

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya tentang hubungan *reaction time* dan *coordination* dengan hasil serangan langsung pada atlet UKM anggar UPI, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang negatif antara *reaction time* dengan hasil serangan langsung pada atlet UKM anggar UPI dengan korelasi ($r = -0,534$) dengan $\text{sig.} = 0,040$. Sedangkan besar kontribusi *reaction time* terhadap hasil serangan langsung yaitu 28,5%.
2. Terhadap hubungan yang negatif antara *coordination* dengan hasil serangan langsung pada atlet UKM anggar UPI dengan korelasi ($r = -0,536$) dengan $\text{sig.} = 0,040$. Sedangkan besar kontribusi *coordination* terhadap hasil serangan langsung yaitu 28,7%.

B. Implikasi dan Rekomendasi

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa hubungan *reaction time* dan *coordination* dengan hasil serangan memberikan kontribusi yang cukup signifikan, dimana kedua variabel memberikan kontribusi masing-masing 28,5% dan 28,7%.

Setelah melakukan analisis data dan menyimpulkan hasil penelitian ini, maka peneliti merekomendasikan:

1. Diharapkan kepada para pelatih maupun pelaku olahraga lainnya untuk memperhatikan pentingnya *reaction time* dan *coordination* dalam olahraga dan permainan anggar pada khususnya, sehingga program latihan yang dibuat bisa sesuai dengan kebutuhan atlet akan komponen kondisi fisik tersebut.
2. Kepada para peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian tentang olahraga anggar baik dari sisi fisik, psikis, maupun teknik sehingga para pelatih dan pelaku olahraga anggar dapat

mengetahui dan memahami faktor-faktor apa saja yang berperan penting untuk melahirkan seorang atlet anggar yang bisa berprestasi dikancah internasional.

3. Kepada para peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian tentang anggar dengan menggunakan instrumen penelitian yang lebih modern dan terbaru karena salah satu kelemahan penelitian ini adalah instrumen yang digunakan masih sangat sederhana.