BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Bentuk model latihan *dribbling* lebih efektif dan efisien untuk dilakukan pemainusia 14-15 tahun dan dapat meningkatkan penalaran pemain.
2. Dengan bentuk-bentuk model latihan yang menarik atau tidak membosankan, semangat dan senang maka pemain akan bersungguh-sungguh dan termotivasi untuk melakukan latihan serta mencapai tujuan latihan itu sendiri.
3. Dengan pengembangan model latihan *dribbling* dalam sepakbola akan bermanfaat untuk digunakan dalam meningkatkan kemampuan, *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:

1. Agar produk model latihan *dribbling* sepakbola dapat digunakan oleh para pemain 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.

2. Untuk subyek penelitian sebaiknya dilakukan pada subyek yang lebih luas, baik itu dari jumlah subyek maupun jumlah klub sepakbola yang digunakan sebagai kelompok uji coba.
3. Sebelum disebarluaskan sebaiknya model latihan *dribbling* dalam permainan sepakbola disusun kembali untuk menjadi lebih baik, meliputi kemasan, isi dan materi.
4. Untuk memperkuat hasil penelitian maka harus dibuat model latihan *dribbling* dalam permainan sepakbola yang dikembangkan dengan bentuk penelitian yang lain pada sampel yang lebih luas.
5. Hasil pengembangan model latihan *dribbling* dalam permainan sepakbola dapat disebarluaskan pada klub sepakbola, sekolah sepakbola dan juga sekolah yang ada di Indonesia.
6. Kepada peneliti berikutnya model latihan *dribbling* dalam permainan yang sudah dibakukan serta diuji cobakan, hendaknya juga dapat menyelesaikan persoalan-persoalan yang ada di sekolah sepakbola yang bersangkutan.

THE Character Building UNIVERSITY