

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Latihan *juggling* berpengaruh dalam meningkatkan ketepatan passing dan stopping pada permainan sepak bola, hal ini dikarenakan bentuk latihan ini untuk meningkatkan konsentrasi dan control bola dalam permainan sepak bola. Hal ini di buktikan oleh hasil tes menggunakan alat ukur ketepatan passing dan stopping yang telah di lakukan sebelum dan sesudah pelaksanaan latihan tersebut.

Bedasarkan hasil penelitian tes awal menunjukkan skor tertinggi 7 dan skor terendah 3 Setelah di lakukan analisis di peroleh nilai rata – rata latihan *juggling* 5.25 dan nilai standar deviasi 1.33 sedangkan pada hasil penelitian tes akhir ketepatan passing dan stopping skor tertinggi 11 skor terendah 5 nilai rata – rata 8.15 standar deviasi 1.78. Untuk pengujian homogenitas data antara hasil penelitian tes awal dan tes akhir seluruh variable memiliki varian populasi yang homogen serta berdistribusi normal

Hasil penelitian untuk pengaruh dari latihan *juggling* terhadap peningkatan ketepatan passing dan stopping menunjukkan adanya pengaruh . hal ini dapat di lihat $t_{hitung} >$ dari t_{tabel} atau hasil pengujian t_{hitung} sebesar $13.40 >$ t_{tabel} sebesar 1.7291.

Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini telah terjawab dan terbukti melalui pengolahan data mentah yang diperoleh dan diolah menggunakan rumus-rumus statistic sehingganya dapat ditarik kesimpulan dari pengujian tersebut

Bedasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka dapat di simpulkan bahwa latihan juggling dapat meningkatkan ketepatan passing dan stoping dalam permainan sepak bola pada siswa SMP N 2 Kabila.

5.2 Saran

Dari hasil pembahasan dan kesimpulan peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Untuk pelatih, guru olahraga, dan pelaku olahraga di harapkan dalam memberikan dan melakukan latihan untuk meningkatkan ketepatan passing dan stoping sebaiknya di berikan latihan juggling.
2. Petingnya fasilitas untuk menunjang latihan juggling untuk meningkatkan ketepatan passing dan stoping.
3. Untuk praktisi olahraga jika ingin mengkaji dan meneliti kembali pengaruh latihan juggling di harapkan menggunakan sampel yang lebih banyak

DAFTAR PUSTAKA

Akros Abidin (2000: 26), Luxbacher (2004: 2), Roji (2004: 1), Menurut Muhajir (2004: 22), Menurut Soedjono (1985: 16) , (Luxbacher, 1998:2), Rubianto Hadi, (2007:52) dalam Mufidatul hasanah, (2013:8),dalam skripsi Pengaruh Juggling Terhadap Kemampuan Passing Bola Pada Permainan Cabang Olahraga Sepak Bola Siswa Putra Kelas VI SDN Karangbong Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo Tahun Pelajaran 2013-2014

Badawi Husein (2012) (<http://badawihusein.wordpress.com> Agustus 2012)

Clive Gifford (2007) keterampilan sepak bola

Danny mielke, eastern Oregon university: Dasar-dasar sepak bola

Joseph A. Luxbacher, Ph. D (1997) sepak bola

Niko Arifqi Perdana (2011) (<http://niko-arifqi.blogspot.com>)

Ruskin, Pendidikan jasmani dan strategi belajar renang