

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan analisis data dan hasil pengukuran yang dilaksanakan dalam penelitian ini maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan hasil *Shooting Game* sebesar nilai koefisien sebesar 0,227 dan signifikan pada alfa 5% keseimbangan berpengaruh terhadap *Shooting Game*
2. Terdapat hubungan yang signifikan koordinasi mata tangan dengan hasil *Shooting Game* sebesar nilai koefisien sebesar 0,570 dan signifikan pada alfa 5% Koordinasi mata tangan berpengaruh pada *Shooting Game*
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan hasil *Shooting Game* sebesar nilai koefisien sebesar 0,540 dan signifikan pada alfa 5% Kekuatan otot lengan berpengaruh pada *Shooting Game*
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan, koordinasi mata-tangan dan kekuatan otot lengan terhadap hasil *Shooting Game* sebesar nilai signifikan untuk hubungan X1 , X2 dan X3 secara simultan terhadap Y adalah sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai F hitung $51,381 > F_{tabel} 1,796$, sehingga dapat disimpulkan bahwa X1, X2 dan X3 terdapat pengaruh secara simultan terhadap Y.

B. Saran

Saran yang bisa di berikan dalam penelitian dalam sebagai hasil dari proses penelitian yang telah dilakukan yaitu :

1. Peneliti menyarankan khususnya kepada atlet petanque kota Bekasi untuk memperhatikan keseimbangan, koordinasi mata tangan dan kekuatan otot lengan terhadap shooting game, sehingga atlet dapat melakukan shooting dengan baik dan mendapatkan hasil *shooting* yang diharapkan.
2. Olahraga *Petanque* termasuk dalam olahraga baru di Indonesia, jadi peneliti berharap mahasiswa penjas Unisma dan khususnya atlet petanque Kota Bekasi dapat melakukan penelitian-penelitian lebih lanjut untuk perkembangan olahraga petanque di Indonesia. Diharapkan atlet petanque Kota Bekasi untuk tetap berlatih dengan rajin.