

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasar pada hasil analisis penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal sesuai dengan permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang berarti antara power otot tungkai dengan ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi. Hasil ini dibuktikan oleh nilai nilai *correlation coefficient* power otot tungkai terhadap ketepatan *smash* bulutangkis sebesar 0.660 dengan nilai t 3.72 dan p-value <0.001 signifikan pada *alpha* 1%.
2. Ada hubungan yang berarti antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi. Hasil ini dibuktikan oleh nilai nilai *Correlation Coefficient* kekautan otot lenagan terhadap ketepatan *smash* bulutangkis sebesar 0.665 dengan nilai t 3.21 dan p-value <0.001 signifikan pada *alpha* 1%
3. Ada hubungan yang berarti power otot tungkai dan kekuatan otot lengan secara linier dengan ketepatan *smash* bulutangkis pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi. Hasil ini dibuktikan oleh nilai nilai *Correlation Coefficient* sebesar 0.769 dengan nilai F 19.5 dan p-value <0.001 signifikan pada *alpha* 1%, sedangkan besar hubungan power otot tungkai dan kekuatan otot lengan

secara bersama-sama terhadap peningkatan kemampuan *smash* bulutangkis sebesar 59.1%

B. Saran-Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian memiliki implikasi, yaitu:

1. Sebagai bahan pertimbangan pelatih dan atlet supaya lebih memperhatikan faktor power otot tungkai dan kekuatan otot lengan mempengaruhi peningkatan ketepatan *smash* bulutangkis.
2. Hasil penelitian dapat sebagai patokan pelatih untuk mengenali ciri-ciri atlet yang cocok untuk dijadikan atlet bulutangkis yang memiliki prestasi yang baik.
3. Dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai power otot lengan dan koordinasi mata tangan khususnya dalam permainan bulutangkis.