

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Tingkat Keterampilan Teknik *Passing*, *Dribbling*, dan *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra SMA Negeri 1 Nglames, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *passing* peserta ekstrakurikuler futsal putra SMA Negeri 1 Nglames masih berada pada kategori yang relatif rendah. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh bahwa tidak terdapat peserta yang berada pada kategori Sangat Baik maupun Baik, sebanyak 2 peserta 10,0% berada pada kategori Cukup, 9 peserta 45,0% berada pada kategori Kurang, dan 9 peserta 45,0% berada pada kategori Sangat Kurang. Dengan demikian, kemampuan *passing* peserta secara umum masih memerlukan peningkatan melalui latihan teknik dasar yang lebih terprogram, sistematis, dan berkelanjutan.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *dribbling* peserta ekstrakurikuler futsal putra SMA Negeri 1 Nglames berada pada kategori Cukup. Berdasarkan hasil analisis diperoleh bahwa tidak terdapat peserta yang berada pada kategori Sangat Baik, sebanyak 4 peserta 20,0% berada pada kategori Baik, 8 peserta 40,0% berada pada kategori Cukup, 4 peserta 20,0% berada pada kategori Kurang, dan 4

peserta 20,0% berada pada kategori Sangat Kurang. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan *dribbling* peserta relatif lebih baik dibandingkan *passing* dan *shooting*, namun masih perlu ditingkatkan agar lebih banyak peserta mencapai kategori baik dan sangat baik.

3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *shooting* peserta ekstrakurikuler futsal putra SMA Negeri 1 Nglames masih didominasi oleh kategori Kurang. Berdasarkan hasil analisis diperoleh bahwa tidak terdapat peserta yang berada pada kategori Sangat Baik, sebanyak 2 peserta 10,0% berada pada kategori Baik, 7 peserta 35,0% berada pada kategori Cukup, 9 peserta 45,0% berada pada kategori Kurang, dan 2 peserta 10,0% berada pada kategori Sangat Kurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan *shooting* peserta masih perlu ditingkatkan, terutama pada aspek ketepatan sasaran, koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, dan kekuatan tendangan.
4. Secara keseluruhan, tingkat keterampilan teknik dasar futsal peserta ekstrakurikuler futsal putra SMAN 1 Nglames menunjukkan bahwa kemampuan *dribbling* merupakan teknik yang memiliki hasil relatif lebih baik dibandingkan *passing* dan *shooting*. Sementara itu, kemampuan *passing* dan *shooting* masih didominasi oleh kategori kurang sehingga diperlukan program latihan yang lebih terstruktur, sistematis, dan berkesinambungan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dalam menyusun program latihan

teknik dasar yang lebih efektif sehingga kemampuan peserta dapat meningkat secara optimal.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut.

1. Bagi Pelatih

Pelatih ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Nglames diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan evaluasi dalam menyusun program latihan. Mengingat hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan *passing* dan *shooting* masih berada pada kategori kurang, pelatih disarankan untuk memberikan porsi latihan yang lebih besar pada kedua teknik dasar tersebut. Program latihan hendaknya dilakukan secara bertahap, sistematis, dan berkelanjutan dengan mengombinasikan latihan teknik individu dan latihan dalam situasi permainan. Selain itu, pelatih perlu melakukan evaluasi keterampilan peserta secara berkala agar perkembangan kemampuan setiap peserta dapat dipantau dan program latihan dapat disesuaikan dengan kebutuhan.

2. Bagi Peserta Ekstrakurikuler

Peserta ekstrakurikuler futsal diharapkan lebih aktif dan disiplin dalam mengikuti setiap program latihan yang diberikan oleh pelatih. Selain mengikuti latihan di sekolah, peserta juga disarankan untuk melakukan latihan mandiri guna meningkatkan penguasaan

teknik dasar *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Kesungguhan, kedisiplinan, dan konsistensi dalam berlatih diharapkan dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar sehingga peserta mampu menunjukkan performa yang lebih baik ketika mengikuti pertandingan.

3. Bagi Sekolah

Pihak SMA Negeri 1 Nglames diharapkan terus memberikan dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler futsal melalui penyediaan sarana dan prasarana yang memadai, seperti lapangan, bola futsal, cone latihan, rompi latihan, gawang, dan perlengkapan pendukung lainnya. Selain itu, sekolah diharapkan memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengikuti berbagai kompetisi atau pertandingan persahabatan sebagai sarana mengembangkan kemampuan teknik, pengalaman bermain, dan mental bertanding.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melibatkan jumlah responden yang lebih banyak serta menambahkan variabel lain yang diduga memengaruhi keterampilan teknik dasar futsal, seperti kondisi fisik, kelincahan, koordinasi, motivasi berlatih, pengalaman bermain, maupun frekuensi latihan. Selain itu, penelitian dapat dilakukan pada jenjang pendidikan atau sekolah yang berbeda sehingga hasil penelitian

dapat dibandingkan dan memberikan gambaran yang lebih luas mengenai tingkat keterampilan teknik dasar futsal.