

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut, “terdapat pengaruh yang signifikan dari implementasi variasi latihan *dribbling* terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola usia 11 – 13 tahun SSB Tunas Baru tahun 2021”.

5.2 Saran

Berorientasi pada hasil analisis dan kesimpulan hasil peneliti yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran kepada pelatih dalam melatih sepakbola pada khususnya yaitu keterampilan *dribbling* sepakbola sebagai berikut :

1. Diharapkan bentuk variasi latihan yang telah diberikan peneliti dimasukkan kedalam program latihan di SSB Tunas baru.
2. Pelatih diharapkan tetap terus berinovasi dalam memberikan materi latihan agar pemain tetap terus bermotivasi dalam menjalankan latihan.