

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 SIMPULAN**

Dari hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis berbunyi “terdapat pengaruh latihan drill passing melambung menggunakan punggung kaki terhadap ketepatan passing melambung pada siswa SSB Gelora Telaga”, dapat diterima.

Bentuk latihan drill dapat memberikan kontribusi dalam ketepatan passing melambung. Ini dipengaruhi hasil yang ditunjukkan setelah eksperimen. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa latihan drill dapat meningkatkan kemampuan/ketepatan passing melambung.

#### **5.2 SARAN**

Sehubungan dengan hasil penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yang kiranya dapat dijadikan pedoman bagi para pelatih, guru olahraga dan siswa yang ada di SSB Gelora Telaga sebagai berikut:

1. Dalam rangka memacu seorang atlit guna meningkatkan kemampuan keterampilanya khususnya ketepatan passing melambung, 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

