



## BAB VI

### PENUTUP

#### VI.1 Kesimpulan

Dari hasil analisis penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan serta telah diuraikan, maka didapat kesimpulan yaitu

- a. Berdasarkan karakteristik besar sampel usia pada kelompok FG memiliki rerata usia  $15,06 \pm 1,48$  sedangkan kelompok NFG memiliki usia dengan rerata  $16,06 \pm 1,69$  yang berarti rerata usia pada kelompok FG lebih kecil dari rerata usia kelompok NFG. Berdasarkan karakteristik tinggi badan, sampel penelitian pada kelompok FG memiliki rerata tinggi badan  $158,94 \pm 11,04$  cm sedangkan pada kelompok NFG memiliki tinggi badan dengan rerata  $161,75 \pm 9,34$  cm yang berarti rerata tinggi badan pada kelompok FG lebih rendah dari rerata tinggi badan kelompok NFG. Berdasarkan karakteristik berat badan, sampel penelitian kelompok FG memiliki rerata pada berat badan  $47,25 \pm 8,61$  kg dan pada kelompok NFG memiliki rerata pada berat badan  $54,44 \pm 10,41$  kg yang berarti rerata berat badan kelompok FG lebih kecil dari rerata berat badan pada kelompok NFG.
- b. Kelompok FG (*Fleksibilitas Group*) yang merupakan kelompok dengan fleksibilitas *hamstring* yang baik tidak memiliki hubungan dengan *agility* pada pemain sepak bola remaja yang memiliki nilai kemaknaan  $p$  lebih besar dari  $\alpha$  ( $p > 0,05$ ). Hasil koefisien korelasi ( $r$ ) FG terhadap BAT memiliki nilai korelasi negatif.
- c. Kelompok NFG (*Non Fleksibilitas Group*) yang merupakan kelompok dengan keterbatasan fleksibilitas *hamstring* tidak memiliki hubungan dengan *agility* pada pemain sepak bola remajadengan nilai kemaknaan  $p$  lebih besar dari  $\alpha$  ( $p > 0,05$ ). Hasil koefisien korelasi ( $r$ ) NFG terhadap BAT memiliki nilai korelasi negatif.
- d. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan keterbatasan fleksibilitas *hamstring* dengan *agility* pada pemain sepak

bola remaja karena data tidak signifikan. Namun memiliki nilai korelasi negatif dimana variabel memiliki hubungan yang sangat rendah. Dalam hal ini  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

