

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dan penelitian ini maka diperoleh kesimpulan, yaitu: variasi-variasi latihan *dribbling* dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pada pemain usia 10-12 tahun SSB Sejati Pratama Medan tahun 2017.

B. Saran

Sebagai saran yang dapat diberikan peneliti adalah:

1. Disarankan pada pelatih SSB Sejati Pratama Medan untuk mempertimbangkan penggunaan bentuk variasi-variasi *dribbling* pada materi latihan *dribbling* untuk pemain usia 10-12 tahun SSB Sejati Pratama Medan tahun 2017 karena hal ini dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain.
2. Kepada para teman-teman mahasiswa FIK Unimed agar dapat melakukan tindakan penelitian dalam bidang olahraga terutama melalui variasi-variasi latihan *dribbling*.
3. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan menerapkan bentuk variasi-variasi latihan *dribbling* agar kiranya dapat mencoba dengan materi bentuk yang lainnya