

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan dan analisis data mengenai perbandingan latihan menggunakan bola plastik dan bola karet terhadap hasil *dribbling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-11 tahun, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Latihan menggunakan bola plastik memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *dribbling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-11 tahun.
2. Latihan menggunakan bola karet memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *dribbling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-11 tahun.
3. Tidak terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan menggunakan bola plastik dengan bola karet terhadap hasil *dribbling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-11 tahun.

B. Saran

Dari pengolahan dan analisis data mengenai perbandingan latihan menggunakan bola plastik dan bola karet terhadap hasil *dribbling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-11 tahun, maka dapat disampaikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi para pembina dan pelatih cabang olahraga sepakbola khususnya pembinaan usia dini, dalam proses melatih anak terutama untuk meningkatkan kemampuan teknik-teknik dasar sepakbola salahsatunya yaitu teknik *dribbling* , maka sebaiknya lebih memperhatikan gerakan-gerakan yang baik dan benar dalam menguasai bola dibandingkan mempersir latihan untuk meningkatkan stamina anak. Seperti halnya membandingkan latihan menggunakan bola plastik dan bola karet terhadap hasil *dribbling*, merupakan salahsatu alternatif latihan anak untuk

meningkatkan teknik dasar. Selain itu perlu diperhatikan juga metode latihan, dan program latihan.

2. Bagi para peneliti yang akan melakukan penelitian perbandingan latihan menggunakan dua media bola terhadap kemampuan teknik, penulis menganjurkan untuk menggunakan bola sebenarnya (bola standar) dengan media-media latihan lainnya terhadap cabang olahraga sepakbola maupun cabang olahraga yang lain.
3. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih representatif dan kajian yang lebih dalam.

Giri Renjana, 2013

Perbandingan Latihan Menggunakan Bola Plastik Dan Bola Karet Terhadap Hasil Dribbling Dalam Permainan Sepak Bola Untuk Anak 10-11 Tahun

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