

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka kesimpulan dari penelitian pelatihan *ball mastery* terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar *passing* dan *dribbling* adalah sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari pelatihan *ball mastery* terhadap keterampilan teknik dasar *passing* pada siswa SSB PSBUM UPI KU-11 Th.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan dari pelatihan *ball mastery* terhadap keterampilan teknik dasar *dribbling* pada siswa SSB PSBUM UPI KU-11 Th.
3. Terdapat perbedaan peningkatan hasil pelatihan *ball mastery* yang signifikan antara peningkatan keterampilan teknik dasar *passing* dan *dribbling* pada siswa SSB PSBUM UPI KU-11 tahun. Berdasarkan data yang diperoleh dalam penelitian, pelatihan *ball mastery* lebih signifikan dalam peningkatan keterampilan teknik dasar *dribbling*, dari pada peningkatan keterampilan teknik dasar *passing* dalam sepakbola.

B. Saran

Atas dasar hasil penelitian ini, maka saran-saran yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Bagi para pembina dan pelatih sepakbola usia dini dan muda agar menerapkan pelatihan *Ball mastery* di lingkungan pembinaan sepakbola guna meningkatkan keterampilan teknik dan penguasaan bola dengan baik.
2. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan metode yang berbeda pada penelitian ini.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penulis berharap agar dapat menyempurnakan penelitian dengan wawasan dan cangkupan yang luas, karena penulis masih merasa memiliki banyak kekurangan dalam penelitian ini karena keterbatasan tenaga, waktu, serta materi.