

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa latihan dengan *Small side games* memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan akurasi passing dalam ekstrakurikuler sepakbola di SMPN 1 Tambun Selatan. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai  $t$ -hitung sebesar 3,64. Dibandingkan nilai kritis untuk derajat kebebasan  $(dk) = (n-1) = 14$  pada tingkat signifikan  $\alpha = 0,05$ , yang menghasilkan  $t = 2,145$ , terbukti bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dari latihan *small side games*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model latihan *small side games* secara signifikan mempengaruhi Kemampuan passing dalam ekstrakurikuler sepakbola di SMPN 1 Tambun Selatan.

#### B. Saran- Saran

Berdasarkan hasil penelitian in, penulis ingin mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Untuk para pelatih ekstrakurikuler sepakbola SMPN 1 Tambun Selatan, disarankan untuk mempertimbangkan model latihan *small side games* sebagai referensi utama dalam meningkatkan akurasi passing para pemain.
2. Untuk pengembangan ekstrakurikuler sepakbola, perlu di perhatikan mulai dari tekni dasar, taktik dalam permainan dan juga kedisiplinan para pemainnya agar dapatkan prestasi yang lebih baik.

3. Penilaian lain dapat melakukan penilitan lebih lanjut terhadap faktor-faktor dan sampel lain untuk efektivitas model latihan terhadap kemampuan passing sepakbola yang lebih efektif dan lebih baik.