

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa terdapat Pengaruh Yang Signifikan Pada Variasi Latihan *Inside Foot* Dan *Instep Drive* Terhadap Hasil *Shooting* Ke Gawang Pada Atlet Putra Sekolah Sepak Bola Bandar Khalipah Usia 13-15 Tahun 2025.

5.2 Saran

Sebagaimana kelanjutan dari adanya kesimpulan yang diperoleh dari penelitian, maka peneliti akan memberikan saran yang dapat menjadi pertimbangan, yaitu :

1. Kepada pelatih agar dapat menggunakan latihan yang lebih banyak dengan menggunakan berbagai bentuk variasi latihan *shooting* untuk meningkatkan hasil *shooting* dalam permainan sepak bola.
2. Kepada peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian sejenis agar dapat meneliti faktor lain yang mungkin dapat berpengaruh terhadap *shooting* pada permainan sepak bola.