

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Latihan *shooting after dribble* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain Uisa 13-15 Tahun SSB Tunas Jaya Tahun 2015.
2. Latihan *running with the ball and shooting* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain Uisa 13-15 Tahun SSB Tunas Jaya Tahun 2015.
3. Latihan *shooting after dribble* lebih baik dari Latihan *running with the ball and shooting* terhadap peningkatan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain Uisa 13-15 Tahun SSB Tunas Jaya Tahun 2015.

B. Saran

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

1. Latihan *shooting after dribble* dan kelompok latihan *running with the ball and shooting* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain Usia 13-15 Tahun SSB Tunas Jaya Tahun 2015.
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.