

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

1. hasil *shooting* melalui teknik *flying shoot* dari area kiri memberikan hasil yang signifikan sebesar 46.8%;
2. hasil *shooting* melalui teknik *flying shoot* dari area tengah memberikan hasil yang signifikan sebesar 53.5%;
3. hasil *shooting* melalui teknik *flying shoot* dari area kanan memberikan hasil yang signifikan sebesar 46%.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti merumuskan saran kepada pihak-pihak sebagai berikut.

1. Pelatih

Semua teknik *shooting* memiliki peran yang situasional selama permainan bola tangan berlangsung. Oleh karena itu, pelatih dianjurkan untuk mengajarkan semua teknik *shooting* pada atlet untuk menambah keahlian pada saat bermain bola tangan.

2. Atlet

Teknik yang efektif dalam permainan bola tangan adalah teknik *flying shoot* baik di area kiri, area tengah, maupun area kanan. Oleh karena itu, atlet harus meningkatkan kemampuannya pada teknik tersebut tanpa mengabaikan teknik-teknik lainnya. Teknik lainnya juga dapat dikatakan penting karena teknik-teknik tersebut dapat berperan sesuai dengan situasi permainan.

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian lebih lanjut pada aspek kajian yang lebih luas dan mendalam dapat dilakukan terhadap teknik-teknik *shooting* dalam permainan bola tangan. Oleh karena itu, peneliti menganjurkan agar peneliti selanjutnya

dapat mengadakan penelitian lebih lanjut untuk menganalisis efektivitas teknik *shooting* dalam sebuah pertandingan.