

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan *Ball Feeling* Terhadap Kemampuan *Passing* Dan *Dribbling* Dalam Sepakbola Wanita Akademi Persib Usia 15-16 Tahun” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan *Ball Feeling* dengan kemampuan *Passing* siswa akademi Persib usia 15-16 tahun, dengan pembuktian uji wilcoxon dengan peningkatan sebesar 12,7%,
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan *Ball Feeling* dengan kemampuan *Dribbling* siswa akademi Persib usia 15-16 tahun, dengan pembuktian uji *paired t-test* dengan peningkatan selisih sebesar 6,8%,
3. Metode latihan *Ball Feeling* memiliki pengaruh terhadap peningkatan kemampuan *passing* maupun *dribbling*, akan tetapi peningkatan kemampuan *passing* lebih baik sebesar 12,7%. Bila dibandingkan peningkatan kemampuan *passing* unggul sebesar 5,9%.

5.2 Implikasi

Implikasi yang peneliti harapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dapat dijadikan sumber referensi bagi pelatih olahraga terutama pada pelatih cabang olahraga sepakbola, lebih mengkerucutnya pelatih cabang olahraga sepakbola putri pada rentang usia 15-16 tahun,
2. Menjadikan penelitian ini menjadi perkembangan untuk penelitian selanjutnya bagi mahasiswa olahraga, pelatih olahraga, dan peneliti lainnya.

5.3 Saran

Peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya sebagai berikut:

1. Waktu pelaksanaan *treatment Ball Feeling* dan *Passing*, kelompok subjek tidak dikumpulkan atau dikarantina sehingga tidak ada kontrol terhadap aktivitas yang dilakukan sampel di luar latihan, melainkan tinggal di rumah masing-masing. Secara tidak langsung hal ini dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Untuk peneliti selanjutnya baiknya melakukan karantina terhadap sampel penelitian.

2. Program latihan yang bercampur dengan program latihan lainnya yang diberikan pelatih, dengan adanya hal tersebut secara tidak langsung dapat mempengaruhi hasil penelitian. Sebaiknya untuk peneliti selanjutnya program latihan tidak bercampur dengan program latihan teknik lainnya.
3. Melakukan penelitian dengan sampel yang lebih banyak sehingga akurasi data yang di dapatkan lebih banyak, dan menghasilkan persentase peningkatan dapat dijadikan patokan secara luas.
4. Melakukan penelitian dengan latar belakang usia, tempat sampel berbeda.
5. Melakukan penelitian dengan metode latihan modifikasi latihan *ball feeling*.

Ryan AdriAn, 2023

***PENGARUH LATIHAN BALL FEELING TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING
TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING DALAM SEPAKBOLA WANITA AKADEMI
PERSIB USIA 15-16 TAHUN***

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