

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian serta hasil analisis data, sebagaimana telah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa secara umum evaluasi program program latihan di SSb Gelorah Telaga telah berjalan dengan baik (sistematik, terencana, teratur, dan . Hasil yang diperoleh dari penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Perencanaan pengembangan program latihan di SSB Gelorah Telaga sudah berjalan sesuai dengan harapan tetapi guru atau pelatih harus menmata agar kedepan tidak ada hambatan apapun dalam penerapan program latihan.
- 2) Persiapan guru atau pelatih untuk proses latihan sudah mampu menyesuaikan dengan sarana dan prasarana yang ada di SSB, meski belum mampu seperti SSB yang ada di Jawa.
- 3) Guru atau pelatih dalam proses latihan harus mampu mengatasi kendala-kendala yang ada di SSB baik dalam bentuk sarana dan prasarana maupun proses pnerapan program latihan pada Siswa atau Atlet.
- 4) Hasil dari penerapan program latihan yang dicapai oleh siswa atau atlet telah dicapai dengan baik dan ada beberapa siwa/atlet dalam tehnik dasar masih kurang mampu atau belum mendapatkan prestasi maksimal.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan simpulan diatas, maka saran yang dapat dikemukakan kepada semua elemen yang terlibat dalam proses penerapan program latihan di SSB Gelorah Telaga.

Adapun saran lainnya adalah :

- 1) Dalam perencanaan penerapan program latihan di SSB Gelorah Telaga, kepada pimpinan lebih memperhatikan kinerja pelatih dalam penerapan program latihan sehingga apa yang diharapkan dalam proses latihan tercapai dengan baik sehingga bisah menciptakan atlet-atlet yang berprestasi.
- 2) Dalam membuat persiapan untuk penerapkan program latihan pelatih diharapkan mampu membuat program atau dengan model-model latihan sehingga siswa/atlet lebih aktif dan mengikuti proses latihan dan memanfaatkan sarana dan prasarana serta memodifikasi sarana dan prasarana yang kurang.
- 3) Keberhasilan penerapan program latihan ditinjau dari segi olahraga sudah sangat memuaskan tetapi diharapkan pelatih mampu meningkatkan prestasi atlet yang diselenggarakan oleh daerah,provinsi,nasional maupun internasional.
- 4) Dalam pelaksanaan preses program latihan pelatih diharapkan dapat melaksanakan proses latihan yang standar sesuai harapan dan keberhasilan atlet.