BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Terdapat pengaruh Optimalisasi Variasi Latihan terhadap hasil belajar *dribbling* permainan sepak bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Bangun Purba Tahun Ajaran 2011/2012.

2. Terdapat pengaruh Optimalisai Modifikasi Permainan terhadap hasil belajar *dribbling* permainan sepak bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Bangun Purba Tahun Ajaran 2011/2012.

3. Tidak terdapat perbedaan pengaruh optimalisasi variasi latihan dengan modifikasi permainan terhadap hasil belajar *dribbling* permainan sepak bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Bangun Purba Tahun Ajaran 2011/2012.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti menyarankan :

1. Agar guru penjas memberikan pembelajaran *dribbling* pada permainan sepak bola dengan menggunakan variasi pembelajaran dan modifikasi.

2. Agar para guru penjas di sekolah memperhatikan dan mengembangkan kemampuan *dribbling* sepak bola siswanya, terutama bagi siswa yang kemampuannya masih rendah.

3. Bagi siswa agar dapat memperhatikan pelajaran yang diberikan oleh guru dan berlatih lebih baik lagi.

4. Bagi mahasiswa yang akan melaksanakan penelitian dapat menggunakan variasi latihan dan modifikasi dalam penelitian ini, namun dalam cabang olahraga yang berbeda atau pelajaran yang lain.

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED
THE Character Building UNIVERSITY