

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN
TERHADAP KETERAMPILAN *INDIAN DRIBBLE* PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER *HOCKEY* DI SMA NEGERI 26 GARUT**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga
Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh

Tita Sari

1901728

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2023

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN
TERHADAP KETERAMPILAN *INDIAN DRIBBLE* PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER *HOCKEY* DI SMA NEGERI 26 GARUT**

Oleh
Tita Sari

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Olahraga pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Program Studi Ilmu Keolahragaan

© Tita Sari 2023
Universitas Pendidikan Indonesia
April 2023

Hak Cipta dilindungi undang – undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN

Tita Sari

1901728

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN
TERHADAP KETERAMPILAN *INDIAN DRIBBLE* PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER *HOCKEY* DI SMA NEGERI 26 GARUT**

Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I



Prof. Dr. H. Nurlan Kusmaedi, M.Pd.

NIP. 19530111 198003 1 002

Pembimbing II



Iman Imanudin, S.Pd., M.Pd.

NIP. 19750810 200112 1 001

Mengetahui,
Ketua Departemen Ilmu Keolahragaan



Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D.

NIP. 19760812 200112 1 001

ABSTRAK

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN *INDIAN DRIBBLE* PADA SISWA EKSTRAKURIKULER *HOCKEY* DI SMA NEGERI 26 GARUT

Tita Sari

1901728

Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing :

Prof. Dr. H. Nurlan Kusmaedi, M.Pd., Iman Imanudin, S.Pd., M.Pd

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingkat keterampilan *indian dribble* pada siswa ekstrakurikuler *hockey* di SMA Negeri 26 Garut yang masih kurang. Teknik *indian dribble* merupakan salah satu teknik *dribble* yang sangat penting dalam permainan hoki yang digunakan untuk melewati lawan. Menggiring bola dengan gaya ini memerlukan faktor fisik yang memadai berupa kelincahan dan koordinasi gerak yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi kelincahan dan koordinai mata dan tangan terhadap keterampilan *indian dribble* hoki di SMA Negeri 26 Garut. Populasi penelitian ini adalah atlet hockey SMA Negeri 26 Garut dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan desain korelasi, juga dilakukan analisis Koefisien Determinasi untuk mendapatkan seberapa besar kontribusi tersebut setelah dilakukan analisis. Intrumen peneltian ini menggunakan: 1) *Zig-Zag Run* untuk mengukur kelincahan, 2) Lempar tangkap bola *tennis* untuk mengukur koordinasi mata dan tangan, dan 3) *Zig-Zag Dribble* untuk mengukur keterampilan *indian dribble*. Hasil analisis data diperoleh sebagai berikut:

1) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap *indian dribble* sebesar 46%, 2) Terdapat kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap *indian dribble* sebesar 44,8%, 3) Terdapat kontribusi kelincahan dan koordinasi mata dan tangan terhadap *indian dribble* sebesar 78,1%.

Kata Kunci : Kelincahan, Koordiasi Mata Tangan, *Indian Dribble*, *Hockey*.

ABSTRACT

THE CONTRIBUTION OF ABILITIES AND EYE-HAND COORDINATION TO INDIAN DRIBBLE SKILLS OF HOCKEY EXTRACURRICULAR STUDENTS AT SMA NEGERI 26 GARUT

Tita Sari

1901728

***Faculty of Sport And Health Education
Indonesian Education University***

Supervisor :

Prof. Dr. H. Nurlan Kusmaedi, M.Pd., Iman Imanudin, S.Pd., M.Pd

This research is motivated by the lack of Indian dribble skills among hockey extracurricular students at SMA Negeri 26 Garut. The Indian dribble technique is one of the most important dribble techniques in hockey that is used to get past opponents. Dribbling with this style requires adequate physical factors in the form of agility and good movement coordination. This study aims to determine whether there is a contribution of agility and eye and hand coordination to Indian dribble hockey skills at SMA Negeri 26 Garut. The population of this study were hockey athletes at SMA Negeri 26 Garut with a total sample of 15 people. This study used a descriptive method with a correlation design, and an analysis of the Coefficient of Determination was also carried out to find out how much the contribution was after analysis. This research instrument uses: 1) Zig-Zag Run to measure agility, 2) Throw and catch a tennis ball to measure hand-eye coordination, and 3) Zig-Zag Dribble to measure Indian dribble skills. The results of data analysis obtained as follows :1) There contribution of agility to Indian dribble of 46%, 2) There contribution of eye and hand coordination to Indian dribble of 44.8%, 3) There contribution of agility and eye and hand coordination to Indians dribbles of 78.1%.

