

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar futsal di *club* passis simo tahun 2022 berada pada kategori kurang sekali sebesar 6,67% 1 pemain, kategori kurang sebesar 26,67% 4 pemain, kategori “sedang” sebesar 33,33% 5 pemain, kategori baik sebesar 26,67% 4 pemain, dan kategori sangat baik sebesar 6,67% 1 pemain. Dan untuk kondisi fisik *VO2Max* pemain futsal di *club* passis simo tahun 2022 berada pada kategori kurang sekali sebesar 6,67% 1 pemain, kategori kurang sebesar 26,67% 4 pemain, kategori sedang sebesar 20,00% 3 pemain, kategori baik sebesar 46,67% 7 pemain, dan kategori sangat baik sebesar 0,00% 0 pemain.

5.2 Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait utamanya bagi pelaku olahraga futsal, yaitu pelatih dan pemain:

- 5.2.1 Bagi pelatih, sebagai sarana evaluasi kualitas latihan yang telah dilakukan.
- 5.2.2 Bagi Pemain, hasil penelitian ini dapat menjadikan acuan untuk pemain agar mau meningkatkan kegiatan latihannya untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar dan kondisi fisik pada saat bermain futsal.

5.3 Keterbatasan Hasil Penelitian

Walaupun penelitian ini telah dilakukan dengan maksimal, namun tetap disadari bahwa penelitian ini tetap tidak terlepas dari segala keterbatasan yang ada, baik dari faktor internal maupun faktor eksternal. Keterbatasan penelitian ini antara lain adalah:

- 5.3.1 Peneliti tidak dapat mengontrol faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi hasil tes ketepatan passing siswa, seperti kondisi tubuh, faktor psikologis, dan sebagainya.

- 5.3.2 Tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
- 5.3.3 Kurangnya tenaga pembantu dalam penelitian ini, yaitu pada saat pengambilan data.

5.4 Saran-Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

- 5.4.1 Bagi pelatih hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan teknik dasar dan kondisi fisik pemain.
- 5.4.2 Bagi pemain hendaknya melakukan latihan di luar jadwal latihan rutin dan menjaga dari segi kedisiplinan latihan dan asupan makanan agar semakin mendukung keterampilan bermain futsal bagi yang kurang.
- 5.4.3 Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan penelitian ini.

