BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data ,diketahui latihan shooting dengan tendangan toe-kick bola bergerak kedepan pemain futsal putra di SMA Ferdy Ferry Putra Jambi. Pada tes awal jumlah skor keseluruhan 138 dengan rata-rata 11,5 dan setelah diberikan latihan shooting dengan tendangan toe-kick bola bergerak kedepan adanya peningkatan menjadi keseluruhan 261 dengan rata-rata 21,75 Maka dapat disimpulkan dari hasil analisis tersebut adanya peningkatan dari latihan shooting dengan tendangan toe-kick bola bergerak kedepan. Kesimpulan ini didukung hasil uji t yaitu $T_{hitung} > T_{tabel}$ ($3,35 > 3,05$). Hal ini berarti hipotesis penelitian diterima pada tingkat kepercayaan.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi pemain yang masih mempunyai control tendangan kecepatan yang rendah, agar lebih meningkatnya dengan cara latihan yang rutin salah satunya menggunakan latihan menendang bola menggunakan target.
2. Bagi pelatih agar memberikan latihan dengan metode latihan shooting yang efektif salah satunya dengan melatih beberapa macam teknik tendangan menggunakan target agar bisa melihat perkembangan kemampuan pemain dalam melakukan shooting.

Bagi peneliti selanjutnya hendaknya melakukan penelitian dengan sampel dan populasi yang lebih luas, serta variable yang berbeda sehingga shooting dengan tangan toe-kick teridentifikasi lebih luas.