

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Latihan *shooting after a dribble* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil akurasi *shooting* dalam permainan sepak bola pada Siswa SSB Sriwijaya usia 14-15 tahun Medan 2013.
2. Latihan *Shooting after a wall pass* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil akurasi *shooting* dalam permainan sepak bola pada Siswa SSB Sriwijaya usia 14-15 tahun Medan 2013.
3. Latihan *shooting after a dribble* lebih baik daripada latihan *shooting after a wall pass* terhadap hasil akurasi *shooting* dalam permainan sepak bola pada Siswa SSB Sriwijaya usia 14-15 tahun Medan 2013.

B. Saran

Sebagai kelanjutan dari adanya kesimpulan yang diperoleh dari penelitian yang membandingkan penggunaan dua bentuk latihan teknik menggiring bola yang berbeda untuk meningkatkan hasil akurasi *shooting* maka berikut ini dikemukakan beberapa hal yang dapat menjadi pertimbangan untuk meningkatkan akurasi *shooting* yaitu:

1. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa latihan *shooting after a dribble* dan latihan *shooting after a wall pass* dapat meningkatkan hasil akurasi *shooting* dalam permainan sepak bola diharapkan kepada pelatih, instruktur sepak bola dan juga guru- guru olahraga di lapangan khususnya agar menggunakan kedua bentuk latihan tersebut untuk meningkatkan kemampuan atletnya.

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.