

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kecepatan *dribblebola* pada altet usia 10-12 Tahun SSB Rambung *country* Medan Tembung Tahun 2021.
2. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kecepatan *dribblebola* pada altet usia 10-12 Tahun SSB Rambung *country* Medan Tembung Tahun 2021.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kelentukan dengan kecepatan *dribble* bola pada altetusia 10-12 Tahun SSB Rambung *country* Medan Tembung Tahun 2021.
4. Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki, kelincahan, dan kelentukan terhadap kecepatan *dribble* bola pada atlet usia 10-12 Tahun SSB Rambung *country* Medan Tembung 2021.

6. SARAN

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu kepada pelatih sebaiknya menerapkan latihan yang berkaitan dengan koordinasi mata kaki, kelincahan dan kelentukan karna dinilai dapat meningkatkan kecepatan *dribble* bola pada atlet dan kepada peneliti selanjutnya yang akan mengembangkan penelitian ini untuk menambahkan variabel lain yang relevan.