

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Variasi Latihan *Ball Feeling* Terhadap Keterampilan *Short Passing Stopping* Bola dalam Permainan Sepakbola” dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 5.1.1 Terdapat pengaruh yang signifikan kelompok yang diberikan variasi latihan *ball feeling* terhadap keterampilan *short passing stopping* bola dalam permainan sepakbola pada siswa SSB Java One Top usia 10 tahun.
- 5.1.2 Tidak terdapat pengaruh yang signifikan kelompok yang tidak diberikan variasi latihan *ball feeling* terhadap keterampilan *passing stopping* bola dalam permainan sepakbola pada siswa SSB Java One Top usia 10 tahun.
- 5.1.3 Terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok yang diberikan variasi latihan *ball feeling* dan kelompok yang tidak diberikan variasi latihan *ball feeling* terhadap keterampilan *short passing stopping* dalam permainan sepakbola.

5.2 Implikasi

Implikasi yang peneliti harapkan dari penelitian ini yaitu dapat dijadikan sebagai rujukan atau referensi para pembaca, olahragawan, para pelatih, dan khususnya untuk masyarakat yang bergelut dibidang olahraga permainan sepakbola. Dan peneliti berharap bahwa variasi latihan *ball feeling* dapat dijadikan sebagai salah satu program latihan pesepakbola pemula usia 10 tahun.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian ini masih terdapat ruang untuk pengembangan lebih lanjut, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

- 5.3.1 Penelitian selanjutnya dapat menggunakan sampel yang lebih banyak agar mendapatkan data yang lebih akurat.
- 5.3.2 Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian pengaruh eksperimen dengan jangka panjang atau jangka pendek dari variasi latihan *ball feeling* terhadap keterampilan *short passing stopping* dalam permainan sepakbola.
- 5.3.3 Penelitian selanjutnya sebaiknya melakukan wawancara mendalam terhadap sampel untuk mendapatkan pemahaman lebih ketika memberikan perlakuan variasi latihan *ball feeling*.