

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data, analisis data dan pembahasan mengenai Analisis Kebutuhan Latihan Teknik Pemain Sepakbola Dalam Liga Super Indonesia (Studi Analisis Terhadap Salah Satu Pemain Gelandang Persib Bandung), diperoleh kesimpulan bahwa volume maksimal dalam kebutuhan latihan teknik yang dilakukan oleh pemain Persib Bandung adalah latihan *dribbling* sebanyak 680 kali, latihan *passing* sebanyak 782 kali, latihan *shooting* sebanyak 68 kali, latihan *long passing* sebanyak 660 kali dan latihan *heading* sebanyak 68 kali.

Dilihat dari hasil data tersebut, tim Persib Bandung masih belum melakukan latihan teknik secara optimal. Sehingga masih banyak kekurangan dalam menjalankan kompetisi *Indonesia Super League*, harus adanya peningkatan dalam program latihan dan perlu adanya tim analisis di setiap pertandingan yang di jalani oleh tim Persib Bandung sehingga bisa membantu kinerja pelatih agar bisa mengetahui kebutuhan latihan teknik, taktik, fisik yang dibutuhkan oleh para pemain Persib Bandung dalam menjalankan kompetisi.

B. Implikasi dan Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengajukan beberapa saran untuk penelitian yang selanjutnya diantaranya sebagai berikut :

1. Bagi Atlet Sepakbola

Setelah mengetahui hasil penelitian ini, atlet diharapkan dapat mengikuti program latihan dengan baik, disiplin dan sungguh-sungguh untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

2. Bagi Pelatih Sepakbola

Sudah sewajarnya seorang pelatih mengetahui keadaan dan kondisi seorang atletnya sendiri. Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan evaluasi dan acuan dengan lebih memperhatikan porsi latihan yang sesuai untuk atletnya.

3. Bagi Lembaga IKOR/PKR/ FPOK /UPI

Diharapkan lembaga dapat memfasilitasi alat-alat canggih untuk mengembangkan penelitian ini.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini lebih baik lagi, maka dari itu peneliti menyarankan agar perjelas masalah yang diteliti, tambahkan lebih banyak sumber referensi, penelitian tidak hanya pada pemain posisi tengah (gelandang) namun pemain depan - pemain belakang dan perbanyak sampel penelitian .