

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian “pengembangan model latihan *dribbling* futsal untuk atlet pemula” menggunakan variasi setiap gerakannya. Produk akhir berupa video yang berisikan materi variasi model latihan *dribbling* futsal. Hasil penelitian “pengembangan model latihan *dribbling* futsal untuk atlet pemula” dikategorikan layak digunakan sebagai variasi model latihan dalam proses latihan untuk pemula. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian ahli futsal yaitu 95%, ahli motorik 77,5%, dan ahli kepelatihan 92,5%. Sehingga jika diakumulasikan secara keseluruhan mendapatkan hasil kelayakan yaitu 88,3% dan mendapatkan kategori kelayakan **“Sangat Layak Untuk Diterapkan”**.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa pengembangan model latihan *dribbling* futsal untuk atlet pemula sangat layak dan tervalidasi oleh para ahli. Maka ada beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi pelatih dapat memanfaatkan pengembangan model latihan *dribbling* futsal dengan alat sebagai variasi dalam proses latihan
2. Bagi atlet dapat memanfaatkan alat sebagai variasi dalam pelatihan futsal agar lebih berkembang dalam berlatih futsal
3. Bagi guru pendidikan jasmani dapat menjadi variasi model pembelajaran PJOK