

**HUBUNGAN BERAT DAN TINGGI BADAN DENGAN KELINCAHAN
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA
EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 19 PALEMBANG**

Disusun oleh:

NANDA ADI SYAPUTRA

Nomor Induk Mahasiswa 06121006036



**PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**HUBUNGAN BERAT DAN TINGGI BADAN DENGAN KELINCAHAN
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA
EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 19 PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh:

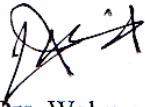
NANDA ADI SYAPUTRA

NomorIndukMahasiswa06121006036

Program Studi Pendidikan Jasmanidan Kesehatan

Mengesahkan:

Pembimbing I



Drs. Waluyo, M.Pd
NIP. 195601241984031001

Pembimbing II



Dra. Marsiyem, M.Kes
NIP. 195312121982032001

Mengetahui

a.n. Dekan

Wakil Dekan Bidang Akademik



Dr. Hartono, M.A

NIP. 196710171993011001

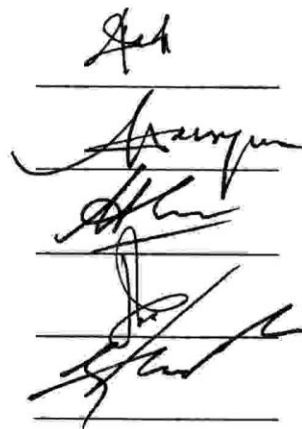
**HUBUNGAN BERAT DAN TINGGI BADAN DENGAN KELINCAHAN
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA
EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 19 PALEMBANG**

NANDA ADI SYAPUTRA
NomorIndukMahasiswa 06121006036

Telah diujikan dan lulus pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 22 Juli

1. Ketua : Drs. Waluyo, M.Pd
2. Sekretaris : Dra. Marsiyem, M.Kes
3. Anggota : Dr. MeirizalUsra, M.Kes
4. Anggota : Dr. Iyakrus, M.Kes
5. Anggota : Drs. Sy. Muherman, M.Pd



Indralaya, 22 Juli 2016

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Dr. Hartati, M.Kes
NIP. 196006101985032006

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nanda Adi Syaputra
NIM : 06121006036
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan Berat Badan Dan Tinggi Badan Dengan
Kelincahan Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra
Ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

Seluruh data informasi, interpretasi serta pengamatan dalam pembahasan dan kesimpulan yang disajikan dalam karya ilmiah ini, kecuali yang disertakan sumbernya adalah merupakan hasil pengamatan-pengamatan, penelitian, pengolahan data serta pemikiran saya dengan pengarahan para pembimbing yang ditetapkan.

Karya ilmiah yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Sriwijaya maupun Perguruan Tinggi lain.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya, apabila dikemudian hari bukti ketidakbenaraan dalam pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Indralaya, Juli 2016



Nanda Adi Syaputra
NIM. 06121006036

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan kepada :

- *Kedua orangtuak tercinta, ayahanda M Thamrin Husin dan ibunda R.A Kartini yang selalu mendoakanku dan memberiku semangat dalam menjalani perkuliahan ini.*
- *Saudara-saudariku yang tersayang yang telah memberiku support dan materi selama kulia.*
- *Semua teman satu angkatan penjaskes 2012*
- *Staf Tata Usaha Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan “Pak Zul”, telah membantu dalam penyelesaian skripsi.*
- *Kakak dan adik tingkat di penjaskes unsri.*
- *Almamaterku tempat aku menimba ilmu.*

Motto :

- *One For All, All For One.*
- *“Barangsiapa bertawakkal pada Allah, maka Allah akan memberikan kecukupan padanya dan sesungguhnya Allah lah yang akan melaksanakan urusan (yang dikehendaki)-Nya”(QS. Ath-Thalaq:3).*
- *Kerja keras tidak akan menghianati hasilnya*

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah SWT berkat rahmatnya jualah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, skripsi ini membahas tentang Hubungan Berat Badan Dan Tinggi Badan Dengan Kelincahan Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dengan segala kerendahan hati penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih atas bimbingan, pengarahan dan bantuan berbagai pihak terutama kepada:

1. Prof. Dr. Ir. H. Aniss Saggaff, MSCE Rektor Universitas Sriwijaya
2. Prof. Sofendi, M.A, Ph.D. Dekan FKIP Universitas Sriwijaya
3. Dr. Hartati, M.Kes, Ketua Program Studi Penjaskes
4. Drs. Waluyo, M.Pd selaku Pembimbing 1
5. Dra. Marsiyem, M.Kes selaku Pembimbing 2
6. Semua Dosen Penjaskes Universitas Sriwijaya
7. Yang tercinta mama dan papa yang selalu mendoakanku setiap saat
8. Kakak kakakku tersayang yang selalu memberi motivasi
9. Pacar terkasih yang selalu memberiku support
10. Semua Sahabat Penjaskes Universitas Sriwijaya 2012
11. Bagi siapapun yang pernah berdo'a untukku, terima kasih.

