

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang sudah dilakukan analisis data, maka peneliti menjawab tujuan penelitian dengan menyimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan signifikan antara panjang tungkai dengan tendangan jarak jauh U-12 SSB garuda muda pringsurat temanggung, dengan nilai yang diperoleh adalah $0,002 < 0,05$.
2. Ada hubungan signifikan antara panjang tungkai dengan tendangan jarak jauh U-12 SSB garuda muda pringsurat temanggung, bernilai positif berbanding lurus, dengan nilai signifikansi $0,002 < 0,05$ dan nilai presentase pengaruh hubungan variabel bebas dengan variabel terikat yaitu mencapai 34,2%

B. Saran

1. Bagi Pelatih

Dengan adanya penelitian ini diharapkan pelatih U-12 SSB garuda muda pringsurat temanggung, dapat memperhatikan faktor penting yang mempengaruhi tendangan jarak jauh dengan panjang tungkai terkait pemberian program latihan yang bervariasi.

2. Bagi Atlet

Dengan adanya penelitian ini diketahui hasil tes dan pengukuran atlet dimana hasil tersebut dapat memacu atlet untuk lebih dapat mengembangkan kemampuan tendangan jarak jauh lebih baik lagi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi panduan untuk peneliti selanjutnya dengan responden dan tempat yang berbeda, sehingga dapat menambah wawasan pengetahuan.