

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan dan penelitian yang telah dilakukan peneliti mengenai metode latihan *slalom dribble*, dapat disimpulkan bahwa Metode latihan *slalom dribble* dapat meningkatkan hasil *dribbling* pada siswa usia 14-15 Tahun SSB Sampali Putra Tahun 2014.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang telah dibuat, maka peneliti menyarankan:

1. Disarankan kepada Pelatih sepakbola khususnya pada latihan *dribbling* untuk dapat memberikan metode latihan *slalom dribble* (kaki bagian dalam, kaki bagian luar, dan punggung kaki) kepada siswa, karena bentuk latihan ini salah satu bentuk latihan *dribbling* yang dapat memberikan pengaruh terhadap hasil *dribble* sepakbola.
2. Disarankan kepada para pelatih yang melatih kemampuan *dribbling* agar melaksanakan bentuk metode latihan *slalom dribble* (kaki bagian dalam, kaki bagian luar, dan punggung kaki) diharapkan melalui metode latihan tersebut hasil *dribbling* siswa dapat meningkat dari sebelumnya.
3. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan penerapan materi *dribbling* dengan metode latihan *slalom dribble*.