

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diurutkan pada BAB sebelumnya. Dengan demikian maka hasil penelitian yang dilakukan selama 2 bulan atau lebih tepatnya telah memberikan 32 kali perlakuan, dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Pelatihan *Passing* Berpasangan Terhadap Ketepatan Umpan Dalam Permainan Sepaktakraw Pada Siswa Kelas Olahraga SMP Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.

5.2 Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian yang dikemukakan di atas, maka penelitian dapat memberikan saran-saran yang kiranya dapat memberikan pedoman bagi para peneliti mahasiswa yang ada di jurusan pendidikan kepelatihan olahraga sebagai berikut :

1. Dalam rangka meningkatkan prestasi belajar siswa pada permainan Sepaktakraw maka sangat diharapkan peran serta dan partisipasi dari pihak tempat mahasiswa melakukan penelitian untuk dapat memberikan dukungan moral dan fasilitas yang dibutuhkan dalam kegiatan latihan.
2. Untuk para guru olahraga maupun para pelatih di perlukan pelatihan *passing* berpasangan sebagai acuan awal di dalam memilih pelatihan mengumpan yang benar dalam permainan Sepaktakraw.

3. Untuk mencapai pelatihan yang *efektif* dan *efisien* di perlukan bagi para pelatih atau guru pembina olahraga untuk memberikan *motivasi* dan *variasi program* latihan yang jelas dan tepat kepada siswa, atlit yang dilatih.
4. Untuk lebih mengintensifkan pelaksanaan pelatihan pada permainan sepaktakraw, peran orang tua sangat dibutuhkan terutama dalam memberikan *motivasi* dan pengawasan terhadap kegiatan yang dilakukan oleh anak diluar jam sekolah.
5. Untuk memaksimalkan keterampilan atlit atau siswa yang dilatih maka perlu latihan yang berkesinambungan dan teratur.

Setelah melihat pandangan-pandangan dari bab sebelumnya serta berdasarkan pengamatan peneliti secara luas atau secara umum selama melakukan penelitian, peneliti memiliki saran-saran untuk memajukan prestasi olahraga di provinsi gorontalo antara lain :

1. Menata harmonisasi dan koordinasi antar organisasi yang menaungi olahraga.
2. Memperkuat kelembagaan olahraga.
3. Meningkatkan partisipasi masyarakat luas.
4. Menciptakan SDM serta iklim pembinaan yang bersemangat dan proses pembinaan yang berkelanjutan.
5. Meningkatkan kualitas kompetisi yang setara dengan standar nasional dan internasional.

6. Memfasilitasi pembangunan sarana dan prasarana olahraga yang memenuhi standar nasional.