan bagi pelatih dalam meningkatkan prestasi yang dimiliki oleh atlet-atlet sepakbola yang dibina.