

## BAB V

### KESIMPULAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan *Power* Tungkai dan Fleksibilitas Pinggang Dengan Akurasi dan Kecepatan *Shooting* pada pemain futsal Baraya FC” dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara *power* tungkai dengan akurasi *shooting*.
- 5.1.2 Terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara *power* tungkai dengan kecepatan *shooting*.
- 5.1.3 Terdapat hubungan yang sedang dan signifikan antara fleksibilitas pinggang dengan akurasi *shooting*.
- 5.1.4 Tidak terdapat hubungan dan tidak signifikan antara fleksibilitas pinggang dengan kecepatan *shooting*.
- 5.1.5 Terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara *power* tungkai dan fleksibilitas pinggang dengan akurasi *shooting*.
- 5.1.6 Terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara *power* tungkai dan fleksibilitas pinggang dengan kecepatan *shooting*.

#### 5.2 Implikasi

Implikasi yang peneliti harapkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 5.2.1 Dapat dijadikan sebagai referensi bagi pelatih cabang olahraga futsal untuk melatih *power* tungkai pada pemain agar para pemain memiliki kecepatan *shooting* yang baik.
- 5.2.2 Menjadikan penelitian ini sebagai referensi dan pengembangan pada penelitian selanjutnya.

#### 5.3 Saran

Untuk penelitian selanjutnya peneliti akan menyarankan sebagai berikut:

- 5.3.1 Melakukan penelitian dengan sampel yang berbeda latar belakangnya,
- 5.3.2 Melakukan penelitian dengan sampel yang lebih banyak.