

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Hasil penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pembinaan sepak bola putri pada *club girls football project* di Kabupaten Timor Tengah Selatan. Melalui penelitian ini, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

Pembinaan sepak bola putri pada *club girls football project* di Kabupaten Timor Tengah Selatan dilakukan dengan menerapkan aspek-aspek untuk meningkatkan kemampuan para pemain; kepribadian atlet, kondisi fisik, keterampilan teknik, latihan taktik, dan latihan mental. Dengan dilakukannya pembinaan yang dapat meningkatkan kemampuan para pemain, pemain lebih aktif dan percaya diri dalam mengikuti suatu pertandingan dan para pemain mampu bersaing untuk memperoleh kemenangan dan meraih prestasi pada permainan sepak bola.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang hendak disampaikan oleh peneliti yaitu sebagai berikut:

1. Pemain

Untuk para pemain harus fokus dalam mendengarkan arahan dan mengikuti latihan pembinaan agar proses latihan dapat dilaksanakan

dengan baik sehingga bisa memperoleh hasil yang baik ketika mengikuti pertandingan.

Pihak manager perlu mendukung pelatih serta para pemain dengan menyediakan dukungan berupa sarana-prasarana dalam latihan, sehingga pelatih maupun pemain lebih bersemangat dan dapat memperoleh hasil yang baik dalam latihan maupun pertandingan.

2. Pelatih

Pelatih perlu meningkatkan pembinaan dan keterampilan serta dukungan terhadap pemain sepak bola putri, karena melalui pembinaan dan keterampilan yang dituangkan kepada para pemain, pemain dapat memperoleh pengetahuan lebih tentang teknik maupun taktik dalam permainan permainan sepak bola, sehingga kedepannya sepak bola putri dapat berkembang dengan baik di Kabupaten Timor Tengah Selatan maupun di Indonesia.

3. Manager

Pihak manager perlu mendukung pelatih serta para pemain dengan menyediakan dukungan berupa sarana-prasarana dalam latihan, sehingga pelatih maupun pemain lebih bersemangat dan dapat memperoleh hasil yang baik dalam latihan maupun pertandingan.

4. Pemerintah

Pemerintah agar lebih memperhatikan kekurangan-kekurangan yang ada pada club girls football project yang dapat menghambat proses pembinaan. Seperti kesedian lapangan dan keamanan. Karena dengan

adanya lapangan dan keamanan yang baik proses pembinaan pun dapat berjalan dengan baik