

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 5.33 bila dibandingkan dengan t_{tabel} 1.72913. Ini menunjukkan terdapatnya hubungan konsentrasi dan *power* otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* futsal siswa ekstrakurikuler Sman 2 Kota Jambi. Karena konsentrasi dan *power* otot tungkai yang baik dan terlatih secara terprogram dapat berguna untuk meningkatkan ketepatan *shooting* futsal.

Namun faktor-faktor di atas juga tidak menjamin setiap tendangan penalti akan menjadi goal atau point, dikarenakan pemain profesional yang memiliki jadwal latihan yang terprogram yang sudah pasti memiliki tingkat konsentrasi yang tinggi dan *power* otot tungkai yang baik juga pernah gagal dalam melakukan tendangan penalti. Hal ini disebabkan karna faktor dalam keberhasilan tendangan penalti yaitu keberuntungan dan mental.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapatnya korelasi atau hubungan positif yang signifikan antara *power* otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* futsal siswa ekstrakurikuler Sman 2 Kota Jambi di terima pada tingkat kepercayaan 95%.

5.2. Saran

Sesuai dengan hasil penelitian dan kesimpulan yang didapat dalam penelitian ini, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Untuk meningkatkan ketepatan *shooting* futsal yang optimal pelatih disarankan memberi latihan yang terprogram pada *power* otot tungkai.
2. Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti antara hubungan mental terhadap ketepatan shooting, dikarenakan dalam penelitian ini belum sempat untuk mengetahui hasil hubungan antara dua variable tersebut.
3. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan program latihan pada penelitian selanjutnya.