

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Latihan berbelok lalu *shooting* ke gawang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil ketepatan (*accuration*) *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain U-16 SSB VICTORY DAIRI TAHUN 2014.
2. Latihan menggiring bola lalu *shooting* ke gawang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil ketepatan (*accuration*) *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain U-16 SSB VICTORY DAIRI TAHUN 2014.
3. Latihan berbelok lalu *shooting* ke gawang lebih baik dari Latihan menggiring bola lalu *shooting* ke gawang terhadap peningkatan hasil ketepatan (*accuration*) *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain U-16 SSB VICTORY DAIRI TAHUN 2014.

B. Saran

Sebagai kelanjutan dari adanya kesimpulan yang diperoleh dari penelitian untuk melihat perbedaan pengaruh dari dua metode latihan yang bertujuan untuk meningkatkan hasil ketepatan (*accuration*) *shooting* dalam permainan sepakbola. Berikut ini dikemukakan beberapa hal yang dapat menjadi pertimbangan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* sepak bola yaitu:

1. Latihan berbelok lalu *shooting* ke gawang dan kelompok latihan menggiring bola lalu *shooting* ke gawang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap

peningkatan hasil ketepatan (*accuration*) *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain U-16 SSB VICTORY DAIRI TAHUN 2014.

2. Untuk lebih memantapkan hasil penelitian ini, kepada pihak- pihak yang ingin melakukan penelitian agar melakukan penelitian dengan judul yang sama, pada kelompok sampel yang lain.
3. Kepada pelatih atau guru olahraga di sekolah agar memperhatikan bentuk lain yang sesuai dengan peningkatan prestasi siswa.
4. Kepada para pelatih agar memperhatikan bentuk latihan dalam program latihan yang di buat sesuai dengan tujuan latihan yang ingin dicapai.