

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Hasil pengujian diperoleh $t_{hitung} = 10$ nilai t_{tabel} pada $\alpha = 0,05$; $dk = n-1$ ($22-1=22$) diperoleh harga sebesar 1,721. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{daftar} ($t_{hitung}=10 > t_{daftar} = 1.729$). berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak H_0 : jika $t_{hitung} > t_{daftar}$ pada $\alpha = 0,05$; $n-1$, oleh karena itu hipotesis alternative atau H_a dapat diterima, sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh latihan *drill* terhadap peningkatan tendangan bebas (*free kick*)..

5.2 Saran

Dengan hasil pembahasan dan simpulan diatas dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

- 1). Dalam upaya untuk memacu kemampuan siswa dalam melakukan tendangan bebas maka sangat jauh jika digunakan metode latihan *drill*.
- 2). Pengembangan minat dan bakat yang dimiliki oleh anak terutama dalam cabang olahraga sepak bola tendangan bebas (*free kick*) pada dasarnya tidak semata-mata tergantung pada bimbingan guru dan pelatih, tetapi juga sangat ditentukan oleh dukungan dan motivasi dari orang tua, oleh karena itu kepada orang tua siswa diharapkan dapat memberikan motivasi kepada setiap anak untuk melakukan aktifitas latihan di luar jam sekolah.

3). Kepada semua siswa yang memiliki minat dan bakat dalam permainan sepakbola tendangan bebas (*free kick*) diharapkan agar dapat melakukan latihan secara bebas diluar jadwal yang di tetapkan baik di sekolah maupun di luar sekolah dengan mengaplikasikan teori-teori latihan yang di peroleh melalui proses belajar mengajar.