

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan Small sided Games terhadap peningkatan akurasi passing pemain sepakbola” dapat disimpulkan sebagai berikut: Latihan Small Sided Games dapat di terapkan dalam latihan Sepakbola guna meningkatkan Akurasi passing dengan waktu latihan singkat, karena dalam hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh latihan Small Sided Games terhadap peningkatan akurasi passing pemain sepakbola dengan hasil signifikan antara pre-test-post-test didalam variable Akurasi passing dengan Latihan Small Sided Games.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil dari pengolahan data dan kesimpulan yang telah dipaparkan mengenai hasil penelitian, diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi pelaku olahraga.

- 1) bagi pelaku olahraga sebagai acuan untuk meningkatkan pengetahuan di bidang metode latihan small sided games untuk meningkatkan akurasi passing, kemuian sebagai acuan untuk dapat digunakan dalam latihan small sided games.
- 2) Bagi para pelatih memberi pengetahuan tambahan dalam membuat program latihan, kemudian sebagai acuan dalam memvariasi latihan dan yang terakhir dalam proses latihan bisa memberikan bentuk latihan yang efektif untuk meningkatkan akurasi passing guns meraih prestasi yang baik dengan menggunakan latihan Small Sided Games.

Fikli Rivaldi, 2024

Pengaruh Metode Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Akurasi Pasing Pemain Sepakbola

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

5.3 Saran

- 1) Bagi para pelaku olahraga hendaknya memperhatikan metode latihan yang tepat digunakan dalam meningkatkan teknik passing khususnya dalam meningkatkan akurasi passing dapat menggunakan latihan Small Sided Games, karena berdasarkan temuan peneliti Latihan Smallsided Games berpengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi passing pemain sepakbola.
- 2) Bagi rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian tentang aspek-aspek Teknik passing khususnya akurasi passing penulis menyarankan untuk melakukan penelitian yang berkenaan dengan hal-hal lainnya yang mempengaruhi akurasi passing pemain sepakbola.
- 3) Bagi peneliti, berkaitan dengan penelitian yang telah penulis lakukan diharapkan agar dapat menyempurnakan penelitian dengan wawasan dan cakupan yang lebih luas, kemudian di praktekan agar dapat bermanfaat. Kemudian diharapkan dapat menambah jumlah variable karena penulis masih merasa banyak kekurangan dalam penelitian ini dikarenakan keterbatasan waktu, tenaga serta materi

