

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa terhadap rumusan masalah, penelitian, perhitungan yang telah dilakukan, maka peneliti mendapat kesimpulan:

1. Latihan *Live Pitching* berpengaruh signifikan terhadap *Batting Performance* dari nilai signifikansi sebesar 0.02, yang menjelaskan bahwa menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada *Batting Performance* setelah diberikan treatment Latihan *Live Pitching* sebanyak 16 pertemuan.
2. Latihan *Live Machine Pitching* berpengaruh namun tidak signifikan terhadap *Batting Performance* dari nilai signifikansi sebesar 0.563, yang menjelaskan bahwa menunjukkan adanya peningkatan namun tidak secara signifikan pada *Batting Performance* setelah diberikan treatment Latihan *Live Machine Pitching*.
3. Latihan *Live Pitching* memiliki nilai rata-rata pretest dan posttest Latihan *Live Machine Pitching* adalah $2.13 < 2.38$, Sedangkan nilai Latihan *Live Pitching* pada pretest dan posttest adalah $2.00 < 3.25$. yang menjelaskan bahwa Latihan *Live Pitching* lebih berpengaruh secara signifikan sedangkan Latihan *Live Machine Pitching* berpengaruh namun tidak secara signifikan terhadap *Batting Performance*. Perbedaan terjadi dikarenakan kekurangan dari penelitian ini yaitu sampel yang kurang terkontrol dan diluar kendali peneliti.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, beberapa saran yang diberikan sebagai berikut:

1. Bagi praktisi *softball* disarankan untuk menerapkan metode Latihan *Live Pitching* dengan tetap melakukan latihan konvensional pada atlet untuk meningkatkan *batting performance* dan dapat menggunakan metode Latihan *Live Machine Pitching* sebagai latihan tambahan dengan melakukan adaptasi terlebih dahulu dan didampingi informasi visual dari pelatih.
2. Bagi peneliti yang akan datang hendaknya mengadakan penelitian lebih lanjut tentang Latihan *Live Pitching* dan Latihan *Live Machine Pitching* hendaknya menambahkan komponen latihan tambahan. Serta menambah kuantitas subyek penelitian dan kualitas dengan menambahkan populasi kontrol dengan membandingkan variabel *Batting Performance* atlet secara kinematic, dan komponen visual.