

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. SIMPULAN

Berdasarkan analisis data pada bab 4 maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat pengaruh latihan atensi terhadap perbedaan peningkatan keterampilan memukul antara kelompok treatment dan kelompok Kontrol, namun meskipun nilai rata-rata kelompok kontrol masih tetap lebih tinggi dibandingkan kelompok treatment, kenaikan nilai yang lebih tinggi didapat pada kelompok treatment.
2. Tidak terdapat pengaruh latihan atensi terhadap perbedaan peningkatan kemampuan konsentrasi yang nyata antara kelompok kontrol dan treatment dalam hal kemampuan atensi.
3. Terdapat hubungan yang nyata antara atensi dan keterampilan memukul.

B. IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Untuk guru penjas maupun pelatih, alangkah baiknya memberikan latihan atensi disamping materi pembelajaran yang diberikan, agar para siswa dapat fokus pada apa yang kita sampaikan, dengan memiliki kemampuan atensi dan konsentrasi yang baik, guru atau pelatih tidak perlu mengulang materi karena siswa tidak memperhatikan. dengan begitu materi dan informasi yang tersampaikan akan lebih banyak dan mampu diserap oleh siswa sehingga siswa dapat mencapai prestasi yang maksimal. Terutama untuk ekstrakurikuler penerapan latihan atensi sangat dianjurkan, karena olahraga softball merupakan olahraga minoritas, mungkin banyak siswa yang baru mengetahui softball dari ekstrakurikuler maupun ukm. Karena dengan ditambahkan latihan atensi dapat meningkatkan kerampilan motorik lainnya khususnya keterampilan memukul, sehingga pemula bisa lebih cepat meningkatkan keterampilannya dan bisa menjadi motivasi untuk terus belajar dan berprestasi.