

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Media latihan Target *Shooting* berhasil dikembangkan melalui penelitian dan pengembangan model Sugiyono. Kesimpulannya adalah media tersebut layak digunakan untuk atlet junior bola tangan Kabupaten Banyumas.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, saran-saran berikut dapat diusulkan:

1. Media Target *Shooting* perlu dikembangkan lebih lanjut dengan menguji efektivitas terhadap hasil *shooting* atlet junior bola tangan.
2. Disarankan media ini dapat dikembangkan dengan alat dan bahan yang lebih tahan lama.
3. Diharapkan media ini dapat digunakan oleh atlet bola tangan dalam latihan rutin khususnya pada teknik dasar *shooting*.