

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka penelitian mengambil kesimpulan sebagai berikut:

“Terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan variasi bentuk latihan *dribbling* sepak bola terhadap kemampuan *dribbling* pada atlet *U-15* SSB Patriot Medan tahun 2016.”

#### **B. Saran**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain:

1. Sebagai masukan atau manfaat bagi para pembina olahraga, pelatih olahraga khususnya pelatih sepakbola.
2. Kepada para pembaca, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dalam pengembangan teknik-teknik dalam cabang olahraga sepakbola.
3. Bagi para pembinaan dan pelatih diharapkan bermanfaat sebagai dasar untuk meyakinkan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* dalam permainan sepakbola
4. Sebagai bahan masukan untuk melakukan penelitian dalam menyusun karya ilmiah.