Keywords: *Agility, Hand Eye Coordination, Indian Dribble, Hockey.*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
UCAPAN TERIMAKASIH	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	viii
BAB 1	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.5 Struktur Organisasi	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
KAJIAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Permainan Hoki.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Teknik Dasar Permainan Hoki	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Hakikat Keterampilan <i>Dribble</i> Hoki.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Hakikat <i>Indian Dribble</i> Hoki	Error! Bookmark not defined.
2.2 Kondisi Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Kelincahan	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Hakikat Koordinasi Mata Tangan	Error! Bookmark not defined.
2.3 Penelitian Yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
2.4 Kerangka Berpikir	Error! Bookmark not defined.
2.5 Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Partisipan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.4 Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Prosedur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.6 Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
4.1 Temuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1 Deskripsi Data.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.2 Uji Normalitas.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.3 Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
4.2 Pembahasan Hasil dan Temuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	Error! Bookmark not defined.
	defined.
5.1 Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2 Implikasi dan Rekomendasi	Error! Bookmark not defined.
5.2.1 Implikasi	Error! Bookmark not defined.
5.2.2 Rekomendasi.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	44

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Norma Tes Kelincahan.....	25
Tabel 3.2 Norma lempar tangkap bola.....	26
Tabel 4.1 Hasil tes.....	31
Tabel 4.2 Hasil Deskripsi Data	32
Tabel 4.3 Uji Normalitas Data	33
Tabel 4.4 Tabel Koefisien Korelasi	34
Tabel 4.5 Koefisiensi Korelasi.....	34
Tabel 4.6 Uji Korelasi.....	35
Tabel 4.7 Koefisiensi Determinasi.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Indiana Dribble.....	12
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3.2 Tes Kelincahan (<i>Zig-zag Run</i>).....	24
Gambar 3.3 Tes Lempar Tangkap Bola Tennis	26
Gambar 3.4 Tes Zig-Zag Dribble.....	28
Gambar 3.5 Prosedur Penelitian.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Pengesahan.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 2 SK Penunjukan Pembimbing Skripsi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
lampiran 3 (Lanjutan).....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4. Kartu Bimbingan Skripsi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5. Hasil <i>Output</i> Data Menggunakan <i>Social Package For Social Science</i> (SPSS) Versi 25	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6. Data Hasil Tes	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7. Informed Consent	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9. Riwayat Hidup.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, I. Z. (2016). Hubungan Antara Power Tungkai, Koordinasi Mata- Tangan, Dan Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Unsika*, 4(1), 78–90.
- Adindra, Rahayu, S., & Sulaiman. (2016). Kelentukan Togok Dan Latihan Kelincahan Meningkatkan Kemampuan Dribble Pada Pemain Hoki Pemula. *Journal of Physical Education and Sport*, 5(1), 47–52.
- Al Qorni, U. (2021). PROFIL ATLET HOKI MOCHAMAD FATHUR ROHMAN DALAM MERAHAI PRESTASI DIKANCAH NASIONAL DAN INTERNASIONAL Uais. *Encyclopedia of Volcanoes.*, 1995, 662.
- Alfan, F. (2021). *PENGARUH LATIHAN KELINCAHAN DAN LATIHAN KECEPATAN TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN MENDRIBBLING BOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SD MUHAMMADIYAH 1 KLECO KOTAGEDE YOGYAKARTA.*
- Arwandi, J., & Firdaus, M. (2021). *Effect of Agility Training Towards Soccer Dribbling Skills.* 35(Icssht 2019), 7–10. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210130.002>
- Crawford, J. D., Medendorp, W. P., & Marotta, J. J. (2004). Spatial transformations for eye-hand coordination. *Journal of Neurophysiology*, 92(1), 10–19. <https://doi.org/10.1152/jn.00117.2004>
- Febrihan, A. S., & Rosyida, E. (2019). Kontribusi Kelincahan Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Keterampilan Indian Dribble Pada Siswa Ekstrakurikuler Hockey Di SMA Negeri 1 Menganti. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(2), 367–372.
- Firdani, R. 2020). (n.d.). *PERANAN TINGKAT KONDISI FISIK DAN KETERAMPILAN BERMAIN HOCKEY DALAM PENCAPAIAN PRESTASI Rafika Firdani Auliya *, Heryanto Nur Muhammad.* 51–59.
- Garber CE, Blissmer B, Deschenes MR, et al. [American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: Guidance for prescribing exercise.](#) *Med Sci Sports Exerc.* 2011;43(7):1334-59. doi:10.1249/MSS.0b013e318213fefb
- Hamzah, A. P. (2021). Study of Body Attitude Criteria of Indoor Hockey Players Based on Body Height to Obtain Accurate Passing Techniques. *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 04(02), 137–141. <https://doi.org/10.47191/ijmra/v4-i2-05>
- Hasanah, N., & Rustriadi, T. (2021). PembinaanPrestasi Cabang Olahraga Hockey di Kibupaten Kebumen. *Journal.Unnes*, 1(1), 188–196.
- Hasyim, A. H. (2019). Kontribusi Koordinasi Mata Tangan, Kekuatan Lengan, Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Dribble Pada Permainan Bola Basket. *Celebes Education Review*, 1(2), 40–47. <https://doi.org/10.37541/cer.v1i2.234>
- Heri, I. (2019). *WONODADI KULON PENDAHULUAN Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan bolavoli . Pada mulanya servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permainan , tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk memperoleh.* 15, 1–8.
- Hermanu, E. (2013). Perbandingan Hasil Latihan Indoor Hockey Dan Field Hockey Terhadap Penguasaan Teknik Dasar Push Dan Dribble Pada Permainan Hockey. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 5(1), 44–54.

