

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan Bervariasi Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Dalam Cabang Olahraga Futsal” dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Metode latihan bervariasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *passing* pada cabang olahraga futsal
- 5.1.2 Metode latihan konvensional memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *passing* pada cabang olahraga futsal
- 5.1.3 Metode latihan bervariasi memberikan pengaruh yang lebih signifikan dibandingkan dengan metode konvensional terhadap peningkatan keterampilan *passing* pada cabang olahraga futsal

5.2 Implikasi

Implikasi yang peneliti harapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 5.2.1 Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi para pelatih dalam mengembangkan metode pelatihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* dalam konteks cabang olahraga futsal.
- 5.2.2 Menjadikan penelitian ini sebagai referensi bagi pengembangan penelitian berikutnya, terutama bagi mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga dan pihak-pihak terkait lainnya yang tertarik dalam eksplorasi lebih lanjut di bidang ini.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis ingin menyampaikan beberapa hal sebagai masukan dan rekomendasi setelah melaksanakan seluruh rangkaian penelitian ini sebagai berikut:

- 5.3.1 Para pelatih dapat menerapkan metode latihan bervariasi dan konvensional guna meningkatkan keterampilan *passing* pada cabang olahraga futsal dengan menambah lebih banyak lagi variasi serta pola dengan *passing* ke target

kosong dan pemain yang lebih banyak bergerak dan menjemput bola.

5.3.2 Bagi peneliti selanjutnya, penulis berharap penelitian ini dapat dijadikan referensi dan dapat menyempurkan penelitian yang sudah dikerjakan dengan wawasan dan cakupan yang lebih luas.