

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Perbandingan Hasil Latihan *Passing Diamond* Menggunakan Metode Distribusi Dengan Metode Padat Terhadap Peningkatan Keterampilan *Short Passing Stopping* Pemain Sepakbola” dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Terdapat pengaruh latihan *passing diamond* menggunakan metode distribusi terhadap peningkatan keterampilan *short passing stopping* dalam permainan sepakbola.
- 5.1.2 Terdapat pengaruh latihan *passing diamond* menggunakan metode padat terhadap peningkatan keterampilan *short passing stopping* dalam permainan sepakbola.
- 5.1.3 Terdapat perbedaan pengaruh hasil latihan *passing diamond* menggunakan metode distribusi dengan metode padat terhadap peningkatan keterampilan *short passing stopping* dalam permainan sepakbola.

5.2 Implikasi

Implikasi yang peneliti harapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 5.2.1 Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber referensi bagi para pelatih dalam melatih keterampilan *short passing stopping*.
- 5.2.2 Menjadikan penelitian ini referensi pengembangan penelitian selanjutnya bagi mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga, dan lain sebagainya.

5.3 Rekomendasi

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

- 5.3.1 Para pelatih dapat menerapkan bentuk latihan *passing diamond* menggunakan (metode distribusi dan metode padat) guna meningkatkan keterampilan *short passing stopping* pemain sepakbola.