

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengelolaan data dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh sesudah diberikan latihan *pointing* menggunakan media paralon terhadap keterampilan *pointing* pada posisi jongkok lebih baik dari pada sebelum melakukan latihan *pointing* menggunakan media paralon terhadap keterampilan *pointing* posisi jongkok jarak 8 meter pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak.

1. Keterampilan *pointing* posisi jongkok pada jarak 8 meter sebelum diberikan latihan *pointing* menggunakan media paralon pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak diperoleh nilai L_{maks} 0,161 dengan rata-rata sebesar 14 dengan kategori sedang.
2. Keterampilan *pointing* posisi jongkok pada jarak 8 meter sesudah diberikan latihan *pointing* menggunakan media paralon pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak diperoleh nilai L_{maks} 0,182 dengan rata-rata sebesar 20 dengan kategori tinggi.
3. Terdapat pengaruh latihan menggunakan media paralon terhadap keterampilan *pointing* posisi jongkok jarak 8 meter pada pemain *petanque* IKIP PGRI Pontianak dengan nilai L_{maks} *Pretest* 0,161 dan nilai L_{maks} *Post-test* 0,182.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pengelolaan data di atas maka dapat direkomendasikan hal-hal sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian yang serupa, maka disarankan untuk membuat perencanaan yang matang atau teknis lapangan yang tepat sehingga tujuan yang diinginkan dapat tercapai.

2. Adanya penelitian ini menggunakan program latihan *pointing* dengan menggunakan media paralon bisa menjadi sumbangan bagi pelatih/pengurus tim *petanque* untuk dapat diterapkan dalam rangka perbaikan sarana dan prasarana dalam proses latihan untuk sehingga keterampilan *pointing* lebih baik.
3. Memberi manfaat bagi pemain untuk dapat meningkatkan kemampuan *pointing* dalam permainan olahraga *petanque*.