

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Latihan *Receiving drill* berpengaruh terhadap peningkatan hasil *passing* permainan sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun sekolah sepakbola (SSB) Dispora Mandailing Natal tahun 2015.
2. Latihan *Short passes with groups* berpengaruh terhadap peningkatan peningkatan hasil *passing* permainan sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun sekolah sepakbola (SSB) Dispora Mandailing Natal tahun 2015.
3. Latihan *Receiving drill* tidak lebih besar pengaruhnya dibanding latihan *Short passes with groups* terhadap peningkatan peningkatan hasil *passing* permainan sepakbola pada siswa usia 14-15 tahun sekolah sepakbola (SSB) Dispora Mandailing Natal tahun 2015.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian dapat diberikan saran sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada atlet, untuk terus melatih dirinya untuk mengikuti latihan yang disampaikan pelatih dengan lebih baik lagi.

2. Kepada pengurus SSB Dispora Mandailing Natal diharapkan dapat menyediakan segalasan dan prasarana di tempat latihan.
3. Kepada pelatih SSB Dispora Mandailing Natal diharapkan agar selalunya menerapkan bentuk-bentuk latihan *Receiving drill* dan *Short passes with group* kepada siswa SSB Mandailing Natal.
4. Kepada mahasiswa yang akan meneliti tentang topik yang sejenis, diharapkan dapat melaksanakannya dengan lebih baik lagi.