

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis ditarik kesimpulan sebagai berikut:

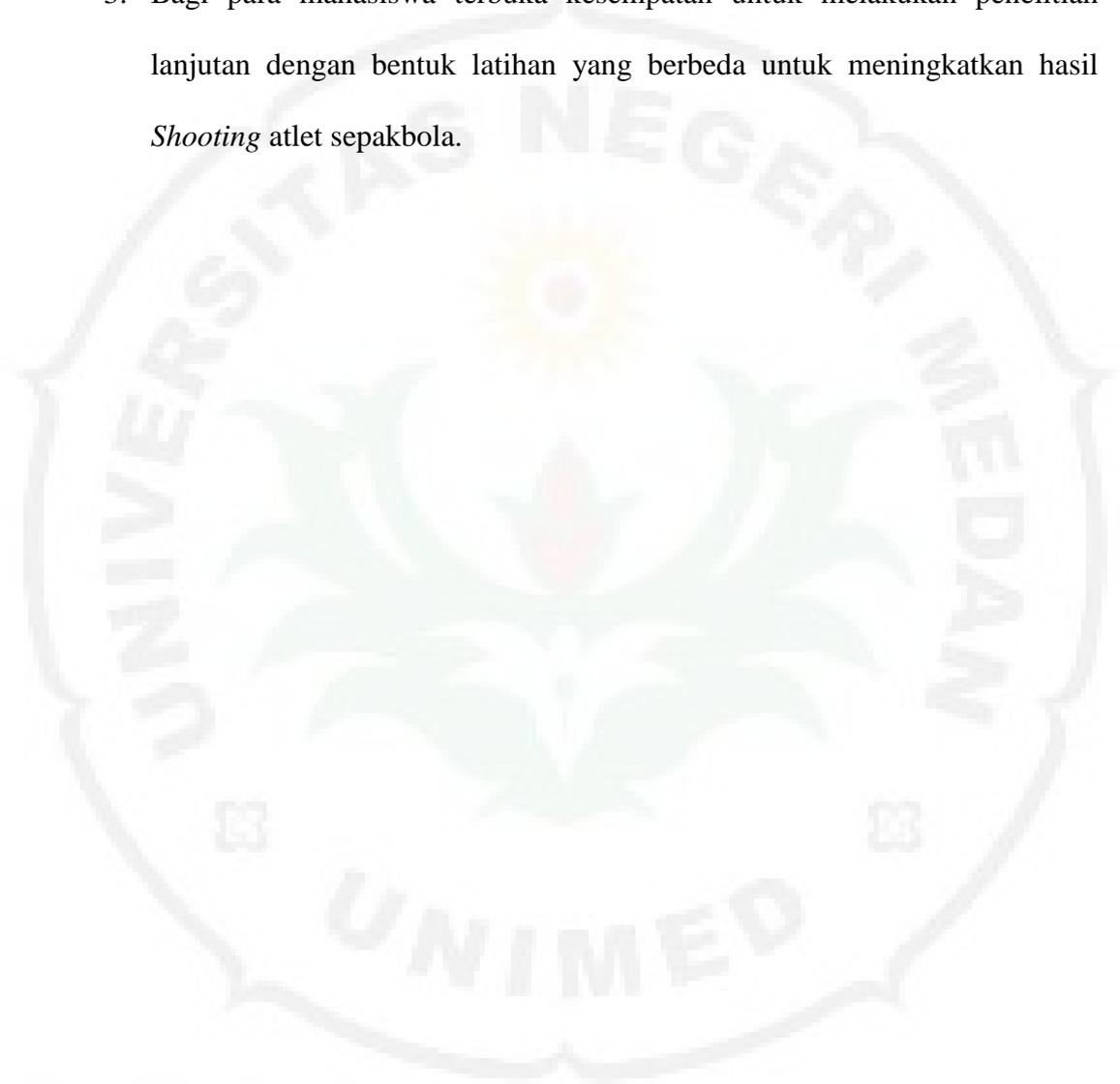
1. Latihan *Pressure Shooting Drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *Shooting* pada Atlet Usia 15-17 Tahun SSB Agtagana FC Perbaungan Tahun 2015.
2. Latihan *Shooting After Receiving* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *Shooting* pada Atlet Usia 15-17 Tahun SSB Agtagana FC Perbaungan Tahun 2015.
3. Latihan *Pressure Shooting Drill* tidak lebih besar pengaruhnya daripada latihan *Shooting After Receiving* terhadap hasil *Shooting* pada Atlet Usia 15-17 Tahun SSB Agtagana FC Perbaungan Tahun 2015.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Agar pelatih meberikan latihan *Pressure Shooting Drill* dan latihan *Shooting After Receiving* karena sama-sama berpengaruh terhadap peningkatan hasil *Shooting*.
2. Kepada para Atlet disarankan untuk melatih dan meningkatkan kemampuan *Shooting* nya melalui latihan yang terprogram.

3. Bagi para mahasiswa terbuka kesempatan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan bentuk latihan yang berbeda untuk meningkatkan hasil *Shooting* atlet sepakbola.



THE
Character Building
UNIVERSITY