

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, perhitungan dan analisis data yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ada peningkatan keterampilan *Passing* pemain sepakbola usia 18 tahun dari model latihan *Passing Triangle*.
2. Ada peningkatan keterampilan *Passing* pemain sepakbola usia 18 tahun dari model latihan *Passing Diamond*.
3. Tidak ada perbedaan pengaruh dari Model latihan *Passing triangle* dan model latihan *Passing Diamond* dalam meningkatkan keterampilan *Passing* pemain sepakbola usia 18 tahun.

5.2 Implikasi

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian eksperimen, dimana hasil yang telah diperoleh diharapkan dapat dijadikan suatu metode latihan dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan *Passing* pemain sepakbola. Karena berdasarkan penelitian yang telah penulis laksanakan bahwa model latihan *Passing Triangle* dan model latihan *Passing Diamond* mempunyai pengaruh yg signifikan dalam meningkatkan keterampilan paasing pemain sepakbola usia 18 tahun. Penulis berharap dengan adanya penelitian ini pihak-pihak yang berkaitan dapat melihat lebih luas lagi mengenai permasalahan yang ada pada pemain sepakbola dan tahu bagaimana yang harus dilakukan untuk mencari solusi dari permasalahan tersebut.

Dapat dipastikan bahwa hasil penelitian yang telah dilakukan ini mempunyai implikasi yang baik bagi berbagai pihak yang berkaitan di dalam penelitian ini. Implikasi dari penelitian meliputi beberapa hal yang bisa di manfaatkan oleh berbagai pihak dalam upaya untuk meningkatkan kualitas pemain sepakbola, yaitu sebagai berikut :

1. Penelitian ini di harapkan bisa menambah wawasan bagi semua pihak yang terlibat didalamnya untuk mengetahui bagaiman cara meningkatkan keterampilan *Passing* pemain sepakbola ketika bertanding.
2. Penelitian ini juga diharapkan dapat dimanfaatkan oleh semua pihak diantaranya pelatih dan pembinaan atlet usia muda. Selain itu, harapan besar bagi penulis dengan adanya model latihan *Passing Triangle* dan model latihan *Passing Diamond* dalam upaya meningkatkan *Passing* pemain sepakbola pada saat bertanding dapat dijadikan sebagai metode dan variasi saat berlatih. Jika hala seperti ini terus dikembangkan dan di tingkatkan maka pemain pemin sepakbola di Indonesia bisa bersaing di persepakbolaan dunia.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh penulis ada beberapa hal yang akan penulis sampaikan sebagai saran dan masukan setelah melaksanakan serangkaian penelitian. Penulis berharap dengan saran berikut bisa bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi semua pihak yang membacanya serta pihak-pihak terkait dengan kepelatihan. Ada beberapa hal yang akan penulis sampaikan sebagai saran dan masukan yaitu sebagai berikut :

1. Untuk para pelatih dan pelaku olahraga sepakbola agar mencoba menggunakan model latihan *Passing Triangle* dan model latihan *Passing Diamond* pada program latihannya, karena model latihan tersebut berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan *Passing* pemain sepakbola.
2. Untuk rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian mengenai sepakbola penulis menyarankan untuk melakukan penelitian yang berkenaan dengan hal yang lainnya yang membantu peningkatan keterampilan *Passing* dalam sepakbola.
3. Untuk atlet sepakbola hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan dalam melakukan latihan.