

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Latihan *shooting after receiving* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada atlet U-14 Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2014/2015.
2. Latihan *shooting after a dribble* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada atlet U-14 Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2014/2015.
3. Latihan *shooting after receiving* lebih besar pengaruhnya dari latihan *shooting after a dribble* terhadap peningkatan hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada atlet U-14 Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2014/2015.

B. Saran

Sebagai kelanjutan dari adanya kesimpulan yang diperoleh dari penelitian untuk melihat perbedaan pengaruh dari tiga metode latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *shooting*. Berikut ini dikemukakan beberapa hal yang dapat menjadi pertimbangan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* sepakbola yaitu:

1. Latihan *shooting after receiving* dan *shooting after a dribble* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada atlet U-14 Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2014/2015.

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 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.

THE
Character Building
UNIVERSITY