Akhirnya, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis mohon perkenan para pembaca untuk memberikan Saran dan Kritik yang bersifat membangun demi perbaikan. Untuk itu penulis ucapkan terima kasih.

Indralaya, Juli 2016
Penulis,

Nanda Adi Syaputra
NIM. 06121006036

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Batasan Masalah.....	4
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Hakikat Sepak Bola.....	7
2.2 Hakikat Berat Badan	10
2.3 Hakikat Tinggi Badan	11
2.4 Hakikat Kelincahan	12
2.5 Kerangka Berpikir	16
2.6 Hipotesis Penelitian	16

BAB III METODE PENELITIAN	17
3.1 Jenis Penelitian.....	17
3.2 Rancangan Penelitian	17
3.3 Populasi dan Sampel	18
3.3.1 Populasi	18
3.5.2 Sampel	18
3.4 Variabel dan Definisi Operasional Variabel	18
3.4.1 Variabel.....	18
3.4.2 Definisi Operasional Varabel.....	18
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	18
3.5.1 Instrumen Penelitian	19
3.6 Teknik Analisis Data.....	23
3.6.1 Uji Deskriptif	23
3.6.2 Uji Asumsi Klasik.....	24
3.6.2.1 Uji Normalitas.....	24
3.6.2.2 Uji Multikolinieritas	24
3.6.2.3 Uji Heteroskedastisitas	24
3.6.3 Uji Regresi Linier	25
3.6.3.1 Uji Regresi Linier Berganda	25
3.6.3.2 Koefisien Determinasi (R^2).....	25
3.6.4 Uji Hipotesis	26
3.6.2.1 Uji F	26
3.6.2.1 Uji T.....	26
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 28
4.1 Hasil Penelitian	28
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian	28
4.1.2 Deskripsi Data Hasil Tes Berat Badan	28
4.1.3 Deskripsi Data Hasil Tes Tinggi Badan	28
4.1.4 Deskripsi Data Hasil Tes Kelincahan.....	29
4.1.5 Analisis Deskriptif	29
4.1.6 Uji Asumsi Klasik	33

4.1.6.1 Uji Normalitas	33
4.1.6.2 Uji Multikolonieritas	34
4.1.6.3 Uji Heteroskedastisitas	35
4.1.7 Analisis Regresi	36
4.1.7.1 Uji Regresi Linier Berganda	36
4.1.7.2 Koefisien Determinasi	37
4.1.8 Uji Hipotesis	38
4.1.8.1 Uji F	38
4.1.8.2 Uji T	39
4.2 Pembahasan	40
4.2.1 Hubungan Berat Badan Dengan Kelincahan	40
4.2.2 Hubungan Tinggi Badan Dengan Kelincahan	41
4.2.3 Hubungan Berat Badan Dan Tinggi Badan Dengan Kelincahan	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
5.1 Kesimpulan	43
5.2 Saran	43

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1 Rating Uji Kelincahan.....	22
Tabel 2 Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi	27
Tabel 3 Daftar distribusi hasil perhitungan tes berat badan	30
Tabel 4 Daftar distribusi hasil perhitungan tes tinggi badan.....	31
Tabel 5 Daftar distribusi hasil perhitungan tes kelincahan	32
Tabel 6 Output Uji Multikolinieritas	34
Tabel 7 Hasil Estimasi untuk Model Regresi Linier Berganda.....	36
Tabel 8 Koefisien Korelasi Person.....	37
Tabel 9 Koefisien Korelasi dan Koefisien Determinasi.....	38
Tabel 10 Ringkasan ANOVA	39
Tabel 11 Hasil Estimasi untuk Model Regresi Linier Berganda.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1 Kerangka Berpikir	16
Gambar 2 Rancangan Penelitian	17
Gambar 3 Timbangan Berat Badan.....	19
Gambar 4 Microtoise	20
Gambar 5 Lintasan Uji Kelincahan.....	22
Gambar 6 Histogram Hasil Tes Berat Badan.....	30
Gambar 7 Histogram Hasil Tes Tinggi Badan.....	31
Gambar 8 Histogram Hasil Tes Kelincahan.....	33
Gambar 9 Plot Normalitas.....	34
Gambar 10 Plot Normalitas.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Riwayat Hidup.....	47
Lampiran 2. Data Awal Hasil Tes Siswa	48
Lampiran 3. Hasil Output SPSS.....	50
Lampiran 4. Usul Judul Skripsi.....	53
Lampiran 5. Surat Persetujuan Telah Diseminarkan.....	54
Lampiran 6. SK Pembimbing Skripsi	55
Lampiran 7. Surat Permohonan Izin Penelitian	56
Lampiran 8. Surat Permohonan Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan	57
Lampiran 9. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	58
Lampiran 10. Kartu Bimbingan Skripsi	59
Lampiran 11. Persetujuan Ujian Skripsi	63
Lampiran 12. Lembar Telah di Ujikan.....	64
Lampiran 13. Kartu Revisi Skripsi.....	65
Lampiran 14. Izin Jilid Skripsi.....	66
Lampiran 15. Foto-foto Penelitian	67

