

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Dari hasil analisis data di atas diperoleh $t_{hitung} = 5.97$ dan t_{daftar} yang diperoleh dari tabel distribusi t dengan melihat batas - batas daerah kritis $t_{\frac{\alpha}{2}}$; $dk = n - 1$ sehingga diperoleh $t_{\frac{0,01}{2}}$; $dk = 20 - 1 = t = 0,005$; $dk = 19$. Dari batas-batas kritis tersebut diperoleh $t_{daftar} = 2.861$. Dengan demikian dapat disimpulkan : $harga_{hitung} \geq t_{daftar}$ maka H_0 di tolak dan H_1 di terima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis penulis berbunyi ; “Terdapat terdapat pengaruh latihan power lengan terhadap hasil lempar lembingsiswa Madrasah Aliyah Negeri Model Kota Gorontalo”. Diterima.

5.2 Saran

Dengan memperhatikan hasil pembahasan dan simpulan di atas, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

- a. Untuk lebih meningkatkan kemampuan dalam setiap individu haruslah menggunakan latihan yang efektif serta efisien.
- b. Kepada seluruh mahasiswa FIKK khususnya Prodi Penjaskes yang akan menghadapi ujian skripsi nanti, diharapkan agar dapat menjadikan skripsi ini sebagai referensi tambahan nanti.