

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Bentuk produk yang dikembangkan adalah model latihan *dribbling* pada permainan futsal putra kategori usia 16 tahun. Proses pengembangan keterampilan variasi model latihan *dribbling* ini melalui tahapan model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation*). Model latihan yang dikembangkan dilengkapi dengan format gambar, keterangan, penetapan materi, dan penjelasan. Isi dari produk ini dapat dipahami dengan jelas dan dapat digunakan dengan mudah. Kelayakan setelah di validasi oleh 3 validator yaitu ahli fisik sebesar 92,5%, ahli motorik sebesar 90%, dan ahli futsal sebesar 87,5%. Sehingga jika ditotalkan keseluruhan mendapatkan kelayakan sebesar 90% kategori baik/layak. Dan respon tentang produk model latihan *dribbling* oleh pemain diperoleh saat uji skala kecil dengan hasil 92% dan uji skala besar 93% sangat menarik. Respon pemain menyatakan bahwa model latihan *dribbling* yang bervariasi ini sangat menarik perhatian dan minat pemain. Lalu selanjutnya dilakukan uji efektifitas dimana penelitian ini menghasilkan data uji normalitas untuk hasil Pre Test sebesar 0.946 dan Post Test sebesar 0.969 dan dibandingkan oleh nilai sig 0.005, hal ini menunjukkan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Lalu uji homogenitas yang dihasilkan

menunjukkan hasil F hitung 1.61 dan F tabel 5.12, dikarenakan F hitung lebih kecil dari F Tabel maka dapat dikatakan bahwa varian bersifat Homogen. Sedangkan hasil dari Uji T dan diperoleh T hitung 2.514 dan dibandingkan dengan T tabel 2.82 hal tersebut menunjukkan bahwa T hitung lebih besar dari T tabel dan dapat disimpulkan bahwa H_a : diterima dan H_o : ditolak.

Produk pengembangan ini adalah model latihan *dribbling* pada permainan futsal yang berguna untuk para pelatih futsal sebagai bahan referensi dalam menyusun program latihan, dimana dalam penggunaannya perlu mempertimbangkan kategori usia para pemainnya. Sebelum disebarluaskan sebaiknya model latihan *dribbling* pada permainan futsal ini disusun kembali menjadi lebih baik, antara lain tentang kemasan maupun isi dari materi model latihan yang dikembangkan. Agar model latihan *dribbling* pada permainan futsal ini dapat dimanfaatkan oleh para pelatih, maka sebaiknya dicetak lebih banyak lagi sehingga nantinya para pelatih dapat memahami dan menguasai dengan baik kemudian mudah untuk mengaplikasikannya pada saat latihan.

Dan adapun beberapa saran yang diberikan berdasarkan hasil pengembangan model latihan *dribbling* adalah sebagai berikut:

2. Bagi pelatih, pengembangan model latihan *dribbling* pada permainan futsal kedepannya dapat menambah wawasan dan bahan latihan yang lebih variatif.
3. Pemain dapat memanfaatkan model latihan yang telah dikembangkan ini sebagai materi latihan untuk melatih keterampilan teknik *dribbling* dan memotivasi para pemain dalam pelaksanaan kegiatan latihan.