

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dari penelitian ini adalah Pengembangan Model Latihan Short passing Sepak Bola Melalui Permainan Berbasis Sentuhan Bola yaitu layak digunakan adapun variasi model latihan tersebut meliputi (1) 5on5 dengan 2 sentuhan, (2) 6on2 dengan 1 sentuhan, (3) 3on3 dengan 1 sentuhan, (4) 2on2 dengan 2 sentuhan, (5) variasi short passing 2 sentuhan, (6) one touch and run, (7) two touch and finishing, (8) one touch and finishing, (9) variasi short passing 1 sentuhan, (10) variasi short passing 2 sentuhan, (11) variasi short passing 1 sentuhan, (12) variasi short passing 2 sentuhan, (13) Rondo 1 sentuhan, (14) variasi short passing 2 sentuhan, (15) Rondo 4 grup 1 sentuhan. Model tersebut layak digunakan sebagai model latihan short passing sepak bola melalui permainan berbasis sentuhan bola dengan interpretasi hasil.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diatas maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memperbaiki kualitas atlet dalam meningkatkan atlet yang cerdas dan berkualitas
2. Kreativitas pelatih sepak bola dalam menyampaikan materi sepak bola terutama short passing hendaknya tidak terpaku kepada metode melatih yang biasa digunakan pelatih-pelatih lain pada umumnya.
3. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan landasan bagi pelatih-pelatih lain untuk mengambil kebijakan dalam meningkatkan mutu hasil belajar bagi para atlet