

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian para ahli dan uji coba produk lapangan terhadap variasi latihan taktik yang dikembangkan bahwa produk variasi-variasi latihan taktik ini layak digunakan. Hal ini dikarenakan dalam produk pengembangan variasi latihan taktik ini terdapat aplikasi yang sistematis sehingga membuat atlet mudah untuk memahami bermain dengan formasi. Serta latihan-latihan yang mendukung proses bermain dengan formasi seperti: *passing, moving, heading, shooting, crossing, throw in* dan *ball feeling*.

Produk dari kegiatan penelitian pengembangan ini berupa video dan buku panduan melakukan variasi-variasi latihan taktik formasi dengan jumlah variasi sebanyak 5 variasi, yaitu:

1. Variasi latihan *passing, move and crossing, heading* (Pamo & Cring)
2. Variasi latihan *passing, move and shooting* (pamosh)
3. Variasi latihan *throw in*
4. Variasi latihan *long pass*
5. Variasi latihan *corner*

B. SARAN

Berdasarkan hasil dari uji coba lapangan dan hasil pembahasan peneliti, maka dapat disarankan bahwa:

- a. Agar produk variasi latihan taktik formasi 4-3-3 sepak bola ini dapat digunakan oleh para atlet dan pelatih, serta seluruh masyarakat sepak bola, sebaiknya dicetak atau diproduksi lebih banyak lagi dalam upaya mempublikasi, sosialisasi sehingga dapat diaplikasikan dalam jangkauan yang lebih luas.
- b. Sebelum disebarluaskan sebaiknya variasi latihan taktik formasi 4-3-3 sepak bola ini disusun kembali untuk menjadi lebih baik, meliputi kemasan, isi dari materi.
- c. Untuk subyek penelitian sebaiknya dilakukan pada subyek yang lebih luas, baik itu dari jumlah subyek maupun jumlah SSB/Club yang digunakan sebagai kelompok uji coba.
- d. Hasil pengembangan variasi latihan taktik formasi 4-3-3 sepak bola dapat disebarluaskan pada SSB di Indonesia.