

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Adapun kesimpulan yang dilakukan yaitu mengenai penulisan skripsi ini dari mulai BAB I sampai pengolahan data pada BAB IV. Proses telah dilakukan, perlakuan telah diberikan, kemudian dilakukan *post-test* untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan atau tidak terhadap sample setelah diberikan perlakuan dan hasilnya yaitu ada di bab IV dimana terdapat pengaruh yang signifikan terhadap variasi latihan wall pass yang di berikan untuk meningkatkan ketepatan *passing* siswa dalam ekstrakurikuler sepakbola di SDN Sukamaju sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh variasi latihan wall pass terhadap ketepatan *passing* siswa dalam ekstrakurikuler spakbola di SDN Sukamaju dilihat dari pengolahan data yang menggunakan uji paired sample t-test dengan hasil nilai akhirnya yaitu nilai sig 2 tailed $0,001 < 0,05$. Maka berarti H1 diterima dan H0 ditolak. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh variasi latihan wall pass terhadap ketepatan *passing* siswa ekstrakurikuler sepakbola di SDN Sukamaju.
2. Dari hasil pengelolaan data diatas besarnya pengaruh variasi latihan wall pass yaitu dengan bantuan uji r-square dengan rumus $r^2 \times 100\% = 0,490 \times 100\% = 49\%$. Jadi, r-square sebesar 49%. Peningkatan tersebut merupakan hasil dari pemberian perlakuan yang dilakukan selama 3 bulan lamanya dengan frekuensi 1-2 kali dalam satu minggu. Maka dapat disimpulkan bahwa pengaruh yang terjadi terhadap variasi latihan wall pass untuk meningkatkan ketepatan passing tersebut sebesar 49%.

5.2 Implikasi

Penelitian yang peneliti lakukan ini telah membuktikan berdasarkan teori bahwa *passing* dalam olahraga sepak bola lebih menekankan kepada teknik dasar dalam upaya keberhasilan *passing* yang tepat dan akurat. Suatu latihan untuk meningkatkan *passing* yang tepat dan akurat dapat diberikan solusi *wall pass* yang telah divariasikan. Oleh karena itu, melakukan gerakan teknik dasar *passing* dengan *wall pass* yang telah divariasikan dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *passing* yang tepat dan akurat. Berdasarkan hasil simpulan, penelitian ini memiliki implikasi dalam ekstrakurikuler sepak bola yang dapat dijadikan catatan

oleh guru dan pelatih untuk meningkatkan kemampuan *passing* olahraga sepak bola untuk siswa ataupun atletnya.

Memberikan pengalaman gerak kepada siswa melalui teknik dasar *passing* dapat dilakukan dengan perencanaan kegiatan yang baik dan memiliki kebaruan dalam proses kegiatan seperti halnya variasi *wall pass* yang di dalam proses kegiatan pembelajaran memberikan ruang untuk anak bergerak. Maka dari itu, perencanaan yang matang dan terstruktur sangat penting dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepak bola, baik di tingkat sekolah dasar maupun di sekolah sepak bola khusus. Dengan adanya perencanaan yang baik, program sepakbola dapat dijalankan secara lebih efektif dan efisien.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil studi yang melibatkan dua belas sesi latihan variasi *wall pass* dalam ketepatan *passing* untuk anggota ekstrakurikuler sepak bola kelas V SDN Sukamaju di Rancaekek, Kabupaten Bandung, berikut beberapa saran:

- 1) **Untuk siswa**, dapat meningkatkan perkembangan fisik siswa, memperkaya pengalaman gerak, dan meningkatkan teknik dasar *passing* dalam sepak bola yang dapat dilakukan dirumah menggunakan variasi latihan *wall pass*.
- 2) **Untuk sekolah**, disarankan menyediakan sarana dan prasarana yang mendukung pembelajaran, khususnya untuk ekstrakurikuler sepak bola. Penggunaan media pembelajaran, baik peralatan standar maupun modifikasi, dapat mempercepat peningkatan kemampuan siswa. Penelitian ini diharapkan menginspirasi inovasi dalam menciptakan suasana belajar yang kreatif dan menarik.
- 3) **Untuk guru dan pelatih**, penerapan variasi latihan *wall pass* dapat merangsang kreativitas dalam merancang program latihan yang menarik. Hal ini bertujuan meningkatkan antusiasme siswa dan mengurangi kebosanan selama latihan.
- 4) **Untuk peneliti selanjutnya**, studi ini dapat menjadi pengalaman berharga dan landasan untuk penelitian lebih lanjut. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk studi yang lebih komprehensif dan mendalam di masa depan.