

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah dari pembahasan di atas analisis yang dilakukan maka penelitian ini dapat ditarik suatu kesimpulan yaitu: Kondisi Fisik Atlet Petanque Tanjung Jabung Timur dalam Persiapan PORPROV Ke XXIII Tahun 2023 pada kategori Cukup Dengan Persentase 56,22%.

#### **5.2 Implikasi**

Implikasi pada penelitian ini yaitu:

1. Hasil kondisi fisik pada penelitian ini diharapkan menjadi suatu acuan pelatih guna menghadapi Porprov yang akan dilaksanakan Bulan Juni 2023
2. Melalui tes ini dapat memperbaiki kekurangan dari individu atlet yang belum memiliki kondisi fisik yang baik, dan lebih menjaga serta meningkatkan kondisi fisik atlet yang sudah baik.

#### **5.3 Saran**

Dari kesimpulan diatas maka dapat disarankan kepada :

1. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan referensi dan acuan dalam pelaksanaan penelitian dimasa yang akan datang.
2. Akan mendapatkan sebuah pengalaman dalam hal mempraktekan ilmu penelitian, mengenai praktek pengumpulan data dan menganalisis data.
3. Dengan dijadikan suatu gambaran bahwa dengan semakin bagus kondisi fisik seorang atlet maka dapat pula menunjang prestasi atlet.