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah adakah hubungan berat badan dan tinggi badan dengan kelincahan dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang. Tujuannya untuk mengetahui seberapa erat hubungan antar variabel tersebut. Variabel dalam penelitian ini adalah Variabel bebas (x) yaitu berat badan dan tinggi badan dan variabel terikat (y) yaitu kelincahan dalam permainan sepak bola. Sampel yang di ambil dalam penelitian ini yaitu siswa putra ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 19 Palembang, yaitu sebanyak 40 orang. Metode atau jenis penelitian yang di gunakan yaitu metode korelasi. Teknik pengumpulan data yaitu. Teknik analisis data menggunakan *software Statistikal Product & Service Solutions (SPSS) version 17*. Meliputi uji deskriptif, uji asumsi klasik, uji regresi linear berganda dan uji hipotesis.

Data yang di peroleh adalah Variabel Berat badan memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap variabel kelincahan. Ini terlihat dari variabel berat badan berpengaruh positif sebesar 0,112 dengan nilai t-hitung 6.487 dan signifikansi variabel ini $< 0,05$ yaitu 0,000. Artinya Artinya apabila berat badan naik 1 kg maka kelincahan akan naik sebesar 0.112 sekon. Jadi semakin berat badan seorang siswa maka kelincahannya akan semakin melambat. Variabel tinggi badan memiliki pengaruh positif tetapi tidak signifikan terhadap variabel kelincahan. Ini terlihat dari variabel tinggi badan berpengaruh positif sebesar 0,001 dengan nilai t-hitung 0,037 dengan signifikansi $>$ dari 0,05 yaitu 0,971. Nilai F hitung yang diperoleh dari hasil penghitungan adalah sebesar 21.193 dengan p-value 0,000. Karena nilai p-value lebih kecil dari α sebesar 0,05 maka dapat diambil kesimpulan bahwa dengan tingkat signifikansi 5 persen, secara bersama-sama variabel Tinggi Badan dan Berat Badan berpengaruh secara signifikan terhadap Kelincahan. Maka model regresi yang terbentuk sudah layak untuk digunakan dalam analisis

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola yang terbuat dari bahan kulit dan dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain inti dan sebagian pemain cadangan. Memasuki abad ke-21, olahraga ini telah dimainkan oleh lebih dari 250 juta orang di 200 negara, yang menjadikannya olahraga paling populer di dunia. Sepak bola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola ke gawang lawan. Sepak bola dimainkan dalam lapangan yang berbentuk persegi panjang, di atas rumput atau rumput sintetis. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh sebagian besar manusia yang ada di bumi ini. Demikian juga di Indonesia bahkan mendapat simpati di hati masyarakat. Sepakbola digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, dan internasional, dari usia anak-anak, dewasa hingga orang tua, mereka senang memainkan sendiri atau sebagai penonton. Menurut muhajir (2007:22), “Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”. Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa sepak bola adalah permainan antara dua tim yang berusaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawangnya dari kemasukan bola oleh serangan lawan. Sepakbola juga merupakan permainan yang sebagian besar menggunakan kemampuan fisik seseorang tetapi selain menekankan pada kemampuan fisik, sepakbola juga menekankan pada penguasaan teknik dasar permainan sepak bola itu sendiri seperti *dribbling* dan *shooting*.

