

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.2 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, perhitungan, dan analisis data penelitian yang telah dilakukan, mengenai pengaruh dari latihan *passing* menggunakan ukuran bola 4 dan ukuran bola 5 terhadap atlet SSB SASWCO KU-13 menghasilkan.

- 1) Terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing* yang didahului bola ukuran 4 terhadap keterampilan *passing*.
- 2) Terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing* yang didahului bola ukuran 5 terhadap keterampilan *passing*.
- 3) Terdapat perbedaan yang signifikan dari latihan *passing* yang didahului bola ukuran 4 dengan latihan *passing* dengan yang di dahului bola ukuran 5 terhadap keterampilan *passing*.

5.3 Implikasi

Berdasarkan kesimpulan, penulis memiliki implikasi agat dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai kajian ilmiah, teori dan bagi penulis selanjutnya mengenai latihan *passing* menggunakan ukuran bola 4 dan ukuran bola 5.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu acuan atau bahan pertimbangan bagi para pelatih sepakbola untuk bisa mengembangkan para atletnya untuk bisa memiliki keterampilan *passing* yang lebih baik lagi. Dengan diberikannya latihan *passing* menggunakan ukuran bola 4 dan ukuran bola 5.

5.4 Rekomendasi

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

- 1) Bagi para pembina dan pelatih sepakbola agar menerapkan latihan *passing* menggunakan ukuran bola 4 dan ukuran bola 5.
- 2) Berkaitan dengan penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan metode yang berbeda dengan penelitian ini.
- 3) Bagi para atlet sepakbola agar hasil penelitian ini bisa dijadikan salah satu acuan dalam latihan.

- 4) Bagi peneliti selanjutnya penulis berharap agar dapat menyempurnakan penelitian dengan wawasan dan cakupan yang luas, karena penulis masih merasa memiliki banyak kekurangan dalam penelitian ini karena keterbatasan tenaga, waktu serta materi.