

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-kaki, berpengaruh terhadap Ketepatan *Shooting* peserta ekstrakurikuler sepak bola di MTS ALMA'ARIF Kabupaten Merangin. Dari rumusan masalah penelitian yang diajukan, maka analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, dapat ditarik beberapa kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh harga  $r$  hitung = 0,579 dengan  $r$  tabel = 0,400. Dengan demikian disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara Kekuatan Otot Tungkai dengan Ketepatan *Shooting* peserta ekstrakurikuler sepak bola di MTS ALMA'ARIF Kabupaten Merangin.
2. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh harga  $r$  hitung = 0,571 dengan  $r$  tabel = 0,400. Dengan demikian disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata-kaki dengan Ketepatan *Shooting* peserta ekstrakurikuler sepak bola di MTS ALMA'ARIF Kabupaten Merangin.
3. Uji keberartian koefisien diperoleh harga  $F$  hitung 11,223 >  $F$  tabel (3,73) pada taraf signifikansi 5% dan  $R$ hitung 0,629 >  $R$ tabel (0,400), berarti disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-kaki, dengan Ketepatan *Shooting* peserta ekstrakurikuler sepak bola di MTS ALMA'ARIF Kabupaten Merangin.

## 5.2 Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan diatas maka implikasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-kaki, ada hubungan yang signifikan terhadap Ketepatan *Shooting* Dengan demikian hal tersebut dapat digunakan oleh pelatih untuk meningkatkan ketepatan *shooting*.
2. Menjadi catatan bagi peserta ekstrakurikuler sepak bola di MTS ALMA'ARIF Kabupaten Merangin mengenai data Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-kaki, dan Ketepatan *Shooting*.

## 5.3. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa yang mempunyai ketepatan *shooting* kurang sebaiknya lebih ditingkatkan lagi dengan melatih kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki
2. Bagi pelatih selalu melakukan tes fisik dan keterampilan sehingga dapat terpantau keterampilan siswanya dalam permainan sepak bola.
3. Bagi peneliti selajutnya dapat dilakukan penelitian dengan variabel bebas lain, sehingga variabel yang mempengaruhi Ketepatan *Shooting* dapat teridentifikasi lebih banyak lagi.