

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat terlihat bahwa nilai signifikansi untuk perbandingan waktu reaksi adalah  $0,022 < 0,05$  yang artinya terdapat perbedaan waktu reaksi yang signifikan antara penjaga gawang sepakbola dan futsal. Untuk nilai signifikansi kemampuanantisipasi adalah  $0,005 < 0,05$  yang artinya terdapat perbedaan kemampuanantisipasi yang signifikan antara penjaga gawang sepakbola dan futsal. Kesimpulannya adalah terdapat perbedaan waktu reaksi dan kemampuanantisipasi yang signifikan antara penjaga gawang sepakbola dan futsal. Dalam hal perbedaan waktu reaksi, penjaga gawang sepakbola mempunyai keunggulan lebih baik dibandingkan dengan penjaga gawang futsal. Sedangkan untuk kemampuanantisipasi, penjaga gawang futsal mempunyai keunggulan dibandingkan dengan penjaga gawang sepakbola.

#### **B. Implikasi dan Rekomendasi**

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh selanjutnya peneliti mengajukan beberapa rekomendasi yang dapat digunakan sebagai pemahaman dan literatur tambahan bagi pelaku olahraga pada khususnya dan masyarakat pada umumnya diantaranya sebagai berikut :

1. Untuk para penjaga gawang, harus mampu bereaksi dan juga melakukanantisipasi dengan baik dalam suatu pertandingan agar mampu menjalankan tugasnya dengan baik sampai akhir pertandingan.
2. Untuk para pelatih, baik pelatih futsal maupun sepakbola, harus memberikan pelatihan reaksi danantisipasi yang sepadan kepada para penjaga gawang,

Kevin Ericson, 2015

**PERBANDINGAN KECEPATAN REAKSI DAN ANTISIPASI REAKSI PADA PENJAGA GAWANG DALAM OLAHRAGA SEPAKBOLA DAN FUTSAL**

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

karena kedua aspek itu merupakan satu kesatuan yang dapat mendukung performa seorang penjaga gawang.

3. Perlu dilanjutkan penelitian mengenai permasalahan ini untuk mendapatkan penjelasan yang lebih detail dengan memperhatikan faktor konsentrasi dan faktor kejenuhan sampel. Diharapkan ketika melakukan penelitian, sampel harus berada dalam keadaan yang *fresh* sehingga konsentrasinya bisa terjaga dengan baik. Selain itu, penelitian mengenai kemampuan antisipasi pada posisi *outfield player* juga dibutuhkan untuk membantu meningkatkan performa sebuah tim, karena dalam pertandingan sepakbola dan futsal tidak hanya diisi oleh penjaga gawang.