

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari data hasil yang sudah diolah dan didapatkan oleh peneliti tentang pengaruh model latihan *y-passing* dan *box passing* terhadap peningkatan ketepatan *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Kutowinangun, maka di dapat kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh signifikan dari model latihan *y-passing* terhadap peningkatan ketepatan *passing*, yaitu dari hasil uji *paired sample t-test*.
2. Terdapat pengaruh signifikan dari model latihan *box passing* terhadap peningkatan ketepatan *passing*, yaitu dari hasil uji *paired sample t-test*.
3. Tidak terdapat perbedaan pengaruh signifikan antara kedua model latihan terhadap peningkatan ketepatan *passing*, yaitu dari hasil uji *independent sample t-test*.

B. Saran

1. Bagi Pemain

Bagi pemain futsal yang merasa masih memiliki keterampilan *passing* kurang baik atau pemain yang ingin mencari variasi model latihan baru dapat menggunakan dua model latihan ini untuk mengatasi permasalahan tersebut. Terutama untuk para pemain futsal di ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Kutowinangun.

2. Bagi Sekolah

Bagi pihak sekolah diharapkan penelitian ini dapat dipakai untuk bahan referensi mengembangkan dan meningkatkan bakat para siswa di bidang olahraga futsal. Sehingga dapat menghasilkan sebuah prestasi yang membanggakan.

3. Bagi Pelatih

Bagi pelatih futsal untuk model latihan *y-passing* dan *box passing* dapat dipakai sebagai tambahan variasi latihan. Kemudian kedua model latihan tersebut dapat dikembangkan lagi agar lebih sempurna.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Penelitian ini bisa dipakai sebagai tambahan literatur untuk peneliti berikutnya terkait permainan futsal, terutama peningkatan teknik dasar *passing*.
 - b. Penelitian ini diharapkan agar bisa dikembangkan lebih baik lagi oleh peneliti selanjutnya, baik dari segi desain program latihan maupun dari pemilihan responden.

