

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis dan pengujian hipotesis, maka dapat disimpulkan bahwa data signifikan yang dapat dilihat dari nilai thitung sebesar 6,794 > ttabel 2,144 (df n-1 = 14) yang menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima, sesuai tabel diatas. Dengan demikian “Terdapat Pengaruh Variasi Latihan Passing Terhadap Peningkatan Pada Hasil Passing Sepak Bola Pada Pemain Usia 10-12 Tahun SSB Daun Mas Stabat Tahun 2023”.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi peneliti lain disarankan untuk meneliti dengan ruang lingkup yang lebih luas yang dapat memengaruhi variasi latihan passing dalam sepak bola.
2. Kepada pelatih agar memperhatikan bentuk latihan, program latihan yang sesuai untuk peningkatan tujuan yang ingin dicapai dalam peningkatan prestasi.
3. Kepada para atlet diharapkan lebih berkonsentrasi dan fokus dalam menjalankan program latihan yang telah diberikan oleh pelatih.