

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Data yang diperoleh berdasarkan data dari penelitian kemudian data diolah dan dianalisis sebagaimana mestinya, data yang didapatkan dari hasil data penelitian dan pemberian treatment sebanyak 12 kali perlakuan yang memakan waktu kurang lebih selama dua bulan pada anggota aktif Siswa Akademi Sepakbola BRT Tanjungsiang Subang. Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh *media Sport Massase* terhadap peningkatan *Agility* pada permainan sepakbola . Pada pengujian dari Uji Normalitas data melalui *pretest* dan hasil *posttest* 0,108 dan 0,471, yang berarti data normal karena melebihi 0,05 maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Kemudian hasil Uji Homogenitas pengaruh *Sport Massase* terhadap peningkatan *Agility* menunjukkan hasil yaitu 0,872 dikarenakan nilai signifikan $0,872 > \alpha = 0,05$ yang artinya H_0 diterima atau dapat dikatakan tidak adanya perbedaan varian yang signifikan antara test awal dan test akhir. Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bersifat homogen. Selanjutnya untuk menjawab apakah ada pengaruh atau tidaknya media Sport Massase tersebut dijawab dengan Uji Independent Sampel T-test bahwasanya nilai *P-value* (sig) dua arah yang menunjukkan hasil 0,003 lebih kecil dari 0,05 yang artinya bahwa H_1 diterima dan H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh media *Sport Massase* untuk memperbaiki peningkatan *Agility* pada permainan sepakbola.

Berdasarkan tabel yang dikemukakan di atas maka nilai dari sig sebesar $0.003 < 0.05$ dapat menunjukkan bahwa adanya suatu perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Sehingga terdapat adanya pengaruh yang dapat di buktikan terhadap apa yang menjadi pembeda dari perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel tersebut.

5.2 Implikasi

Dengan penelitian yang telah dilaksanakan berdasarkan peneliti selama dua bulan kurang maupun lebih peneliti berharap dapat memberikan implikasi untuk diberikan pada pembelajaran latihan maupun bermain dengan menggunakan

media *Sport Massase* dan cara penyampaian yang benar dan jelas. Penggunaan media *Sport Massase* ini dapat meningkatkan ketepatan *Agility* pada permainan sepakbola dan memberikan implikasi yaitu mempermudah dan memberikan kenyamanan terhadap anggota akademi club sepakbola BRT mempelajari hal-hal yang harus dipersiapkan dan juga diperhatikan terhadap permainan sepakbola.

5.3 Rekomendasi

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan peneliti berharap memberikan manfaat dari hasil penelitian sebagai berikut:

5.3.1 Bagi Anggota Club

Semoga bisa dijadikan tolak ukur untuk meningkatkan *Agility* pada permainan sepakbola dan juga anggota club yang melakukannya dengan rasa penuh kesenangan dan sungguh-sungguh agar lebih cepat meningkatkan kemampuan *Agility* pada permainan sepakbola. Diharapkan menggunakan media *Sport Massase* untuk meningkatkan *Agility* pada permainan sepakbola.

5.3.2 Bagi Pelatih

Untuk memberikan pertimbangan atau saran serta pencapaian yang dapat mendorong bagi pelatih Club Akademi Sepakbola BRT Tanjungsiang Subang untuk meningkatkan program latihan dengan lebih maksimal dan mencapai tujuan yang diharapkan dilapangan dengan menggunakan media manipulasi *Sport Massase* ini bertujuan untuk memperbaiki ketepatan *Agility* pada Club Akademi sepakbola BRT, karena dengan menggunakan media *Sport Massase* untuk dapat meningkatkan *Agility* pada permainan sepakbola.

5.3.3 Bagi Peneliti Lain

Untuk peneliti yang lain dalam penelitian kedepannya

diharapkan penelitian ini dapat menjadikan bahan *studi literature* untuk memperkuat dan juga memperkokoh penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.