

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Teknik dasar bermain futsal yaitu kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh setiap individu pemain yang harus terus dilatih maupun diasah melalui pola latihan teknik-teknik, taktik maupun fisik sehingga menemukan pola permainan dan *skill* individu yang didalamnya tidak hanya menendang bola, namun juga diperlukan keahlian dalam hal penguasaan maupun mengontrol bola yang diterapkan dalam sebuah permainan futsal yang bertujuan meningkatkan kerjasama secara tim, baik dalam proses bertahan ataupun menyerang lawan. Secara umum yang menjadi dasar-dasar teknik futsal yang paling dominan digunakan yaitu; mengumpan, menahan bola, menggiring, maupun menembak.

Setelah dilakukan analisis data penelitian mengenai keterampilan dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler MI-MWB At-Taahdhiriyyah Jalancagak Cisaat Kabupaten Sukabumi, berdasarkan tes keterampilan dasar bermain futsal kelompok usia 10-12 tahun diketahui bahwa kategori baik sekali sebanyak 6 peserta, kategori baik sebanyak 9 peserta, kategori sedang sebanyak 4 peserta, kategori kurang sebanyak 1 peserta, dan kategori kurang sekali 0 peserta.

B. Saran

Untuk meningkatkan kualitas keterampilan dasar bermain futsal dibutuhkan metode latihan yang sesuai. Salah satu yang dapat dilakukan adalah meningkatkan konsistensi latihan keterampilan dasar seperti *passing*, *dribbling*, *controlling* dan *shooting*. Berdasarkan hal tersebut, beberapa hal yang disarankan oleh peneliti ialah sebagai berikut.

1. Bagi pemain

Bagi pemain dengan adanya metode latihan yang teratur akan dapat meningkatkan memotivasi pemain untuk terus meningkatkan kualitas keterampilan permainan, dan juga akan

2. Bagi pelatih

penelitian ini memberikan informasi yang aktual bagi guru penjas dan pelatih ekstrakurikuler mengenai hasil pencapaian keterampilan dasar bermain futsal pada peserta ekstrakurikuler MI-MWB At-Tahdhiriyah Jalancagak Cisaat Kabupaten Sukabumi sehingga dapat lebih dikembangkan lagi dikemudian hari.

3. Bagi peneliti selanjutnya

pada penelitian ini belum semua pemain mencapai kualitas yang diharapkan, sehingga apabila ada peneliti dikemudian hari melakukan penelitian kaitan teknik keterampilan bermain futsal dapat dispesifikan pada teknik-teknit tertentu, sehingga lebih mendetail.