

## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan

- 5.1.1 Terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan hasil long passing pada Siswa Akademi Persib Cimahi U-15 . dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,983 maka dari itu bisa dikatakan memiliki hubungan yang sangat kuat dan kontribusi variabel bebas  $X_1$  (*power* otot tungkai) dengan variabel terikat Y (*long passing*) adalah sebesar 96.5 %
- 5.1.2 Terdapat hubungan yang signifikan antara Keseimbangan dengan hasil *long passing* pada Siswa Akademi Persib Cimahi U-15. dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,750 maka dari itu bisa dikatakan memiliki hubungan yang kuat namun tidak searah. kontribusi variabel bebas  $X_2$  ( Keseimbangan) dengan variabel terikat Y (*long passing*) adalah sebesar 56,3%
- 5.1.3 Terdapat hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan hasil *long passing* pada Siswa Akademi Persib Cimahi U-15 . dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,704 maka dari itu bisa dikatakan memiliki hubungan yang kuat dan kontribusi variabel bebas  $X_3$  ( Panjang Tungkai) dengan variabel terikat Y (*long passing*) adalah sebesar 49,6%.
- 5.1.4 Terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai, keseimbangan dan panjang tungkai dengan hasil *long passing* pada Siswa Akademi Persib Cimahi U-15 . Jika dilihat dari besarnya tingkat hubungan maka faktor fisik dominan penentu tendangan sepakbola pada Siswa Akademi Persib Cimahi adalah faktor fisik kekuatan otot tungkai yaitu sebesar 0,983, dan Hasil Analisi regresi Hasil Long Passing dapat dijelaskan oleh ke tiga variabel independen Power Otot tungkai, keseimbangan dan panjang tungkai sedangkan sisanya ( $100\% - 96,5\% = 3,5\%$ ) dijelaskan oleh sebab-sebab yang diluar variabel tersebut.

## 5.2 Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka implikasi yang dapat dilakukan terkait dengan hasil penelitian ini adalah:

### 5.2.1 Implikasi Teoritis

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa kekuatan *power* otot tungkai, keseimbangan, dan panjang tungkai *long passing* sepakbola memiliki hubungan yang signifikan. Hal ini dikarenakan dalam melakukan tendangan sepakbola perlu memiliki *power* otot tungkai yang kuat sebagai kekuatan saat kita menendang bola dan mengatur ketepatan tendangan agar bola dapat mencapai sasaran kepada rekan se tim yang diinginkan. Selain itu dalam melakukan *long passing* sepakbola keseimbangan memiliki kaitan dengan kinerja otot tungkai, karena gerakan tungkai memerlukan dukungan dan keseimbangan, dengan memiliki keseimbangan yang kuat dapat memberikan kekuatan yang lebih, namun keseimbangan memiliki hubungan yang negatif dengan *long passing* dikarenakan memiliki hubungan yang tidak searah bisa dikatakan semakin baik keseimbangan semakin menurun hasil *long passing* ,Sedangkan panjang tungkai dibutuhkan untuk efisiensi gerak dalam melakukan aktivitas gerak saat melakukan *long passing* sehingga panjang tungkai memiliki hubungan yang positif dengan hasil *long passing*. Yang artinya semakin tinggi panjang tungkai semakin baik dengan hasil *long passing*.

### 5.2.2 Implikasi

#### 5.2.2.1 Implikasi dalam Penelitian Olahraga

Peneliti ingin mengungkapkan ada tidaknya hubungan *power* otot tungkai, keseimbangan dan panjang tungkai dengan tendangan sepakbola. Masalah ini dipandang sangat penting karena variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini dapat dijadikan sebagai seleksi calon pemain sepakbola dan juga mampu digunakan untuk meningkatkan kemampuan tendangan dalam permainan sepakbola.

#### 5.2.2.2 Implikasi terhadap Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau acuan untuk peneliti lainnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan menambahkan variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini, karena hasil dalam penelitian ini masih terdapat variabel luaran yang dapat menjadi faktor fisik penentu *long passing* (umpan lambung) sepakbola.

### 5.3 Saran

Dari hasil penelitian yang diperoleh dari uraian sebelumnya disampaikan saran sebagai berikut :

#### 5.3.1 Bagi Tempat Penelitian

Bagi tempat penelitian diharapkan penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk mengetahui faktor fisik dominan penentu *long passing* sepakbola seperti power otot tungkai, keseimbangan dan panjang tungkai. Selain itu untuk menambah wawasan yang luas kepada pemain sepakbola terkait pentingnya faktor fisik dalam menunjang keterampilan bermain bola khususnya *long passing* sepak bola.

#### 5.3.2 Bagi Universitas

Sebagai bahan wacana maupun bahan referensi penulisan dan menambah pengetahuan di bidang olahraga.

#### 5.3.3 Kepada Peneliti Selanjutnya

Bagi para peneliti selanjutnya, mengingat masih ada variabel- variabel lain di luar variabel yang ada dalam penelitian ini maka hasil penelitian ini dapat menjadi bahan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan memasukkan variabel lain selain yang sudah dimasukkan dalam penelitian ini