

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **1.1 Kesimpulan**

Dari hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis berbunyi “Terdapat Pengaruh Latihan *Drill* Terhadap Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang Pada Mahasiswa Semester VI Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Gorontalo”, dapat diterima.

Bentuk latihan drill dapat memberikan kontribusi dalam kemampuan menendang boleh kearah gawang. Ini dipengaruhi hasil yang ditunjukkan setelah eksperimen. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa latihan drill dapat meningkatkan ketepatan menendang bola kearah gawang.

##### **1.2 Saran**

Sehubungan dengan hasil penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yang kiranya dapat dijadikan pedoman bagi para pelatih dan mahasiswa yang ada di jurusan pendidikan keolahragaan sebagai berikut:

1. Dalam rangka memacu seorang atlit guna meningkatkan kemampuan keterampilanya khususnya ketepatan menendang bola kearah gawang, maka sangat efektif diterapkanya latihan drill.

2. Dalam merencanakan program latihan, hendaklah dikaji dengan benar bentuk-bentuk latihan yang akan digunakan.
3. Perlu diadakan penelitian yang lebih lanjut sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi terlebih khusus dalam dunia olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

**Asmar Jaya** (2010). *Gaya Hidup, Peraturan, dan Permainan Futsal*. Bandung : Pustaka Timur

**Budi Sutrisno, Muhammad Bazin Khafad** (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 2 Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional

**Cooper**. 2009. *Posisi badan dalam pengambilan tendangan jauh*

**Harsono**. dasar-dasar kepelatihan olahraga. P21.PTK,Jakarta

**Husdarta, Jaja Suharja dan Maryani, Eli** (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional

**Khairul Hadziq, Milka Nurfitri** (2010). *Gelanggang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMA/MA Kelas XI*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional

**Karsono, Edi dan Rusdhiyana, Ricky** (2010). *Gelora Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional

**Lukman dan Yudiono**. 2009. Teknik bermain sepak bola dan futsal, visi 7 Jakarta

**Sigit Prasetyo**. 2009. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMA/MA Kelas XII*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional

**Sumpeno, Joko dan Budi Santoso, Dedy** (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk SMA/MA Kelas XII*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional

**Tegartia**. 2010 (Online) *Metode Latihan Drill*. Blogspot.Com

**Trisnowati Tamat dan Moekerto Mirman**. 2009. *Materi Pokok Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas Terbuka