

## **BAB V**

### **KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah diolah dan dianalisis, maka kesimpulannya adalah terdapat Pengaruh yang signifikan Metode Latihan Small Sided Games Terhadap Performa Pemain Pada Cabor Sepak Bola berdasarkan hasil uji statistic parametric paired sample T test.

#### **5.2 Implikasi**

Berdasarkan kesimpulan di atas, dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian yaitu dapat diketahui pengaruh antara metode latihan small sided games dengan performa pemain. Pada pemain PS Madukara memperoleh hasil yang signifikan sehingga faktor atau variabel tersebut dapat menunjang performa Pada pemain PS Madukara.

#### **5.3 Saran**

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya lebih meningkatkan kualitas penelitian dengan menggunakan instrumen yang lebih baik lagi atau menambah cakupan penelitian yang lebih luas, dengan menambah jumlah sampel yang akan diteliti serta menambahkan variabel lainnya, misalnya fisik, psikis, taktik, pelatih, sarana dan prasarana latihan, latihan, sosial, dan sebagainya.

Adapun untuk pemain PS Madukara lebih meningkatkan lagi pengambilan keputusan, keterampilan, dan dukunganya yang nantinya akan bermanfaat bagi pemain, sehingga performa akan meningkat.

Demikian kesimpulan, dan saran yang penulis sampaikan setelah melakukan penelitian mengenai pengaruh antara metode latihan small sided games dengan performa pemain pada cabor sepak bola, semoga penelitian ini bermanfaat dan menjadi referensi untuk seluruh mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir.