

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian uji tingkat keterampilan teknik dasar yang dilakukan di SMA N 1 Kota Jambi dapat disimpulkan yaitu : dari 25 sampel yang digunakan terdapat 14 siswa (56 %) dari frekuensi yang ada di katagorikan kedalam kategori baik dan terdapat 2 siswa yang di frekuensikan sebanyak (8%) sangat baik , untuk kategori cukup terdapat sebanyak 6 siswa dengan frekuensikan (24%), serta terdapat 2 orang yang masih dikategorikan kurang dengan frekuensi sebanyak (8%), dan terdapat 1 orang yang masuk kedalam kategori kurang sekali dengan frekuensi (4%).itulah hasil yang diperoleh oleh peneliti moga kedepannya lebih baik

5.2 Saran

Dengan mempertimbangkan proses dan temuan penelitian ini, peneliti dapat membuat beberapa rekomendasi, antara lain:

1. Bagi siswa Diharapkan kedepannya,khususnya siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola Sma Negeri 1 Kota Jambi dapat meningkatkan pemahaman tentang olahraga sepak bola ini, dan juga akan mengembangkan keterampilan teknik dasar sepak bola agar berguna di masa depan dan dapat meraih prestasi di bidang permainan sepak bola.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk meperluas penelitian lagi tentang keterampilan teknik dasar sepak bola agar siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola ini menjadi lebih baik lagi kedepannya.