

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Model latihan *El-Rondo* berpengaruh yang signifikan terhadap kemampuan passing atlet sepakbola SSB Indoras FC.
2. Yang dimana memperoleh penghitungan analisis data *El-Rondo* terhadap kemampuan passing atlet sepakbola SSB Indoras FC dengan diperoleh t-hitung sebesar 11,99 dan dibandingkan dengan t-tabel sebesar 1,703 pada taraf signifikan 5%. Sedangkan prosentase peningkatan kemampuan *passing* yang diperoleh yaitu 53,99%. Sehingga dapat dikatakan model latihan *El-Rondo* yang signifikan terhadap kemampuan passing atlet sepakbola SSB Indoras FC.

Dari kesimpulan diatas dapat dikatakan bahwa untuk meningkatkan kemampuan passing atlet sepakbola SSB Indoras FC dapat menggunakan model latihan *El-Rondo*. Model latihan *El-Rondo* memiliki pengaruh yang besar dan tepat untuk kemampuan passing dalam permainan sepakbola. Dengan model latihan *El-Rondo* akan lebih berpengaruh terhadap kemampuan passing bagi para atlet sepakbola.

B. Saran

Berdasarkan simpulan dan implikasi yang ditimbulkan dalam bagian penutup ini, maka dapat disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Hendaknya pelatih dapat memberikan atau menerapkan model latihan yang menyenangkan yaitu dengan menerapkan suatu model dalam latihan khususnya model latihan *El-Rondo* untuk meningkatkan kualitas *passing* bagi para atlet sepakbola.
2. Jika model latihan *El-Rondo* ini dapat dilaksanakan dengan baik dan benar maka model latihan ini dapat meningkatkan kualitas *passing* bagi para atlet sepakbola secara signifikan.

3. Pelatih hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi kepelatihan, menyampaikan materi, serta dalam mengelola jadwal latihan, sehingga kualitas latihan yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu pelatih juga harus mau untuk membuka diri menerima berbagai bentuk saran, masukan serta kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas mengajarnya.

