

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini yang di buktikan berdasarkan hasil pengambilan dan pengolahan data yang telah dilakukan, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Dapat diketahui dari hasil tes konsentrasi, sampel yang termasuk kriteria “konsentrasi sangat baik” terdapat tiga orang, yang termasuk kriteria “konsentrasi sangat rendah” berjumlah sembilan orang. Dan rata-rata dari hasil tes konsentrasi ialah sebesar 12,10.
2. Hasil tes pukulan jarak jauh (*long stroke*) dimana diketahui kriteria “baik” berjumlah empat orang, yang termasuk kriteria “cukup” sembilan orang. Hasil rata-rata dari tes *long strok* adalah 7,20.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan pukulan jarak jauh (*long stroke*) pada cabang olahraga woodball, dimana korelasi antara konsentrasi dengan hasil pukulan jarakjauh (*long stroke*) menunjukkan angka 0,920 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan, dengannilai R square $0,846 > 0,05$. Hal ini menunjukkan indeks determinasi, yaitu persentase yang menyumbangkan pengaruh X terhadap Y. R square mengandung pengertian bahwa 84,6% sumbangan X terhadap Y, sedangkan sisanya sebesar 15,4% dipengaruhi oleh faktor lain diantaranya proses latihan beserta penguasaan teknik pukulan jarak jauh.

B. Implikasi dan Rekomendasi

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh, selanjutnya peneliti mengajukan beberapa rekomendasi yang dapat digunakan sebagai pemahaman dan literature pada proses latihan dan ketika menghadapi pertandingan. Adapun beberapa saran tersebut diantaranya adalah sebagai berikut:

SIDIK YAZID

HUBUNGAN KONSENTRASI DENGAN HASIL PUKULAN JARAK JAUH (LONG STROKE) PADA CABANG OLAHRAGA WOODBALL

Universitas Pendidikan Indonesia | resository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1. Peneliti berharap kepada Pembina dan Pelatih dalam memberikan latihan kepada atlet harus seimbang antara latihan fisik, teknik, taktik, dan mental, agar perkembangan atlet stabil dan dapat menampilkan prestasi yang maksimal sesuai dengan apa yang diharapkan.
2. Peneliti menyarankan kepada para pembaca khususnya pada atlet woodball dan umumnya pada seluruh atlet selain harus memiliki kualitas fisik, teknik dan taktik yang baik, juga harus memiliki kualitas mental yang baik pula.
3. Peneliti berharap dalam pembinaan atlet, pelatih dan Pembina bias menyediakan seorang psikolog dalam mendampingi proses latihan, agar perkembangan mental atlet lebih bias diarahkan dengan jelas.
4. Penelitian berharap dapat memberikan sumbangan pemikiran untuk akademisi khususnya Program Studi Ilmu Keolahragaan dalam mengembangkan olahraga yang baru.
5. Untuk penelitian yang akan datang, peneliti mengharapkan agar mencoba melakukan tes dengan menggunakan sampel yang memiliki tingkatan kemahiran dalam keterampilan woodball yang lebih tinggi dan meneliti aspek-aspek teknik dasar lainnya seperti *short stroke & gating* dalam cabang olahraga baru ini.