

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Besarnya pengaruh latihan pitching dengan menggunakan string target terhadap pengembangan kontrol bola, ditunjukkan dengan adanya selisih skor rata-rata tes awal dan tes akhir kelompok A sebesar 9,2. Hal ini menunjukkan bahwa bentuk latihan pitching yang menggunakan string target mempunyai pengaruh yang berarti dalam pengembangan kontrol bola.

2. Besarnya pengaruh latihan pitching dengan menggunakan catcher langsung terhadap pengembangan kontrol bola, ditunjukkan oleh adanya selisih skor rata-rata tes awal dan tes akhir kelompok B sebesar 5,1. Hal ini menunjukkan bahwa bentuk latihan pitching yang menggunakan catcher langsung mempunyai pengaruh yang berarti dalam pengembangan kontrol bola.

3. Berdasarkan kesimpulan diatas, terlihat bahwa bentuk latihan pitching yang menggunakan string target mempunyai pengaruh yang lebih besar dari pada bentuk latihan pitching yang menggunakan catcher langsung terhadap pengembangan kontrol bola. Hal ini ditunjukkan oleh adanya selisih

perolehan pada akhir eksperimen pada kedua kelompok sebesar 4,1. Hal ini berarti bahwa bentuk latihan pitching yang menggunakan string target lebih efektif dari pada bentuk latihan pitching yang menggunakan catcher langsung terhadap pengembangan kontrol bola dalam permainan softball.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis laksanakan, ditemukan bahwa bentuk latihan pitching dengan menggunakan string target terbukti lebih efektif dalam mengembangkan kontrol bola, oleh karena itu penulis menyarankan sebagai berikut:

1. Perlu diterapkan atau diteruskan penggunaan bentuk latihan pitching dengan menggunakan string target dalam usaha untuk mengembangkan atau meningkatkan kontrol bola.
2. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah populasi dan sampel yang lebih besar serta waktu penelitian yang lebih lama, agar didapat hasil yang lebih baik dari pada yang telah penulis lakukan.
3. Kepada para pelatih dan pembina untuk lebih meningkatkan pembinaan olahraga softball sehingga olahraga softball dapat berkembang dengan baik.
4. Menggali teknik-teknik, metode, alat-alat bantu dalam usaha untuk meningkatkan mutu olahraga softball.