

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

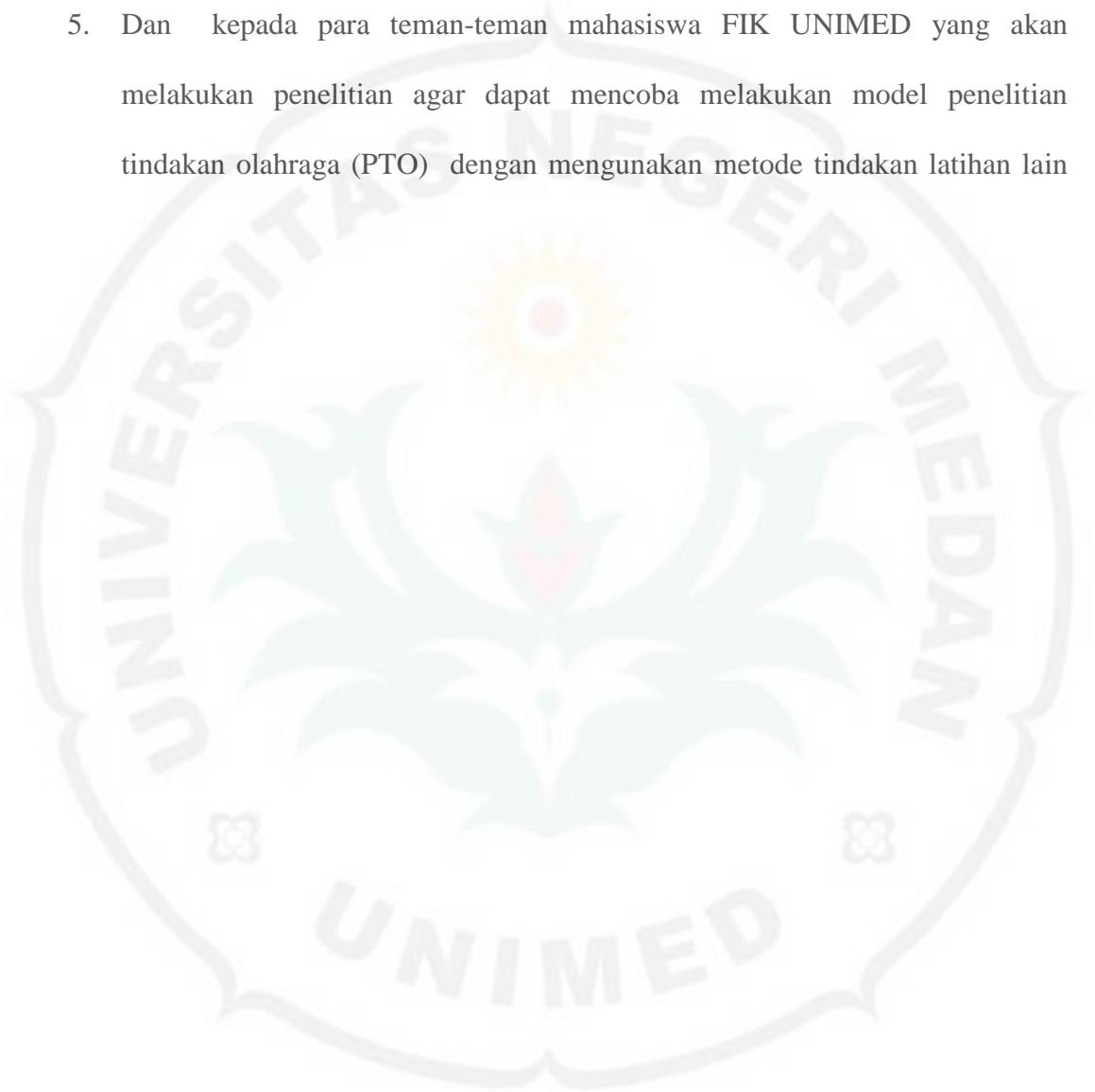
Sebagai kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa variasi bentuk latihan shooting after a dribble berpengaruh terhadap peningkatan hasil shooting atlet sepak bola SSB Gumarang umur 13-14 tahun 2012, dengan bentuk nilai pre-test adalah 66,5 % (tidak tercapai target hasil latihan) dan bentuk nilai post-test 84,1% (tercapai target hasil latihan).

B. Saran

Sebagai saran yang dapat yang dapat diberikan peneliti adalah :

1. Disarankan kepada atlet sepak bola SSB, supaya lebih giat mengikuti latihan agar dapat memiliki keterampilan bermain sepak bola yang baik sehingga berpengaruh terhadap kemajuan karier sebagai pemain sepak bola.
2. Kepada pengurus klub agar kiranya tidak bosan-bosannya membina usia muda dan lebih memperlengkapi lagi sarana dan prasarana yang mendukung kemajuan latihan dan klub.
3. Disarankan kepada pelatih agar memperhatikan variasi bentuk latihan dan program latihan yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai terkhusus kemampuan hasil shooting.
4. Kepada para teman-teman mahasiswa FIK UNIMED yang akan melakukan penelitian agar menggunakan sampel yang lebih besar lagi waktu penelitian yang lebih lama dan program latihan yang lebih baik.

5. Dan kepada para teman-teman mahasiswa FIK UNIMED yang akan melakukan penelitian agar dapat mencoba melakukan model penelitian tindakan olahraga (PTO) dengan menggunakan metode tindakan latihan lain



THE
Character Building
UNIVERSITY

