

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Berdasarkan uraian teori-teori yang dikemukakan sebelumnya dan hasil pengolahan data pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola terdapat hubungan yang positif. Dalam penelitian ini ternyata  $r$  hipotesis  $>$  nilai  $r$  kriteria yaitu  $1,11 > 0,456$ , sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Artinya kecepatan dengan keterampilan menggiring bola terdapat hubungan yang positif.
2. Kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola terdapat hubungan yang positif. Dalam penelitian ini ternyata  $r$  hipotesis  $>$  nilai  $r$  kriteria yaitu  $1,24 > 0,456$ , sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Artinya kelincahan dengan keterampilan menggiring bola terdapat hubungan yang positif.
3. Kecepatan dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola secara bersama-sama terdapat hubungan yang positif. Dalam penelitian ini ternyata  $r$  hipotesis  $>$  nilai  $r$  kriteria  $10,58 > 0,456$ , jadi tolak hipotesis nol dan diterima hipotesis kerja. Artinya antara kecepatan dan kelincahan menggiring bola pada permainan sepakbola terdapat hubungan yang positif. Pengujian hipotesis digunakan rumus  $F$  dengan kriteria penerimaan dan penolakan adalah sebagai berikut:

$$H_0 : F \text{ Tabel} \geq r \text{ observasi} = \text{diterima}$$

$$H_a : F \text{ Tabel} \leq r \text{ observasi} = \text{diterima}$$

Sesuai hasil perhitungan dalam penelitian ini, nilai  $F$  observasi  $>$   $F$  kriteria atau  $10,58$ . Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif diterima yaitu terdapat hubungan antara  $X_1$  dan  $X_2$  terdapat  $Y$  antara kecepatan dan kelincahan secara bersama-sama terdapat hubungan yang positif dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa putra kelas VIII SMP Negeri 3 Limboto Barat.

#### **5.2 Saran**

1. Faktor kecepatan dan kelincahan pada permainan sepak bola sangat memberi peran utama dalam keterampilan menggiring bola. Untuk itu bagi para pelatih, pembina,

serta guru-guru olahraga, khususnya permainan sepakbola agar perlu diperhatikan bahwa faktor kecepatan dan kelincahan perlu dilatih secara baik, terarah, dan sesuai dengan porsi latihan olahraga.

2. Bagi mereka yang berminat pada olahraga sepakbola, kiranya dapat melaksanakan penelitian lebih lanjut dan secara intensif tentang masalah ini terhadap klub-klub sepak bola.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriansyah, D 2014.** *Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pemain Sepak Bola Ps. Fkip Unib Kota Bengkulu.* Dalam Hendri Irawadi (*hal 7*). Skripsi: Bengkulu: Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu. (diakses 8 Oktober 2016 pukul 14:24 wib).
- Faridha dan Sri Santoso 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: Mediatama
- Gusti, I 2015.** *Tingkat Kelincahan Calon Mahasiswa Baru Putra Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Ikip Pgri Vali Tahun 2015.* Dalam Nala (*hal 3*). Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 10 (2): 3 (diakses 8 November 2016 pukul 12:09 wib).
- Hidayah, T dkk 2014.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Jakarta: Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Muhammad Bazin dan Budi Sutrisno. 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan 2.* Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- Muhajir dan Budi Sutrisno.2014.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan.* Jakarta: Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Mulyana, dkk.2014.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan.* Jakarta: Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Ngadenan. 2015.** *Kontribusi Persepsi Kinestik Dan Kelincahan Terhadap Hasil Tembakan Bola. Dalam Suharno (hal 39).* Jurnal Nusantara of Research, 1 (2): 39 <http://efektor.unpkediri.ac.id> (diakses 8 November 2016 pukul 15:02 Wib).
- Nurhasan. 2001.** *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani.* Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Prabowo, A. 2014.** “*Survei Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Dan Kondisi Fisik Pada Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Rantai Baja Kota Purwodadi Tahun 2013*”. Dalam Sukatamsi, *Teknik Dasar Permainan Sepak Bola (hlm. 1422).* Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, 3 (11) : 1422. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>. (diakses 19 Juni 2016 pukul 05:40 wib).

- Rahman Nani A. 2013.** *Hubungan Antara Kecepatan Lari 50 Meter dan Kelincahan Dengan Kemampuan Mengiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Putera Kelas VIII Smp Negeri 2 Gorontalo. Dalam Setiawan. (hal 15). Skripsi: Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo.*
- Resa. M .2014.** *Pengaruh Latihan French Press Terhadap Kemampuan Pukulan Smash Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Sma Negeri 2 Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara (hal 26). Skripsi: Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo.*
- Rinto. 2014.** *Pengaruh Latihan Dribling Tinggi Terhadap Kecepatan Shoting Pada Permainan Olahraga Bola Basket Siswa Putra Kelas X Smk Negeri 4 Gorontalo. (hal 27) Skripsi. Gorontalo:Universitas Negeri Gorontalo.*
- Rusdiyanto. 2012.** *Hubungan Berat Badan Tinggi Badan Dan Pannjang Tungkai Dengan Kelincahan. Dalam Remmy Muchtar (hal 28). Journal of Sport Sciences and Fitnes. 1 (2): 28 <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>. (diakses 9 Februari 2017 pukul 10:15 wib).*
- Chandra Sodikin.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta : PT Arya Duta
- Sodikin dan Achamd. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: PT Intan Pariwara*
- Surayin dkk. 2012.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Bandung: Yrama Widya.
- Teguh dan Aan.** *Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan.* Jakarta : Kementrian Pendidikan Nasional
- Widiastuti. 2011.** (a). *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.
- Widiastuti. 2011.** (b). *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.