

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

1.1 Simpulan

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- 1.1.1 Terdapat pengaruh *Ball feeling* terhadap kelincahan *dribbling* dalam permainan sepak bola.
- 1.1.2 Terdapat besaran pengaruh *Ball feeling* terhadap kelincahan *dribbling* dalam permainan sepak bola. Berdasarkan hasil perhitungan, besaran pengaruh tersebut dapat dilihat pada Uji Hipotesis dengan menggunakan perhitungan Uji *Paired Sample t-test*, bahwa nilai sig yang didapat adalah $(0.017) < (0.05)$ yang dapat disimpulkan bahwa penelitian yang peneliti ambil ini memberikan pengaruh.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti akan mengungkapkan beberapa implikasi dari hasil penelitian sebagai berikut:

- 1.2.1 Secara teoritis, hasil penelitian dapat menambah pengetahuan mengenai pengaruh *ball feeling* terhadap hasil kelincahan *dribbling* dalam permainan sepak bola.
- 1.2.2 Dalam pelaksanaannya, hasil penelitian dapat dijadikan masukan bagi pelatih yang merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kompetensi atlet.
- 1.2.3 Secara metodologis, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai metode yang dapat membantu peneliti selanjutnya dengan metode *one groups pre-test post-test design*.
- 1.2.4 Hal ini dapat menjadi pengingat bagi peneliti senantiasa meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kompetensi atlet dalam bidang olahraga khususnya kelincahan *dribbling* dalam permainan sepak bola yang menjadi olahraga dalam penelitian kali ini.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

- 5.3.1 Atlet diharapkan selalu meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kompetensi dalam olahraga apapun dan khususnya meningkatkan kelincahan *dribbling* dalam permainan sepak bola.
- 5.3.2 Pelatih diharapkan selalu membimbing atlet untuk menjaga pengetahuan, pemahaman dan kompetensi beserta meningkatkan keterampilan siswa dalam semua cabang olahraga khususnya sepak bola.
- 5.3.3 Diharapkan penelitian ini bermanfaat bagi para pembaca sebagai bahan untuk menambah pengetahuan, pemahaman dan kompetensi terkait implementasi *ball feeling* terhadap hasil kelincahan *dribbling* dalam permainan sepak bola
- 5.3.4 Dapat dijadikan sebagai bahan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan SSB Bina Putra Pamekar dan literasi jasmani yang sama, terutama dari segi pengetahuan, pemahaman dan kompetensi.