

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “PENGARUH VARIASI LATIHAN METODE *DRILL SHOOTING* TERHADAP AKURASI *SHOOTING* KE GAWANG PADA AKADEMI PERSIB U-15” dapat disimpulkan sebagai berikut:

Terdapat pengaruh yang signifikan latihan variasi *drill shooting* terhadap akurasi *shooting* ke gawang pada akademi persib u-15.

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 cabang olahraga sepak bola. Dan peneliti berharap bahwa latihan variasi *drill shooting* dapat dijadikan sebagai salah satu program latihan pemain sepak bola u-15.

5.3 Rekomendasi

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

1. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan sampel yang lebih banyak agar mendapatkan data yang lebih akurat.
2. Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian membandingkan metode latihan variasi *drill shooting* dengan metode latihan yang lain terhadap ketepatan *shooting* pemain sepak bola u-15.
3. Penelitian selanjutnya untuk para pelatih bisa memilih metode latihan yang baik yaitu diantaranya bisa menggunakan metode *drill shooting* yang variasikan agar pemain tidak merasa bosan dalam berlatih.

DAFTAR PUSTAKA

- Atiq, A.(2018). Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Sepak Bola Berbasis Bermain Untuk Atlet Pemulausia 8-12 Tahun.Sidoarjo : Zifatama
- Amir, M. F. (2015, October). Pengaruh pembelajaran kontekstual terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika siswa sekolah dasar. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan* (pp. 34-42)
- Azhari, M. T., Al Fajri Bahri, M. P., Asrul, M. S., & Rafida, T. (2023).
Metode Penelitian Kuantitatif. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Afrizal, Afrizal. "Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya." *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2.2 (2018): 91-106.
- Dipiarsa, P., dkk. (2020). Analisis Gerak Pada *Shooting* Menggunakan Punggung Kaki Dalam Olahraga Sepak Bola (Studi Kasus Pada Sekolah Sepak bola Putra AremaU-15. *Jurnal Sport Science Health*, 2(2).
- Dhimas, A., Ahmad, A., & Hidasari, F. P. (2020). PENGARUH VARIASI LATIHAN TERHADAP AKURASI *SHOOTING* SEPAK BOLA. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 10(1).
- Fadi1, G. Y., & Sutresna, N. (2019). Penerapan Metode Latihan 8-Point Star *Drill* terhadap Peningkatan Kecepatan Reaksi Penjaga Gawang Cabang Olahraga Futsal. *Jurnal Kepelatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia*, 107- 108.
- Falmuariat, Qurratu, Thresya Febrianti, and Mustakim Mustakim. "Risk Factors for Stunting in Toddlers in Developing Countries." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi* Guritno, S., & Rahardja, U. (2011). *Theory and Application of IT Research: Metodologi Penelitian*

Teknologi Informasi. Penerbit Andi.

Hidayat, A.(2016). Pengaruh Metode Latihan Bentuk Bermain dan Bentuk

Hanif, A. S. (2021). *Sepak Takraw Untuk Pelajar-Rajawali Pers*. PT. Raja Grafindo Persada.

Irawan, G., Sugiarto, T., & Kurniawan, A. W. (2019). Upaya meningkatkan akurasi teknik passing menggunakan metode *drill* pada kegiatan ekstrakurikuler

sepak bola. *Jurnal penjakora*, 6(2), 92-101.

Irfan, Muhammad, et al. "Kemampuan teknik dasar sepak bola." *Jurnal Patriot* 2.3(2020): 720-731

Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasarsepak bola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.

Irfan, Muhammad, et al. "Kemampuan teknik dasar sepak bola." *Jurnal Patriot* 2.3(2020): 720-731

Jaedun, A. (2011). Metodologi penelitian eksperimen. *Fakultas Teknik UNY*, 12. Latihan terhadap Passing Bawah dan Kontrol sepak Bola. Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Semarang.

Likardi, L., Triansyah, A., & Haetami, M. PENGARUH VARIASI LATIHAN TERHADAP KETERAMPILAN PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA DI EKSTRAKURIKULER SMPN 3 PONTIANAK.

Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK), 8(2).

Muslim, M. A., & Rahmat, A. (2021). PERBEDAAN KETEPATAN PASING KAKI BAGIAN DALAM DANKAKI BAGIAN LUAR DALAM

PERMAINAN SEPAK BOLA. *Jurnal Pendidikan Dasar Setiabudhi*, 5(1), 30-40.

Mustakim, M. (2022). *PENGARUH LATIHAN RESITANCE BAND DAN RESISTANCEBAND LEG PRESS TERHADAP POWER OTOT TUNGKAI ANGGOTA UKM FUTSAL STKIP PGRI PACITAN*

TAHUN 2022 (Doctoral
dissertation, STKIP PGRI PACITAN).

Muhajir. (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bandung: Yudistira.

Pane, B. S. (2015). Peranan olahraga dalam meningkatkan kesehatan. *Jurnal; pengabdian kepada masyarakat*, 21(79), 1-4.

Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books. Prasetyo, Bimo, Andika Triansyah, and Mimi Haetami. "PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN MEDIA TARGET TERHADAP KETEPATAN HASIL SHOOTING SEPAK BOLA." *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)* 8.7: 325-334.

Rivai, M., Atiq, A., & Triansyah, A. (2019). Pengaruh Metode Latihan *Drill* Terhadap Keterampilan Passing Sepak bola Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 8 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 8(3).

Ria, L. (2013). Teori Kepeleatihan Olah raga. Jakarta: Copyright For Langkor
Rahmad, H. A. (2016). PENGARUH PENERAPAN
DAYA

TAHAN KARDIOVASKULER (VO2MAX). *Jurnal Curricula*.
Sutopo,

Wisnu Guntur, Aziz Kurniawan, and Muhamad Usman Rozaki. "Survei Teknik Dasar Bermain Sepak Bola pada Atlet Usia 13-16 Tahun di SSB Bharata Putra Sempor." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6.2 (2022): 15701-15710.

Saputra, Fiko Surya. *SURVEI KONDISI FISIK ATLET UKM FUTSAL STKIP PGRI PACITAN TAHUN 2021*. Diss. STKIP PGRI PACITAN, 2021.

Yusup, Febrinawati. "Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif." *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 7.1 (2018).

Zulwandi, Y., and R. Irawan. "Metode Latihan Sirkuit Berpengaruh

Terhadap Akurasi *Shooting* Sepak bola Yogi." *Jurnal Patriot 2* (2018): 975-983.

Raharjo, S. M. (2018). Pengembangan alat target tendangan untuk melatih akurasi *shooting* pemain sepak bola. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 14(2), 164-177.

Istofian, R. S., & Amiq, F. (2016). Metode *drilll* untuk meningkatkan teknik menendang Bola (*Shooting*) dalam permainan sepak bola usia 13-14 tahun. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 1(1).