

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian, dapat disimpulkan beberapa hal yang memiliki kesesuaian dengan permasalahan-permasalahan dalam penelitian. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan *passing* bola pada pemain SSb Kediri Putra usia 14 tahun. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan nilai statistik yang telah dilakukan.
2. Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan *passing* bola pada pemain SSb Kediri Putra usia 13-15 tahun. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan nilai statistik yang telah dilakukan.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan dengan *passing* bola pada pemain SSb Kediri Putra usia 14 tahun. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan nilai statistik yang telah dilakukan.

B. Implikasi

Dari hasil penelitian dapat diketahui hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan dengan *passing* bola pada pemain SSb Kediri Putra usia 14 tahun.

1. Implikasi dalam penelitian olahraga

Dalam penelitian ini, peneliti ingin meneliti besarnya hubungan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan dengan *passing* bola. Masalah ini dipandang sangat penting karena variabel-variabel ini dapat berfungsi di dalam sistem seleksi calon pemain ataupun atlet sepak bola, di samping juga akan menambah daya efisiensi dan efektivitas pendidikan olahraga, khususnya dalam bermain sepak bola. Hal tersebut juga bisa digunakan sebagai acuan dalam penyusunan program latihan guna meningkatkan kemampuan atlet.

2. Implikasi terhadap peneliti selanjutnya

Penelitian ini menurut peneliti adalah untuk membuka jalan ke arah peneliti yang lebih lanjut, karena masih banyak masalah-masalah yang berkaitan dengan variabel-variabel yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bola. Untuk itu penelitian ini dapat dijadikan acuan dasar oleh peneliti-peneliti selanjutnya. Semoga semakin berkembang dari waktu-kewaktu.

C. Saran

Setelah mengetahui dari hasil penelitian maka peneliti memberikan saran yang mungkin nantinya dapat bermanfaat. Adapun saran-saran tersebut sebagai berikut :

1. Bagi Pelatih SSb Kediri Putra usia 14 tahun.

Bagi pelatih olahraga yang berhubungan langsung dengan atlet SSb Kediri Putra usia 14 tahun, sekiranya pelaksanaan pembelajaran maupun pelatihan olahraga khususnya dalam bidang sepak bola perlu adanya perhatian lebih mendalam tentang kondisi kekuatan otot tungkai dan keseimbangan sehingga diperoleh sebuah hasil yang optimal dalam implementasi pelatihan olahraga sepak bola kepada pemain atau atlet.

2. Bagi pemain SSb Kediri Putra usia 14 tahun.

Bagi pemain-pemain SSb Kediri Putra usia 14 tahun dan sekitarnya yang sekiranya berhubungan langsung dalam penelitian, sekiranya agar dapat dijadikan tolak ukur pada saat latihan sedang berlangsung, sehingga evaluasi dapat digunakan acuan dalam memahami kekurangan-kekurangan terkait apa yang sekiranya perlu diperbaiki dan ditingkatkan agar tercapai prestasi yang maksimum dan mencetak atlet dan pemain yang berkualitas dari berbagai segi dan lini pengetahuan.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, dapat diharapkan mampu untuk menambah referensi ketika dia melakukan penelitian tentang olahraga sepak bola. Tak lupa pula penelitian pada SSb Kediri Putra usia 14 tahun masih terdapat kekurangan sehingga nantinya bagi penelitian selanjutnya mampu untuk melengkapi dari kekurangan tersebut. Oleh karena itu,

peneliti sangat terbuka untuk senantiasa menerima saran dari orang-orang sekitar, sehingga bisa untuk digunakan oleh semua kalangan.