Sepak Bola olahraga yang kompleks karena memerlukan teknik dan taktik khusus. Begitu pula dalam hal kondisi fisik, permainan sepak bola

memiliki perbedaan dalam olahraga-olahraga yang lain. Karakteristik permainan sepak bola yang cepat dan terus bergerak, dimana tim yang memiliki kecepatan lebih baik, melakukan pergerakan yang lebih banyak akan memiliki peluang mencetak gol lebih banyak, yang pada akhirnya akan memenangkan pertandingan. Kondisi fisik merupakan prasyarat yang harus dimiliki oleh seorang atlet didalam meningkatkan dan mengembangkan prestasi olahraga yang optimal, sehingga segenap kondisi fisiknya harus dikembangkan dan ditingkatkan sesuai dengan ciri,karakteristik dan kebutuhan masing-masing cabang olahraga.Komponen kondisi fisik yang diperlukan dalam sepak bola salah satunya adalah kelincahan.Kelincahan merupakan suatu komponen penting dalam, selain koordinasi, kecepatan, daya tahan, dan power.Dengan kelincahan itu pula pemain bisa memberikan performa terbaik seperti kelincahan dalam menggiring bola, kelincahan dalam menjaga gerak lawan dan kelincahan dalam mencari ruang kosong agar bisa menciptakan peluang gol.

Kelincahan atau ketangkasan merupakan kemampuan tubuh untuk mengubah secara cepat dan tepat arah dari tubuh atau bagian tubuh tanpa gangguan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya, seseorang dikatakan memiliki kelincahan yang baik apabila ia mampu mengubah posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik sebagai respon terhadap stimulus (Sukirno, 2012:146). Tinjauan dari kemampuan merubah kecepatan serta arahnya untuk menghindari dan melewati lawan, maka seseorang penggiring bola membutuhkan kelincahan, yang merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas (Ismaryati, 2011:41).Selain itu menurut Widiastuti (2011:125) *agility* atau kelincahan adalah komponen penting yang dibutuhkan oleh hampir seluruh cabang olahraga.Kelincahan juga dapat dipengaruhi oleh postur tubuh yang dimiliki oleh para pemain yakni berat badan dan tinggi badan. Sedangkan untuk mendapatkan kelincahan yang baik, kita juga memerlukan postur tubuh yang ideal yakni meliputi berat badan dan tinggi badan. Berat

badan memiliki hubungan yang linier dengan tinggi badan dalam keadaan normal perkembangan berat badan akan searah dengan pertumbuhan tinggi badan dengan kecepatan tertentu.

Berat badan adalah salah satu parameter yang memberikan gambaran masa tubuh. Masa tubuh sangat sensitif terhadap perubahan-perubahan yang mendadak seperti terserangnya penyakit infeksi dan menurunnya nafsu makan, berat badan adalah parameter yang sangat labil. Dalam keadaan normal, keadaan kesehatan baik dan keseimbangan konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin maka berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur, sebaliknya keadaan abnormal terjadi karena berkembang terlalu cepat atau lebih lambat dari keadaan normal. Sedangkan tinggi badan merupakan antropometri yang menggambarkan keadaan pertumbuhan skeletal. Pada keadaan normal, tinggi badan tumbuh seiring dengan pertambahan umur. (Supriasa,dkk 2002:56-58).

Berdasarkan pengamatan di lapangan selama peneliti menjalankan program praktik pengalaman lapangan (PPL) di SMA Negeri 19 Palembang, permainan sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh siswa putra, hal demikian dapat dilihat pada saat siswa yang sering memanfaatkan waktu istirahat di sekolah untuk bermain sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi, selain itu melalui observasi dan pendekatan dengan siswa, bahwa selain bermain olahraga sepak bola di sekolah siswa sering pula bermain olahraga futsal, yang pada dasarnya semua komponen gerakan dalam olahraga futsal sebagian besar merupakan teknik gerakan yang digunakan pada permainan sepak bola, hanya saja peraturan dan ukuran lapangan yang berbeda, selain itu pada saat materi pembelajaran kesegaran jasmani dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang penulis buat ketika menjalankan program PPL, siswa yang mengikuti uji komponen kesegaran jasmani dapat memperoleh hasil dengan tingkat (*rating*) yang cukup baik, seperti pada komponen kelincahan. Namun fenomena dilapangan, terlihat siswa kurang lincah dalam memainkan si kulit bundar, baik dalam

