

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dari penelitian ini adalah pengembangan model latihan dribbling Futsal untuk atlet pemula yaitu dari *dribble* menggunakan kaki luar, *dribble* dengan kaki luar, *dribbling* dan passing dengan kombinasi sentuhan, *dribble* menggunakan kaki luar, *dribbling* menggunakan kombinasi sentuhan, *dribbling* menggunakan kombinasi sentuhan 2, *dribble* menggunakan kaki dalam, *dribbling* menggunakan punggung kaki dan passing, *dribbling* dengan kombinasi sentuhan dan shooting, running with the ball dengan punggung kaki. Model tersebut layak dilanjutkan ke tahap berikutnya (uji coba) sebagai model latihan *Dribbling* bagi pemain futsal pemula dengan skor relative rata rata 75,72% untuk keseluruhan model dengan interpretasi hasil baik.

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil pengembangan model latihan *dribbling* futsal untuk atlet pemula sebagai berikut:

1. Pembuatan model latihan disusun urut dari model level mudah sampai level lebih sulit.
2. Mengoptimalkan sarana dan prasarana latihan pada saat latihan model.
3. Peneliti selanjutnya, dapat melanjutkan penelitian ini dengan diujicoba pada skala kecil sampai dengan tahap selanjutnya