

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Dari hasil penelitian dan analisis keseluruhan komponen pada teknik *batting* yang dilakukan oleh atlet cricket Kabupaten Bogor yang meliputi : sudut *backlift*, sudut lengan kiri, laju kecepatan ayunan pukulan, sudut tungkai kanan menunjukkan bahwa :

1. Sudut *backlift* yang dilakukan oleh atlet cricket Kabupaten Bogor yang mengikuti penelitian memiliki nilai rata-rata sudut sebesar  $119,28^{\circ}$  dengan standar deviasi sebesar 23,025. Dengan rincian sudut *backlift* terkecil sebesar  $88,6^{\circ}$  atas nama Syayid Bilal Notro Negoro dan sudut *backlift* dengan nilai terbesar sebesar  $152,9^{\circ}$  yang diperoleh atas nama Yoga Pratama.
2. Sudut lengan kiri yang dihasilkan oleh atlet cricket Kabupaten Bogor yang mengikuti penelitian memiliki nilai rata-rata sudut sebesar  $135,32^{\circ}$  dengan standar deviasi sebesar 12,227. Adapun nilai terkecil dari sudut lengan kiri sebesar  $124^{\circ}$  atas nama Rizal Padilah dan sudut lengan kiri dengan nilai terbesar sebesar  $153,6^{\circ}$  yang diperoleh atas nama Syayid Bilal Notro Negoro.
3. Laju kecepatan ayunan pukulan yang dilakukan oleh atlet cricket Kabupaten Bogor yang mengikuti penelitian memiliki nilai rata-rata kecepatan pukulan sebesar 8,1 m/s dengan standar deviasi sebesar 1,574. Adapun nilai terkecil

dari hasil analisis laju kecepatan ayunan pukulan adalah 6,1 m/s yang dihasilkan oleh atlet atas nama Nyoman Widiana. Sementara untuk nilai terbesar dari hasil analisis laju kecepatan ayunan pukulan adalah 10,2 m/s yang dihasilkan oleh atlet atas nama Yoga Pratama.

4. Sudut tungkai kanan yang dihasilkan oleh atlet cricket Kabupaten Bogor yang mengikuti penelitian memiliki nilai rata-rata sudut sebesar  $117,48^\circ$  dengan standar deviasi sebesar 19,190. Adapun nilai terkecil dari sudut tungkai kanan sebesar  $91,8^\circ$  atas nama Syayid Bilal Notro Negoro dan sudut lengan kiri dengan nilai terbesar sebesar  $138,2^\circ$  yang diperoleh atas nama Yoga Pratama.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Perlu adanya dukungan penuh dari semua pihak untuk mendukung pembinaan prestasi yang dijalankan di dalam olahraga cricket PCI Kabupaten Bogor. Faktor terpenting yang harus diperhatikan adalah Sumber Daya Manusia atau Atlet yang senantiasa dipantau perkembangan kemampuan bermain olahraga cricket.
2. Perlu sarana dan prasarana yang memadai untuk menunjang keberlangsungan kegiatan pembinaan prestasi pada atlet cricket Kabupaten Bogor.

3. Perlu adanya program latihan yang jelas untuk melatih kemampuan atlet cricket Kabupaten Bogor di setiap teknik dasar dalam permainan cricket.