menggiring bola ataupun mencari ruang kosong. seperti yang telah dikemukakan dalam Ismaryati (2011) dan Sukirno (2012) bahwa kelincahan adalah komponen yang dibutuhkan seluruh cabang olahraga yang berhubungan dengan gerak, khususnya kelincahan dan agar memiliki kemampuan untuk melewati lawan, menghindari lawan serta maju keruang yang terbuka, sehingga teman satu tim mudah memberikan umpan. Berdasarkan hasil pengamatan tersebut, maka untuk mengetahui apakah terdapat hubungan positif dan signifikan antara berat badan dan tinggi badan para pemain dengan kelincahan pada permainan sepak bola, untuk itu perlu diadakan penelitian yang berjudul: “Hubungan Berat Badan dan Tinggi Badan dengan Kelincahan pada Permainan Sepak Bola Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Berat badan, tinggi badan dan kelincahan pemain sepak bola ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang belum diketahui.
2. Berat badan, tinggi badan dan kelincahan setiap pemain memiliki karakteristik yang berbeda yang akan mempengaruhi performa pemain pada cabang olahraga sepak bola.
3. Berat badan dan tinggi badan setiap pemain berbeda sehingga mempengaruhi kelincahan pemain dalam bergerak.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah di kemukakan di atas,maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah “Hubungan Berat Badan dan Tinggi Badan dengan Kelincahan Pada Permainan Sepak Bola Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang”.

1.4 Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan berat badan (X_1) dengan kelincuhan (Y) pada permainan sepak bola siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan tinggi badan (X_2) dengan kelincuhan (Y) pada permainan sepak bola siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan berat badan (X_1) dan tinggi badan (X_2) secara bersamaan dengan kelincuhan (Y) pada permainan sepak bola siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang?

1.5 Tujuan penelitian

Berdasarkan judul dan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan berat badan dengan kelincuhan pada permainan sepak bola siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang.
2. Untuk mengetahui hubungan tinggi badan dengan kelincuhan pada permainan sepak bola siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang.
3. Untuk mengetahui hubungan berat badan dan tinggi badan secara bersamaan dengan kelincuhan pada permainan sepak bola siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 19 Palembang.

1.6 Manfaat Penelitian

Setiap hasil penelitian di aharpkan mempunyai manfaat dan kegunaan yang erat kaitannya dengan masalah ini. Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan sumbangan sebagai berikut :

1. Mendorong pembina atau pelatih untuk melakukan pembinaan pada pemain dengan mempertimbangkan postur tubuh setiap pemain.

2. Mendorong pemain sepak bola untuk meningkatkan potensi yang dimiliki secara optimal.
3. Membantu pelatih dalam melakukan monitoring potensi para pemain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ghozali. Imam. (2006). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS Semarang*. Universitas Diponegoro.
- Ismaryati.(2011). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS dan UPT Penerbitan dan Percetakan UNS.
- Kuncoro, Mudrajad. (2013). *Metode Riset untuk Bisnis dan Ekonomi*. Edisi 4. Jakarta : Erlangga.
- Kurdi, Fauziah Nuraini dan Sukirno.(2011). *Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Luxbacher, Joseph A. (2012). *Sepak Bola*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Marcos Roberto Queiroga. (2005). *Anthropometric Profile of Elite Athletes of Women's Futsal According to Tactical Function in the Game*. Brazilian Journal of Kinantropometry and Human Performance(Vol 7, No 1 2005).
- Muhajir, dkk.(2013). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*.Jakarta: Kementerian pendidikan dan Kebudayaan (KEMENDIKBUD)
- Nala, I Gusti Ngurah. (2011). *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Udayana University Press.
- Rudiyanto. (2012). *Hubungan Berat Badan Tinggi Badan dan Panjang Tungkai dengan Kelincahan*. *Journal of Sport Sciences and Fitness* 1 (2) (2012). Diakses dari:
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf/article/view/1530/1480>. Pada tanggal 21 Maret 2016, jam 21:35 WIB.
- Salim, Agus. (2007). *Buku Pintar Sepak Bola*. Bandung: JEMBAR
- Sugiyono.(2010). *Metode Penelitian Bisnis*. Alfabeta:Bandung.

- Sukirno.(2012). *Ilmu Anatomi Manusia*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Sukirno.(2012). *Dasas-Dasar Atletik Dan Latihan Fisik*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Sukirno.(2012). *Kesehatan Olahraga, Doping Dan Kesegaran Jasmani*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Supariasa, Bachyar Bakri dan Ibnu Fajar. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Buku Kedokteran UGC.
- Tamat, Trisnowati dan Moekarto Mirman.(2000). *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Widiastuti.(2011). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.