

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai T hitung sebesar 20,19, jika dibandingkan dengan nilai kritis untuk hipotesis pada derajat kebebasan $dk = n-1 = 20-1 = 19$ pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05\%$ dengan T tabel 1,729. Dari hasil analisis data, ditemukan bahwa setelah melakukan latihan passing berpasangan, terjadi peningkatan yang signifikan dalam passing pendek.

Hal ini berarti bahwa latihan passing berpasangan dapat meningkatkan passing pendek futsal, jadi jika pemain futsal ingin ditingkatkan passing pendeknya maka harus dirancang program latihan passing berpasangan dengan sistematis dan terencana.

B. Saran

Dari kesimpulan yang disampaikan penulis di atas, maka penulis menyampaikan saran-saran bagi para insan olahraga, pelatih futsal maupun mahasiswa olahraga yang akan melakukan penelitian pada cabang olahraga yang sama yakni futsal. Berikut saran-saran yang disampaikan penulis:

1. Kesimpulan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan ide yang lebih luas, karena latihan passing berpasangan memberikan pengaruh terhadap passing pendek ekstrakurikuler futsal SMPN 30 Jakarta Utara.
2. Penelitian ini juga dapat dikembangkan atau juga dapat digabungkan dengan latihan teknik dasar lainnya dengan berbagai variasi dan kombinasi yang lebih fokus pada teknik yang dikembangkan.
3. Sebagai bahan pertimbangan bagi lembaga sekolah, guru-guru olahraga, pembina olahraga, pelatih, hingga insan olahraga lainnya yang sedang membina dan meningkatkan prestasi futsalnya.
4. Menciptakan sebuah ekosistem pembinaan olahraga futsal yang berjenjang dan berkelanjutan agar atlet-atlet futsal selalu bermunculan.

