

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pemberian permainan *fun target ball* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan melempar pada atlet *bocce* tunagrahita di SMPLB Negeri Pembina Medan.

#### 5.2. Saran

Sebagai kelanjutan dari adanya kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini, maka dikemukakan beberapa hal yang dapat menjadi pertimbangan adalah sebagai berikut:

1. Sebagai pertimbangan bagi pelatih untuk memberikan variasi latihan dalam bentuk permainan seperti *fun target ball* agar atlet tidak mudah bosan dan jenuh pada saat latihan.
2. Bagi atlet *bocce* tunagrahita di SMPLB Negeri Pembina Medan disarankan untuk mengikuti semua program latihan yang diberikan oleh pelatih dengan teratur agar ketepatan melempar dapat meningkat.
3. Bagi Jurusan Ilmu Keolahragaan:
  - a. Sebagai pertimbangan untuk memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi tentang olahraga permainan *bocce*.
  - b. Sebagai pertimbangan untuk memanfaatkan penelitian ini sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya yang lebih mendalam.

4. Sebagai pertimbangan untuk penelitian selanjutnya:

- a. Dikarenakan dalam penelitian ini tidak adanya kelompok kontrol, sehingga peningkatan ketepatan melempar bisa saja tidak hanya dari latihan permainan *fun target ball* melainkan dari faktor-faktor lain. Untuk itu disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk menambahkan kelompok kontrol sebagai pembanding dalam eksperimen penelitian.
- b. Agar proses penelitian lebih maksimal maka disarankan untuk menambahkan jumlah tim peneliti agar lebih mudah mengontrol setiap atlet yang berkebutuhan khusus seperti tunagrahita.