

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

Latihan *Coerver Pass and Move Combination* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *passing* dan *control* pada siswa usia 13-15 tahun Sekolah Sepak Bola (SSB) USU JUNIOR Medan Tahun 2017.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan dan pembahasan yang di uraikan diatas, maka dalam hal ini peneliti akan memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada pelatih agar khususnya menggunakan bentuk latihan tersebut untuk meningkatkan kemampuan siswanya.
2. Bagi para peneliti selanjutnya terbuka kesempatan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan sampel yang lebih besar, waktu penelitian yang lebih lama dan dengan menambah pengetahuan, variasi-variasi, serta bentuk-bentuk latihan *Coerver Pass and Move Combination* dalam berhasilnya program latihan yang telah direncanakan.
3. Kepada para siswa disarankan agar lebih bersungguh-sungguh dalam latihan, serta terus tingkatkan kemampuan *passing* dan *control* dan tetap mengikuti arahan pelatih dalam mengikuti latihan-latihan yang terprogram.