

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan masalah yang dikemukakan serta didukung dengan deskripsi teoritis dan kerangka berfikir dan hasil data, maka dapat ditarik kesimpulan dari penelitian ini antara lain :

1. Distribusi bola dengan menggunakan tangan penjaga gawang yang bertanding di Turnamen Sepakbola U-12 *Indihome Grassroots Festival 2017*, prosentase keberhasilannya sejumlah 66,67% atau 104 kali berhasil dari 156 kali, berbanding 33,33% prosentase kegagalannya atau 52 kali gagal dari 156 kali.
2. Distribusi bola dengan menggunakan kaki penjaga gawang yang bertanding di Turnamen Sepakbola U-12 *Indihome Grassroots Festival 2017* prosentase keberhasilannya sejumlah 47,06% atau 64 kali berhasil dari 136 kali, berbanding 52,94% prosentase kegagalannya atau 72 kali gagal dari 136 kali.

## B. Saran

1. Para pelatih penjaga gawang SSB diharapkan tidak hanya melatih kemampuan bertahan penjaga gawangnya saja, namun juga kemampuan menyerangnya yaitu distribusi bola ini.
2. Para pelatih penjaga gawang SSB diharapkan untuk melatih kemampuan mengolah bola dengan kaki penjaga gawangnya, karena seringkali penjaga gawang mengalami kesulitan ketika menerima *backpass* dari rekan setimnya maupun ketika akan melakukan distribusi bola dengan menggunakan kaki.
3. Diharapkan para pelatih SSB untuk membiasakan pemainnya untuk selalu mencoba membangun serangan dari bawah, tidak terus terusan untuk menendang bola jauh kedepan yang belum tentu rekan setim dapat mengontrol bola tersebut.
4. Diharapkan para pelatih SSB untuk memberikan kesempatan kepada penjaga gawangnya ketimbang pemain lain untuk mengambil tendangan *goalkick*.
5. Diharapkan adanya penelitian lanjutan oleh mahasiswa ataupun ilmuwan sepakbola apabila ada yang ingin membuat model latihan distribusi bola penjaga gawang.