

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh latihan El Rondo terhadap kemampuan passing pemain sepak bola U-12 SDN Naikoten 1 Kota Kupang, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Kemampuan passing pemain sebelum diberikan latihan El Rondo masih tergolong rendah. Hal ini ditunjukkan oleh nilai rata-rata (mean) pretest sebesar 4,10, dengan nilai minimum 2, nilai maksimum 7, dan standar deviasi 1,373, yang menunjukkan bahwa kemampuan passing antar pemain masih cukup bervariasi.
2. Kemampuan passing pemain setelah diberikan latihan El Rondo mengalami peningkatan. Hasil posttest menunjukkan nilai rata-rata (mean) sebesar 9,10, dengan nilai minimum 8, nilai maksimum 10, dan standar deviasi 0,912, yang menunjukkan bahwa kemampuan passing pemain menjadi lebih baik dan lebih merata.
3. Hasil uji hipotesis menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test memperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. (2-tailed)) sebesar 0,000 ($< 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan El Rondo terhadap kemampuan passing pemain sepak bola U-12 SDN Naikoten 1 Kota Kupang. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima, sehingga

latihan El Rondo terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan passing pemain.

B. Saran

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

1. Bagi pelatih, latihan El Rondo dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif metode latihan untuk meningkatkan kemampuan passing pemain, karena terbukti efektif dalam meningkatkan akurasi operan, penguasaan bola, serta kerja sama antarpemain.
2. Bagi pemain, diharapkan mengikuti latihan El Rondo secara disiplin dan berkesinambungan agar kemampuan passing semakin meningkat serta dapat diterapkan secara efektif dalam situasi pertandingan.
3. Bagi sekolah atau klub sepak bola, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program latihan teknik dasar sepak bola, khususnya latihan passing bagi pemain usia dini.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, melibatkan kelompok kontrol, memperpanjang durasi latihan, serta mengkaji pengaruh latihan El Rondo terhadap keterampilan teknik lainnya, seperti dribbling, shooting, kontrol bola, maupun kemampuan pengambilan keputusan dalam permainan