

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Bedasarkan data yang diperoleh dari hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian bahwa penelitian ini berhasil menghasilkan 24 (dua puluh empat) produk pengembangan model latihan *Rondo* pada permainan Futsal yang sesuai dengan teori dan prinsip pada umumnya, yaitu :

1. Fundamental *Rondo* 4 v 1
2. Fundamental *Rondo* 3 v 1 *variation*
3. Fundamental *Rondo* 4 v 1 *variation*
4. Fundamental *Rondo* 4 v 1 *variation*
5. Fundamental *Rondo* 4 v 1 *variation*
6. Fundamental *Rondo* 4 v 1 *variation*
7. Fundamental *Rondo* 7 v 3 *variation*
8. *Moving Rondo* 4 v 2 *variation*
9. *Moving Rondo* 4 v 1
10. *Moving Rondo* 4 v 1 to 4 v 1
11. *Moving Rondo* 3 v 1
12. *Moving Rondo* 8 v 2 berpasangan

13. *Moving Rondo 3 v 2 to 3 v 2*
14. *Two team color coded Rondo 4 v 2*
15. *Two team color coded Rondo 8 v 2*
16. *Breaking the lines Rondo 4 v 1 to 3 v 1*
17. *Breaking the lines Rondo 3 v 2 to 4 v 2 to 3 v 2*
18. *Rondo to possession to Rondo 3 v 1 to 9 v 3*
19. *Rondo to possession to Rondo 8 v 2 to 4 v 4 v 4*
20. *Rondo to fitness 6 v 2*
21. *Rondo to passing patterns 3 v 2*
22. *Line passing Rondo 8 v 2*
23. *Moving circle Rondo 4 v 1*
24. *Moving circle Rondo 4 v 1*

Adapun ringkasan singkat revisi dari para ahli yang terlibat adalah sebagai berikut :

- a. Pada model latihan passing patterns 6 v 2 cara model latihannya sama seperti model latihan passing patterns 3 v 2 , yang berbeda hanya jumlah pemainnya yang ditambahkan tetapi cara model latihannya tidak berbeda . Jadi model tidak layak

## **B. Saran**

1. Produk pengembangan model latihan *Rondo* pada permainan Futsal ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi oleh para pelatih dalam menyusun program latihan dan pada pemain untuk merasakan berbagai situasi pertandingan manfaat dari latihan *Rondo*
2. Produk ini peneliti menyarankan agar pelatih mempelajari terlebih dahulu pola latihan tersebut
3. Penelitian ini sebaiknya melibatkan banyak ahli atau pakar di bidang olahraga Futsal, sehingga akan memiliki banyak saran dan dapat membuat model latihan semakin berkembang lebih baik lagi
4. Sebaiknya model ini disusun kembali menjadi lebih baik, dikemas agar menjadi lebih mudah dipahami sehingga pembaca dapat mengerti dan memahami model latihan yang dikembangkan
5. Sebelum disebarluaskan, agar model latihan *Rondo* pada permainan Futsal ini dapat digunakan oleh para pelatih, maka sebaiknya dicetak lebih banyak lagi sehingga cabang olahraga Futsal di Indonesia dapat terus berkembang dan berprestasi.