

BAB V. KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji-t pada kelompok eksperimen diketahui bahwa kemampuan diperoleh nilai t_{hitung} (6,862) > t_{tabel} (2,16) dan nilai p (0,000) < dari 0,05. Hal tersebut menunjukkan ada perbedaan pada keterampilan akurasi *passing*. Sedangkan hasil uji-t pada data ketepatan *shooting* pada pemain SSB Pandanaran UNIMED Putri diperoleh nilai t_{hitung} (-5,244) > t_{tabel} (2,16) dan nilai p (0,000) < dari 0,05. Hal tersebut menunjukkan ada perbedaan pada kecepatan *dribbling*. Kedua hasil uji-t tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dari variasi latihan yang positif dan signifikan terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada pemain putri UNIMED 2022.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan yang sudah dipaparkan di atas, maka implikasi dari hasil penelitian adalah sebagai berikut.

1. Sebagai catatan yang bermanfaat bagi pelatih atlet Putri UNIMED 2022 mengenai data ketepatan *shooting* pada pemain .
2. Terdapat pengaruh model variasi latihan terhadap peningkatan akurasi ketepatan *shooting*, oleh karena itu penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi pelatih dalam membuat program latihan yang baik untuk meningkatkan ketepatan *shooting*.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi pemain yang masih mempunyai kemampuan keterampilan akurasi *passing* masih kurang maksimal, agar dapat melakukan latihan dengan model variasi latihan secara rutin agar dapat meningkatkan ketepatan *shooting*.
2. Bagi pelatih model latihan variasi dapat dijadikan sebagai salah satu program latihan untuk meningkatkan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal.
3. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya melakukan penelitian dengan sampel dan populasi yang lebih banyak dan lebih luas, serta variabel yang berbeda sehingga model variasi latihan yang berpengaruh terhadap ketepatan *shooting* dapat teridentifikasi secara lebih luas.