

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dengan berdasarkan hasil dari analisis penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan di atas, dengan ini juga dapat disimpulkan sebagai berikut: bahwa, adanya pengaruh yang signifikan dari Pengaruh Latihan *Combination Zig-Zag Drill* Dan Variasi *Shooting* Terhadap Hasil Akurasi *Shooting* Futsal Pada Peserta Latihan Ekstrakurikuler Di SDN Bintara Jaya II Kec. Bekasi Barat. Hasil yang di dapat tersebut dinyatakan dalam nilai terbukti dengan $t_{hitung} 5.285 > t_{tabel (0.05)(19)} 2.093$, dan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$, dan kenaikan presentase sebesar 46.73%. Sehingga H_a dapat diterima.

Hal ini dapat di pastikan bahwa Latihan *Combination Zig-Zag Drill* Dan Variasi *Shooting* dapat meningkatkan akurasi dalam permainan futsal, jadi jika pemain futsal ingin meningkatkan akurasi *shooting*nya maka bisa membuat rancangan program Latihan *Combination zig-zag drill* dan variasi *shooting* dengan sistematis dan terencana.

B. Saran

Demi meningkatkannya produk atlet Indonesia serta memberikan pemasukan dalam sebuah pemikiran bagi kemajuan olahraga futsal khususnya

bagi bangsa Indonesia yang pada umumnya, saya sebagai peneliti memberikan beberapa saran dan masukan yang memungkinkan dapat membantu meningkatkan prestasi bagi olahraga terkhusus olahraga futsal yaitu sebagai berikut :

- a. Di dalam meningkatkan sebuah hasil ketepatan menendang bola ke arah gawang khususnya dalam olahraga bermain futsal, bentuk Latihan yang digunakan harus benar-benar efektif dan berguna bagi atlit dan mudah melakukannya.
- b. Segala bentuk Latihan berupa fisik maupun Teknik dalam permainan olahraga beregu khususnya futsal sangatlah beragam rupa, pelatih harus bisa memanfaatkan sarana dan prasarana yang ada bahkan bisa memodifikasi alat bila tidak ada dengan memfokuskan dalam pemberian Latihan secara optimal dan maksimal.
- c. Pelatih dapat memotivasi dan siap sedia memberikan masukan yang jelas agar atlet fokus dan semangat dalam melakukan Latihan

Adapun ada beberapa kesimpulan yang terdapat dalam penelitian di atas, ada sedikit beberapa juga saran yang dapat disampaikan yaitu :

1. Bagi peneliti, berharap selanjutnya sampel dapat bisa terkontrol
2. Bagi peneliti, lanjutannya agar menambah beberapa variabel pembanding

3. Di dalam skripsian ini tentunya masih banyak sekali kekurangan, maka dari itu peneliti berharap untuk selanjutnya pastinya hendak mengembangkan dan menyempurnakan penelitian yang telah di teliti ini.