

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan dari penelitian ini maka diperoleh beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Berdasarkan hasil latihan atlet pada siklus-I setelah diberikan bentuk pendekatan taktis, maka dapat disimpulkan bahwa pendekatan taktis dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pada atlet putra usia 13-15 tahun SSB Teruna Padang Sidempuan tahun 2014. Dengan perincian dari jumlah keseluruhan 12 atlet, terdapat 11 atlet (91,66%) yang telah mencapai target personal dan 1 atlet (8,33%) yang tidak mencapai target personal dengan nilai rata-rata peningkatan kemampuan *dribbling* sebesar **12,18%**. Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Melalui Pendekatan Taktis Dapat Meningkatkan Kemampuan *Dribbling* Pada Atlet Putra Usia 13-15 Tahun SSB Teruna Padang Sidempuan Tahun 2014”.

B. Saran

Sebagai saran yang dapat diberikan peneliti adalah :

1. Disarankan pada pelatih SSB Teruna Padang Sidempuan untuk mempertimbangkan penggunaan bentuk pendekatan taktis pada materi latihan *dribbling* untuk atlet putra usia 13-15 tahun SSB Teruna Padang Sidempuan tahun 2014 karena hal ini dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* atlet.
2. Kepada para teman-teman mahasiswa FIK Unimed agar dapat melakukan Penelitian Tindakan dalam bidang olahraga terutama melalui bentuk pendekatan taktis.
3. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan menerapkan bentuk pendekatan taktis agar kiranya dapat mencoba dengan materi bentuk latihan yang lainnya.