

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan temuan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan jika, metode latihan *small sided games* mendapatkan pengaruh yang signifikan, masuk dalam kategori tinggi dan cukup efektif dalam meningkatkan penguasaan teknik dasar futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal SMP NEGERI 66 BANDUNG, dimana metode *small sided games* ini memberikan siswa mendapatkan sentuhan lebih banyak terhadap bola, mendapatkan waktu bermain lebih banyak dan seperti permainan sesungguhnya.

5.2 Implikasi

peneliti ini telah menunjukkan bahwa materi latihan yang tepat sangat penting dalam menunjang keberhasilan suatu program latihan, sehingga tujuan latihan dapat tercapai salah satunya yaitu mempengaruhi teknik dasar futsal. Dengan demikian penerapan materi latihan haruslah di perhatikan oleh para Pembina olahraga atau pelatih untuk menghasilkan suatu program latihan yang efektif dan efisien khususnya pada cabang olahraga futsal.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan diatas, dikemukakan beberapa rekomendasi sebagai berikut :

1. untuk pembina olahraga atau pelatih harus dapat mengembangkan dan mengoptimalkan materi latihan yang sesuai dengan situasi dan kondisi saat itu sehingga berperan dalam keberhasilan siswa khususnya dalam meningkatkan penguasaan teknik dasar.
2. Untuk siswa hendaklah tetap berlatih secara terprogram agar dapat meningkatkan dan mengembangkan keterampilan bermain futsal secara team ataupun individu.
3. Untuk peneliti selanjutnya, hendaknya perlu adanya penambahan variable lain yang lebih menyempurnakan pada aspek lain sehingga adanya pengaruh langsung dan tidak langsung dalam mempengaruhi suatu variable.