

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan serta perhitungan dan analisis data dari hasil tes, maka pada bagian ini penulis dapat mengemukakan kesimpulan bahwa. Dari hasil pengujian hipotesis berdasarkan hasil perhitungan dengan pendekatan uji f pada hasil latihan menggunakan model permainan target terhadap hasil akurasi *shooting*, diperoleh f_{hitung} (9,765) hasilnya ternyata lebih besar daripada f_{tabel} (2,230) pada taraf nyata (α) 0,05. Dengan demikian hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis awal (H_a) **diterima**.

Berdasarkan hasil latihan model permainan target dapat disimpulkan bahwa sudah dapat diketahui dari nilai R Square sebagai pengaruh dari variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai yang diperoleh adalah 0,535 yang artinya adalah tingkat pengaruh nya adalah 53,5% dan 46,5% nya adalah dari faktor-faktor yang tidak diteliti.

B. Saran

Dari hasil penelitian yang telah dikemukakan mulai dari awal penelitian ini sampai pada kesimpulan-kesimpulan yang telah dikemukakan, penulis ingin menyampaikan saran sebagai berikut:

1. Kepada guru olahraga dan pembina atau pelatih sepakbola lebih memperhatikan model latihan yang diaplikasikan kepada atlet saat peraktek untuk pencapaian persentasi.
2. Kepada mahasiswa jurusan olahraga khususnya, penulis sarankan untuk mengadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan teknik penghitungan yang akurat.

3. Kepada tokoh olahraga sepakbola untuk meningkatkan kemampuan atlet dalam akurasi *shooting* permainan sepakbola kemabangkanlah bentuk-bentuk model latihan yang mudah dan cepat dicapai oleh atlet untuk pencapaian prestasi.