

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Bentuk latihan kombinasi *passing, control, dribbling* lebih efektif dan efisien untuk dilakukan atlet pemula dan dapat meningkatkan penalaran atlet pemula.
2. Dengan bentuk latihan yang bernuansa huruf, menarik atau tidak membosankan, semangat dan senang maka atlet pemula akan bersungguh-sungguh dan termotivasi untuk melakukan latihan serta mencapai tujuan latihan itu sendiri.
3. Dengan pengembangan model latihan kombinasi *passing, control, dribbling* dalam sepakbola akan bermanfaat untuk digunakan dalam meningkatkan kemampuan kombinasi *passing, control, dribbling* itu sendiri baik di sekolah sepakbola, klub dan sekolah formal.

B. Saran

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

- a. Agar produk model latihan kombinasi *passing, control, dribbling* sepakbola dapat digunakan oleh para atlet pemula dan pelatih, serta seluruh masyarakat sepakbola,

sebaiknya dicetak atau diproduksi lebih banyak lagi dalam upaya mempublikasi, sosialisasi sehingga dapat diaplikasikan dalam jangkauan yang lebih luas.

- b. Untuk subyek penelitian sebaiknya dilakukan pada subyek yang lebih luas, baik itu dari jumlah subyek maupun jumlah klub sepakbola yang digunakan sebagai kelompok ujicoba.
- c. Sebelum disebarluaskan sebaiknya model latihan kombinasi *passing*, *control*, *dribbling* sepakbola disusun kembali untuk menjadi lebih baik, meliputi kemas, isi dan materi.
- d. Untuk memperkuat hasil penelitian maka harus dibuat model latihan kombinasi *passing*, *control*, *dribbling* sepakbola yang dikembangkan dengan bentuk penelitian yang lain pada sampel yang lebih luas.
- e. Hasil pengembangan model latihan kombinasi *passing*, *control*, *dribbling* sepakbola dapat disebarluaskan pada klub sepakbola, sekolah sepakbola dan juga sekolah yang ada di Indonesia.
- f. Kepada peneliti berikutnya model bentuk latihan kombinasi *passing*, *control*, *dribbling* yang sudah dibakukan serta diuji cobakan, hendaknya jugak dapat menyelesaikan persoalan-persoalan yang ada di sekolah sepakbola yang bersangkutan.