

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, pembahasan, dan perbandingan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Latihan *small sided games* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping*.
2. Latihan *small sided games* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *dribbling*.
3. Latihan *small sided games* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *shooting*.
4. Latihan *small sided games* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan sepakbola pada siswa akademi persib kota Bandung usia 14 Tahun

#### **5.2 Implikasi**

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini berimplikasi: jika seseorang pemain atau pelatih mengetahui bahwa metode latihan *small sided games* mampu meningkatkan keterampilan teknik dasar permainan sepakbola, maka latihan ini dapat dijadikan sebagai referensi dan dapat digunakan untuk variasi bentuk latihan.

#### **5.3 Saran**

Berdasarkan hasil keseluruhan dan pembahasan pada penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi pelatih Akademi Persib, supaya selalu memberikan program latihan yang efektif dan efisien tergantung dari kebutuhan pemain yang mengikuti latihan, khususnya pada program latihan *passing*, *stopping*, *dribbling*, dan *shooting*
2. Bagi pemain atau siswa Akademi Persib yang mengikuti latihan sepakbola supaya terus berusaha meningkatkan keterampilan yang menjadi dasar dalam bermain sepakbola *passing*, *stopping*, *dribbling*, dan *shooting*

Muhammad Rijal Darmawan, 2023

**PENGARUH METODE LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN SEPAKBOLA PADA SISWA AKADEMI PERSIB KOTA BANDUNG USIA 14 TAHUN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu. | perpustakaan.upi.edu