

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian mengenai pengaruh latihan *passing support* terhadap ketepatan *passing* peserta ekstrakurikuler futsal di MTs As-Subkiyah, Kota Bekasi, menunjukkan bahwa metode ini secara signifikan meningkatkan kemampuan ketepatan *passing*. Peningkatan tersebut dibuktikan melalui hasil uji hipotesis, di mana nilai t-hitung sebesar $7,13 > t$ tabel $1,761$, yang mengindikasikan adanya kemajuan signifikan dalam ketepatan *passing* setelah mengikuti program latihan selama satu bulan. Berdasarkan analisis, dapat disimpulkan bahwa latihan *passing support* merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan ketepatan *passing* peserta ekstrakurikuler.

B. Saran

Berikut adalah saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian yang dilakukan:

1. Untuk pelatih

Latihan *passing support* terbukti efektif dalam meningkatkan akurasi *passing* pada peserta ekstrakurikuler. Oleh karena itu, disarankan agar pelatih secara konsisten memasukkan metode latihan ini dalam program pelatihan, terutama menjelang turnamen atau kompetisi penting, mengingat bahwa akurasi *passing* merupakan keterampilan dasar yang sangat penting dalam olahraga futsal.

2. Untuk peserta ekstrakurikuler futsal

Peserta ekstrakurikuler futsal MTs As-Subkiyah diharapkan untuk secara aktif menerapkan latihan *passing support*, baik secara individu maupun dalam kelompok tim, dengan tujuan untuk lebih meningkatkan kemampuan akurasi *passing* mereka.

3. Untuk penelitian selanjutnya

Penelitian ini menunjukkan hasil yang signifikan dalam peningkatan kemampuan ketepatan *passing* melalui penerapan latihan *passing support*. Dengan demikian, rekomendasi ini diharapkan dapat memperbaiki kualitas pelatihan dan meningkatkan keterampilan ketepatan *passing* peserta ekstrakurikuler futsal MTs As – Subkiyah Kota Bekasi, serta memberikan kontribusi positif terhadap pengembangan olahraga di tingkat sekolah.