

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Ada pengaruh latihan dengan menerapkan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* bermain futsal pada siswa peserta latihan ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 108 Jakarta”. Latihan *small sided games* memberikan pengaruh dengan rata-rata peningkatan sebesar 2.25 dilihat dari selisih rata-rata *pretest* dan *posttest*. Besarnya pengaruh latihan *small sided games* sebesar 16,04%, terhadap keterampilan *passing* bermain futsal pada siswa peserta latihan ekstrakurikuler di SMP Negeri 108 Jakarta.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini memiliki beberapa implikasi sebagai berikut:

1. Memberikan pengalaman tentang latihan *small sided games* pada siswa peserta latihan ekstrakurikuler di SMP Negeri 108 Jakarta. Peserta ekstrakurikuler dapat lebih meningkatkan keterampilan futsal mereka dengan adanya tambahan latihan.
2. Peneliti menjadi lebih banyak mengenal sifat anak dan bagaimana cara pendekatan dalam melatih siswa. Peneliti memperoleh pengalaman praktek dengan ikut memberikan latihan *small sided games*. Sehingga dapat melihat langsung apa saja hal-hal positif dari latihan *small sided games*

C. Saran

Sehubungan dengan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang perlu disampaikan. Seperti sebagai berikut:

1. Bagi Pelatih. Diharapkan pelatih dapat memberikan evaluasi terhadap latihan *small sided games* untuk dikembangkan menjadi latihan yang lebih baik lagi.
2. Bagi Peserta Ekstrakurikuler. Diharapkan agar lebih aktif dalam latihan serta menjaga keajegan semangat latihan, sehingga keterampilan bermain futsal tetap terjaga bahkan meningkat
3. Penelitian. Perlu adanya penelitian selanjutnya, dengan memperluas daerah penelitian dan variabel yang lebih kompleks yang berkaitan dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal atau membandingkan latihan *small sided games* dengan latihan model lain, serta dengan menggunakan jumlah subjek penelitian yang lebih banyak