

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis mengenai pengaruh latihan metode target terhadap hasil ketepatan *shooting* pada permainan futsal dapat disimpulkan bahwa latihan menggunakan metode target terdapat pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *shooting* pada permainan futsal dengan nilai sebesar -7.224 dengan nilai $0,000 < 0,05$ maka terdapat perbedaan yang signifikan. Dari hasil rerata *pretest* dan *posttest* diketahui bahwa rerata *pretest* adalah 5,9 dan *posttest* 10,6. Hal ini menunjukkan bahwa tes ketepatan tendangan *shooting* menggunakan metode permainan target sesudah mendapat perlakuan lebih baik melalui permainan target yang telah disiapkan yaitu lima permainan target antara lain: *Goalling*, *Girshoot*, *zig-zag Shoot*, dan *Bolbal Shoot*. Dengan demikian terdapat peningkatan ketepatan *shooting* menggunakan metode permainan target pada permainan futsal.

5.2 Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait khususnya bagi para pelatih sebagai sarana mengevaluasi keberhasilan melatih futsal terutama pada kemampuan ketepatan *shooting*. Bagi pemain dapat mempelajari hal-hal yang dibutuhkan untuk mendukung kemampuan *shooting*.

5.3 Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat keterbatasan dan masih banyak terdapat kelemahan antara lain :

- 1) Sampel yang digunakan hanya 20 pemain. Apabila akan dilakukan penelitian kembali sebaiknya menggunakan sampel dengan jumlah yang lebih banyak.
- 2) Pada saat memberikan perlakuan beberapa sampel ada yang sedang cidera jadi, sehingga hasil kurang maksimal.
- 3) Pada saat pengambilan data beberapa sampel ada yang datang terlambat.

5.4 Saran

Peneliti menyarankan agar para pelatih pada penelitian ini agar dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk melatih tentang ketepatan *shooting*, bagi para pembaca bahwa penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi dan sumber informasi sehingga dapat memberikan gambaran mengenai cara meningkatkan kemampuan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal.