

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data, diketahui bahwa hasil pengaruh latihan *small sided games* terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada tim futsal putri SMKN 4 Kota Jambi. Pada tes awal hasil dari kemampuan *passing* rata-rata 3.47 setelah diberikan *treatment* terdapat peningkatan pada hasil dari kemampuan *passing* rata-rata 6.73.

Data yang didapat disimpulkan dari hipotesis atau dugaan H_a diterima H_o ditolak, karena menunjukkan *pre-test* dan *post-test* yang berbeda. Dari hasil penelitian dan dapat disimpulkan adanya pengaruh latihan *small sided games* terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada tim futsal putri SMKN 4 Kota Jambi.

5.2 Implikasi

Berdasarkan kesimpulan didapat, peneliti memiliki dua implikasi yaitu:

1. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi dan acuan bagi peleetih untuk membatu proses latihan terutama meningkatkan kemampuan *passing*.
2. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti lain untuk membantu melakukan penelitian yang lebih lanjut.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran dalam penelitian ini adalah dalam upaya meningkatkan kemampuan *passing* pada tim futsal putri, disarankan untuk menggunakan metode latihan *Small Sided Games* secara terprogram dan berkelanjutan agar hasil yang diperoleh lebih optimal.

1. Untuk pelatih, diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam menyusun program latihan yang lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* pemain futsal.
2. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih besar serta durasi latihan yang lebih lama untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat.
3. Bagi pemain futsal, latihan *passing* dengan metode *Small Sided Games* dapat dijadikan sebagai bagian dari program latihan rutin guna meningkatkan keterampilan bermain serta performa dalam pertandingan.