

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diambil beberapa kesimpulan ialah terdapat pengaruh latihan *ball feeling* terhadap kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler futsal MTs Swasta Cendekia Medan dan hasil perbandingan latihan *ball feeling* memberi pengaruh terhadap kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler futsal MTs Swasta Cendekia Medan, dengan waktu tercepat yang didapat pada saat *pretest* sebesar 15.55 detik dan *posttest* memiliki waktu tercepat sebesar 13.10 detik, kemudian waktu terlama pada saat *pretest* sebesar 28.15 detik dan waktu terlama pada saat *posttest* sebesar 15.28 detik.

5.2 Saran

Adapun saran yang dapat peneliti berikan terkait dengan hasil penelitian ialah bagi peneliti selanjutnya agar menambahkan variabel perbandingan, menambah sampel, kalau bisa sampel tersebut lebih dikontrol, menambah program latihan *dribbling* dengan terprogram, program latihan diperbaiki. Selanjutnya kepada guru pendidikan jasmani atau pelatih usahakan menjadikan kegiatan ekstrakurikuler futsal tersebut sebagai alat ukur untuk mengetahui seberapa besar keterampilan yang dimiliki siswanya dan sekolah juga dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk mencari bibit atlet futsal di sekolah-sekolah yang membuka ekstrakurikuler futsal.