

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka diketahui ada hubungan signifikan antarakekuatan otot tungkai terhadap akurasi shooting bola ke gawang. Sehingga dapat diartikan dapat diartikan bahwa kedua variabel bebas kekuatan otot tungkai (X) mempunyai hubungan yang signifikan dengan akurasi shooting ke gawang (Y) terbukti Fhitung 1,94 lebih kecil dari Ftabel 2,69. Atau dengan kata lain, terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan otot perut terhadap akurasi shooting kearah gawang pemain futsal dilapangan club fantastico Kalideres.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka saran yang dapat diberikan olehpeneliti antara lain:

1. Bagi Club

Diharapkan dapat menambah jam operasional lapangan futsal, dari semingguhanya buka 6 hari menjadi seminggu buka 7 hari dan selama 24 jam, agar pemain atau atlet futsal dapat terus berlatih dansemakin banyak pemain yanghandal nantinya.

2. Bagi Pelatih

Diharapkan memberikan latihan yang terprogram, seperti latihan teknik, latihan taktik serta latih tanding dengan tim lain. Selain itu, guru hendaknya dapat mengintensifkan latihan dan memotivasi siswa untuk selalu giat

3. Bagi Pemain atau atlet

Diharapkan agar berlatih lebih banyak lagi di luar kegiatan berlatih di lapangan futsal club fantastico menjadi anggota di klub futsal yang ada di daerahnya masing-masing. Selain itu, pemain harus aktif hadir dalam setiap kegiatan yang dilaksanakan dan selalu termotivasi untuk selalu berlatih.

4. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai inspirasi dan bahan acuan terutama penelitian yang berkaitan dengan efektivitas tendangan penalti futsal.