

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan pada hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian yang berbunyi ” Terdapat pengaruh yang berarti antara latihan reaksi terhadap ketepatan menangkap bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas IX SMP Negeri 6 Kota Gorontalo” dapat diterima. Dalam hal ini bahwa upaya peningkatan ketepatan menangkap bola bagi seorang kiper pada permainan sepak bola dilakukan melalui pelaksanaan latihan yang insentif berupa latihan reaksi.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Dalam rangka meningkatkan ketepatan siswa dalam menangkap bola bagi kiper, maka sangat diharapkan peran serta dan partisipasi dari pihak pemerintah untuk dapat memberikan dukungan fasilitas berupa sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam kegiatan latihan;
2. Untuk lebih mengintensifkan pelaksanaan latihan pada ketepatan menangkap bola bagi kiper pada permainan sepak bola, peran serta orang tua sangat dibutuhkan terutama dalam memberikan motivasi dan pengawasan terhadap kegiatan yang dilakukan oleh siswa di luar jam sekolah;
3. Untuk meningkatkan ketepatan menangkap bola bagi kiper, maka latihan-latihan perlu dimaksimalkan program latihan kurikulum di sekolah-sekolah khususnya yang memerlukan latihan lompat rintangan.