

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa peranan penggunaan media *stroke accuracy trainer* terhadap ketepatan menembak pada atlet pemula olahraga *billiard* di *mario fun billiard* rawalumbu berjalan efektif. Sehingga proses pelatihan dapat berjalan lebih menarik dan interaktif, serta memudahkan atlet pemula dalam memahami dan menguasai teknik *stroke*. Penggunaan media *stroke accuracy trainer* terbukti mampu dalam meningkatkan hasil ketepatan menembak atlet pemula. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media latihan tersebut memberikan pengaruh positif terhadap pemahaman konsep dan penguasaan keterampilan dalam olahraga *billiard*.

Hasil pengujian hipotesis melalui uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai t hitung sebesar $-45,000$ dengan nilai signifikansi sebesar $0,000$. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari $0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian, penggunaan media *stroke accuracy trainer* terbukti memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan menembak pada atlet pemula olahraga *billiard* di Mario Fun Billiard Rawalumbu. Terjadinya peningkatan pada hasil ketepatan menembak dari sebelum menggunakan media *stroke accuracy trainer* dan sesudah menggunakannya. Dalam *pretest* ditemukan nilai rata – rata $6,94$ dengan nilai tertinggi 10 dan nilai terendah 4 , sedangkan *posttest* ditemukan nilai rata – rata $12,56$ dengan nilai tertinggi 16 dan nilai

terendah 9. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebesar 80%, sehingga penggunaan media *stroke accuracy trainer* terbukti dapat meningkatkan hasil ketepatan menembak dalam olahraga *billiard* di *mario fun billiard* rawalumbu.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, maka peneliti menyampaikan beberapa saran dalam peningkatan pelatihan *billiard*, yaitu sebagai berikut :

1. Bagi komunitas

Komunitas *billiard* diharapkan dapat memanfaatkan alat bantu latihan untuk meningkatkan kualitas permainan. Selain itu komunitas disarankan untuk membuat program latihan yang terstruktur dan berkelanjutan dengan memanfaatkan berbagai program latihan termasuk penggunaan alat bantu latihan. Kegiatan evaluasi seperti diskusi atau analisis video juga dapat dilakukan untuk membantu atlet pemula dalam memahami kesalahan dan meningkatkan performa secara berkelanjutan.

2. Bagi pelatih

Pelatih disarankan untuk menggunakan alat bantu dalam melatih teknik dasar *billiard* dikarenakan tidak sedikit atlet yang merasa bosan terhadap metode latihan yang sifatnya monoton, selain itu penggunaan alat bantu latihan dapat disesuaikan dengan tingkat kemampuan dari setiap atlet. Pelatih diharapkan melakukan evaluasi secara berkala terhadap perkembangan atlet dengan menggunakan alat bantu latihan baik melalui pengamatan langsung ataupun berbasis data.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang lebih mendalam terkait penggunaan alat bantu dalam olahraga *billiard*, khususnya pada aspek ketepatan menembak. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode latihan dengan desain yang lebih kompleks dan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, serta mempertimbangkan variabel lain seperti usia, pengalaman bermain, dan kondisi fisik atlet.