

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pengembangan variasi latihan untuk meningkatkan ketepatan passing futsal pada tim SMA Swasta Budisatrya dinyatakan layak dan efektif digunakan. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji coba kecil dengan total skor 700 poin (87,50%) dan uji coba besar dengan total skor 1398 poin (87,37%), yang keduanya termasuk kategori sangat baik. Penerapan variasi latihan terbukti mampu meningkatkan ketepatan passing, motivasi berlatih, serta membuat proses latihan menjadi lebih menarik dan bervariasi. Dengan demikian, produk latihan ini dapat dijadikan alternatif model latihan teknik dasar passing yang bermanfaat bagi pelatih dan pemain futsal di lingkungan sekolah.

#### **5.2. Saran**

Yang menjadi saran dalam penelitian ini adalah :

##### **1. Bagi Pelatih Futsal:**

Diharapkan dapat memanfaatkan produk variasi latihan ini sebagai referensi dalam menyusun program latihan yang menarik, efektif, dan sesuai dengan kemampuan pemain.

##### **2. Bagi Pemain Futsal:**

Disarankan agar menerapkan variasi latihan ini secara rutin agar kemampuan ketepatan passing semakin meningkat dan stabil dalam pertandingan.

3. Bagi Sekolah atau Klub:

Diharapkan mendukung pelaksanaan latihan dengan menyediakan fasilitas yang memadai agar penerapan variasi latihan dapat berjalan optimal.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Dapat melakukan pengembangan lanjutan dengan menambahkan aspek lain seperti ketepatan shooting, kontrol bola, atau pengambilan keputusan dalam situasi permainan agar produk latihan menjadi lebih komprehensif.