- Hermanu, E. (2019). *PERBEDAAN PENGARUH HASIL LATIHAN DRIBBLE DAN SHOOTING DENGAN MENGGUNAKAN ALAT YANG DIMODIFIKASI PADA CABANG OLAHRAGA HOCKEY*. 3(1), 32–42.
- Hidayat, D. S. (2021). *Kontribusi Kelincahan Dan Kordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil Dribbling Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMK Negeri 1 Denpasar Tahun 2021*. 2021.
- Igoresky, A., & Tangkudung, J. (2021). *Relationship Between Eye-Hand Coordination, and With a Precision Service*. 35(Icssht 2019), 113–116. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210130.023>
- Irawan, & Setiawan, I. (2020). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Hoki di Kabupaten Kudus. *Journal.Unnes*, 1(1), 188–196.
- Ismayarti. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: *Sebelas Maret University Press*.
- Ismayarti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: *Universitas Sebelas Maret*.
- Jack, F., & Norman, W. (2012). *Design And Evaluate Researchin Education*.
- Kumar, M. S. (2010). *CONSTRUCTION OF SKILL TESTS AND COMPUTATION OF NORMS IN FIELD HOCKEY* Department of Physical Education. December.
- Latuheru, R. V. (2020). Hubungan Antara Kelentukan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Dribbling Pada Permainan Hoki. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 3(2), 138. <https://doi.org/10.26858/sportive.v3i2.17016>
- Lumbangaol, E. (2016). *ANALISIS GERAK TEKNIK INDIAN DRIBLE DALAM PERMAINAN HOCKEY LAPANGAN (FIELD HOCKEY) ATLET PUTRI SUMATERA UTARA PELATDA PON XIX*.
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model Latihan Dribling Sepakbola Untuk Pemula Usia Sma. *Sport Science and Education Journal*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.823>
- Maifa, S. (2016). *ANALISIS KELINCAHAN DAN KELENTUKAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA BASKET PADA SISWA SMP NEGERI 2 SUNGAI DURIAN KOTABARU*. 381–397.
- Menpora. (2005). *Panduan Penetapan Parameter Tes Pada Pusat Pendidikan Dan Pelatihan Pelajar Dan Sekolah Khusus Olahragawan*. Jakarta.
- Nofebrianty, V., & Lawanis, H. (2022). *Studi Tentang Kondisi Fisik Pemain Hoki Universitas Negeri Padang*. 5(7), 151–160.
- Nurhasana. (2007). *Tes dan Pengukuran*. FPOK BANDUNG.
- Oemar, F. N., Subagio, I., Setiawan, H. K., & Rejeki, P. S. (2021). Physical Condition Comparison between Female Athlete Indoor Hockey of East Java Team and National Team. *Folia Medica Indonesiana*, 57(1), 58. <https://doi.org/10.20473/fmi.v57i1.16209>
- Prayogi, M. I., & Faruk, M. (2020). *ANALISIS PASSING DAN SHOOTING DALAM PERTANDINGAN CABANG OLAHRAGA HOCKEY INDOOR WORLD CUP (Studi Pada Tim Putra Austria Dalam World Cup 2018)* Muhamad Imam Prayogi*, mohammad faruk. Auliya, 115–120.
- Purnama, H. (2018). HUBUNGAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN DRIBBLING BOLA BASKET PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 43 PALEMBANG. *Al-Ulum Ilmu Sosial Dan Humaniora*,

4(2).

