

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

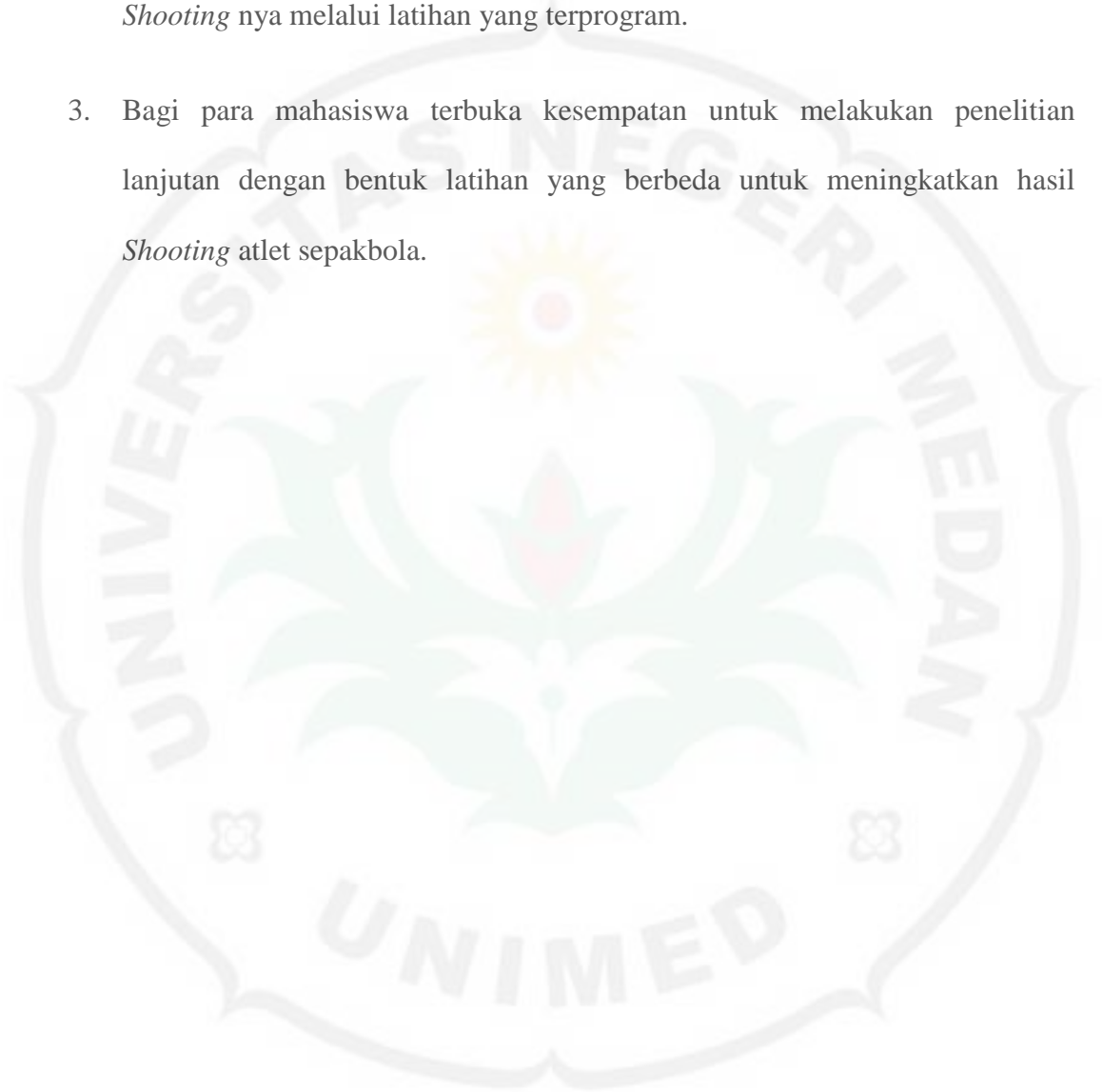
Dari hasil pengajuan hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat di tarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh signifikan dari latihan *Shooting After A Centering Pass* terhadap peningkatan hasil *Shooting* pada Atlet Usia 14-15 Tahun SSB Harapan Bangsa Tahun 2012.
2. Ada pengaruh signifikan dari latihan *Shoting After A Dribble* terhadap peningkatan hasil *Shooting* pada Atlet Usia 14-15 Tahun SSB Harapan Bangsa Tahun 2012.
3. Latihan *Shooting After A Centering Pass* tidak lebih besar pengaruhnya dibanding dengan latihan *Shooting After A Dribble* terhadap peningkatan hasil *Shooting* pada Atlet Usia 14-15 Tahun SSB Harapan Bangsa Tahun 2012.

B. Saran

1. Berdasarkan hasil penelitian ini maka disarankan kepada pelatih sepakbola untuk menerapkan program latihan *Shooting After A Centering Pass* dan latihan *Shooting After A Dribble* 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