

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian, analisis pengolahan data, pengujian penelitian, dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan terdapat hubungan signifikan antara Daya tahan (X1) terhadap kemampuan *dribbling* (Y), Terdapat hubungan signifikan antara kelincahan (X2) terhadap kemampuan *dribbling* (Y) dan terdapat hubungan yang signifikan antara daya tahan anaerobik dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* Futsal pada siswa peserta ekstrakurikuler Futsal di SMPN 4 Samarinda.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti simpulkan diatas, maka implikasi penelitian adalah sebagai berikut:

1. Daya tahan anaerobik berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* Futsal pada peserta ekstrakurikuler Futsal di SMPN 4 Samarinda.
2. Kelincahan berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* Futsal pada peserta ekstrakurikuler Futsal di SMPN 4 Samarinda.

### **C. Saran**

1. Bagi siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 4 Samarinda agar giat dan mengikuti proses latihan secara teratur dan konsisten.
2. Bagi pembina ekstrakurikuler dapat bekerja sama dengan pelatih untuk membuat siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Futsal lebih bersemangat mengikuti proses latihan.
3. Bagi pelatih agar dapat lebih bervariasi lagi dalam program latihan terutama program latihan daya tahan, kelincahan, dan *dribbling*.