

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian “Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar *Shortpass* Untuk Usia 8-13 Tahun Di SDN Pisangan Baru 09. Tahun 2021-2022” menggunakan variasi di setiap gerakannya. Produk akhir dari penelitian ini berupa video yang berisikan materi variasi model Latihan teknik dasar *short pass*. Hasil penelitian “Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar *Short pass* Sepak bola Untuk Usia 8-13 Tahun Di SDN pisangbaru 09 tahun 2021-2022” dikategorikan layak untuk di gunakan sebagai variasi model Latihan dalam proses Latihan untuk siswa sekolah sepak bola usia 8-13 tahun. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian para ahli yaitu hasil penilaian pelatih SSB memberikan presentase 100%, ahli sepak bola 95%, dan ahli motorik 95%. Sehingga jika diakumulasikan secara keseluruhan mendapat hasil kelayakan 96,7%. Dengan hasil kelayakan tersebut maka penelitian masuk dalam kategori “ **Layak Untuk Diterapkan** ”

B. Saran-Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan pengembangan model Latihan teknik dasar *short pass* sepak bola untuk usia 8 - 13 tahun cukup layak dan tervalidasi oleh para ahli. Maka ada beberapa saran sebagai berikut :

1. Pelatih dapat memanfaatkan pengembangan model Latihan teknik dasar *short pass* sepak bola untuk usia 8-13 dengan alat lain sebagai variasi dalam Latihan.
2. Atlet dapat mempraktikan model Latihan dengan melihat video model Latihan yang sudah diberikan
3. Penyebarluasan produk lebih lanjut ke sasaran yang lebih luas, peneliti mengupload video model Latihan teknik dasar *short pass* sepak bola usia 8 - 13 tahun sebagai bahan untuk dikembangkan lagi oleh pelatih dengan link <https://youtu.be/9E6q6IRR4M0>