

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari uji coba dan hasil pembahasan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan latihan yang dilaksanakan atlet dengan bentuk variasi latihan yang dikembangkan peneliti dalam melaksanakan kombinasi teknik dasar *passing-shooting* pada olahraga permainan futsal di ekstrakurikuler SMA Negeri 18 Medan mendapatkan hasil yang memuaskan, variasi yang dikembangkan peneliti tersebut dapat membantu siswa dalam meningkatkan teknik dasar kombinasi *passing-shooting* dalam olahraga permainan futsal. Dari hasil angket ahli pada uji coba kecil dan uji coba besar menyatakan bahwa variasi latihan kombinasi teknik dasar *passing-shooting* pada olahraga permainan futsal ini sangat layak digunakan pada kegiatan latihan futsal dan semoga kedepannya pelatih lebih banyak dan lebih kreatif dalam mengembangkan suatu variasi latihan agar membantu atlet dalam membangun teknik dasar tersebut.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil uji coba lapangan hasil pembahasan peneliti, maka dapat disarankan bahwa kepada peneliti berikutnya yang ingin mengembangkan variasi latihan kombinasi teknik dasar *passing-shooting* pada olahraga permainan futsal di ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 18 Medan hendaknya juga diteliti lebih lanjut dan dikembangkan lagi dari kegiatan variasi yang dikembangkan berbentuk video sehingga diperoleh produk yang lebih sempurna, agar variasi latihan

kombinasi teknik dasar *passing-shooting* pada olahraga permainan futsal ini dapat digunakan oleh para pelatih untuk kegiatan latihan yang lebih baik kedepannya dan terkhusus dalam meningkatkan teknik dasar kombinasi *passing-shooting* pada atlet, sehingga nantinya para pelatih dan atlet dapat memahami dengan baik.



THE
Character Building
UNIVERSITY