

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Mengacu pada hasil penelitian dan pembahasan seperti diuraikan pada bab sebelumnya maka dapat dikemukakan kesimpulan-kesimpulan, sebagai berikut:

1). Tingkat Kecepatan *Shooting* Sepak Bola Melalui Model Permainan Target Pada Club Putra Sikumana adalah berkategori baik. Keterampilan *Shooting* dalam permainan sepak bola merupakan hal yang penting untuk dapat dikuasai oleh pemain agar mampu melakukan penyerangan dengan baik, cepat dan mampu mencetak gol sebanyak mungkin. Keterampilan *Shooting* yang dimiliki pemain ini tidak lepas dari kegiatan latihan yang dilakukan.

2). Keterampilan Dasar Ketepatan *Shooting* dalam Permainan sepak bola Club Putra Sikumana adalah baik dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori baik dengan 4 atau 33,3%.

B. Saran

1. Bagi pemain Club Putra Sikumana

Upaya yang baik pemain agar hendaknya melakukan latihan secara rutin untuk meningkatkan kecepatan dan ketepatan dalam melakukan *shooting* bagi setiap pemain Putra Sikumana.

2. Bagi Pelatih Club Putra Sikumana.

Hendaknya pelatih melakukan latihan yang terprogram di setiap pertemuan untuk meningkatkan kinerja tim dan individu dalam memberikan efek dalam peningkatan kecepatan dan ketepatan dalam melakukan *shooting*.

3. Bagi manajemen Club Putra Sikumana.

Untuk manajemen Club Putra Sikumana, agar dapat memberikan fasilitas yang dibutuhkan dalam memberikan dampak yang baik dari latihan proses peningkatan kecepatan dan ketepatan dalam melakukan *shooting*. Dan akomodasi lain untuk kebutuhan tim Putra Sikumana.

4. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Direkomendasikan agar menambah sampel yang diteliti, misalnya meneliti pemain Putra Sikumana untuk seluruh kelompok umur sehingga dapat memperluas hasil penelitian ini.
- b. Disarankan agar menambahkan prediktor lain sebagai variabel independen seperti kekuatan otot paha, power *shooting*, dan kelenturan tubuh, sehingga bisa diketahui pengaruhnya terhadap kecepatan dan ketepatan menembak bola.