- Purwanto, J. (2004a). *Hoki*.
- Purwanto, J. (2004b). *Hoki*.
- Purwanto, J. (2004c). *Hoki*.
- Rahayu, N. I. (2020). *Statistika Penelitian Keolahragaa*. UPI Press.
- Ridlo Dwi. (2019). *Buku Ajar Permainan Olahraga Hockey*.
- Rizhardi, R. (2017). HUBUNGAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET DI SMP KARTIKA 1-7 PADANG. *Wahana Didaktika*, 15(2), 111–122.
- Sahabuddin. (2020). Hubungan Koordinasi Mata Tangan, Kelincahan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Dribble Bolabasket. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 133–144. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.372>
- Sajoto, M. (2011). Tes dribble Unnes. In *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Saleh, M. S., Saleh, M. S., & Rahman, A. (2020). Permainan Hockey Ruangan. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 343–346.
- Sandrea, A. G. A. V., & Sulistyarto, S. (2022). Efektivitas Training From Home Terhadap Kondisi Fisik Tim Putra Indoor Hockey Jawa Timur. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(03), 111–120.
- Santika, I. G. P. N. A. (2015). TINGKAT KELINCAHAN CALON MAHASISWA BARU PUTRA FAKULTAS PENDIDIKAN OLARHAGA DAN KESEHATAN IKIP PGRI BALI TAHUN 2015. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2, 224–233.
- Senaputra, R. P. (2017). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Hoki Ruangan Di SMA/SMK Se Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 5(3), 697–704.
- Setiawan, A., Effendi, F., & Toha, M. (2020). Akurasi Smash Forehand Bulutangkis Dikaitkan dengan Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan. *Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 50. <https://doi.org/10.35194/jm.v10i1.949>
- Sheppard, J., & Young, W. (2006). Agility literature review: Classifications, training and testing. *Journal of Sports Sciences*, 24(9), 919–932. <https://doi.org/10.1080/02640410500457109>
- Siqueira, A. J. B., Machado, G. F., Costa, J. do C., Branco, L. de F., Montessor, M., Nonato, S. de O., & Silva, E. A. D. A. (2019). Teknik Dasar Permainan Hoki. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Subakti, S. (2013). Hubungan Kecepatan, Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Mengontrol Bola dalam Permainan Hockey Atlet Putri Pelatda Sumatera Utara Persiapan PON XVII Kalimantan Timur. *Ilmu Keolahragaan*, 12(1), 52–59.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.
- Sutri, W. (2020). *Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Lari Terhadap Keterampilan Menggiring Bolabasket Siswa Putera Kelas VIII SMP Negeri 8 Pekanbaru*.
- Syaodih, N. (Bandung : P. R. R. (2013). *Metodologi Penelitian*.
- Tabrani, P. (2002). *Hoki Kreativitas dalam Olahraga*.

- Windhianti, A. (Universitas N. Y. (2016). *Tingkat Keterampilan Teknik Dribble dan Penalty Stroke Peserta Unit Kegiatan Mahasiswa Hoki Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2016*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wissel, H. (2000). *Bola basket: dilengkapi dengan program pemahiran teknik dan taktik*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Wong, T. K. K., Ma, A. W. W., Liu, K. P. Y., Chung, L. M. Y., Bae, Y. H., Fong, S. S. M., Ganesan, B., & Wang, H. K. (2019). Balance control, agility, eye-hand coordination, and sport performance of amateur badminton players: A cross-sectional study. *Medicine (United States)*, 98(2). <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000014134>
- Yahya, Y. (2012). Kontribusi kecepatan dan kelincahan terhadap keterampilan dribble bola basket mahasiswa jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga universitas riau. *Perspektif Pendidikan Dan Keguruan*, III(6), 160–168.
- Zemková E, Hamar D. Sport-specific assessment of the effectiveness of neuromuscular training in young athletes. *Front Physiol*. 2018;9:264. doi:10.3389/fphys.2018.0026

