

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Latihan *Short Passes With Groups* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Hasil *Passing* bola pada pemain Sekolah Sepakbola Kenari Utama Usia 15 Tahun Medan 2014/2015.
2. Latihan *Give And Go* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Hasil *Passing* bola pada pemain Sekolah Sepakbola Kenari Utama Usia 15 Tahun Medan 2014/2015.
3. Latihan *Short Passes With Groups* dan latihan *Give And Go* memberikan pengaruh terhadap Hasil *Passing* bola pada pemain Sekolah Sepakbola Kenari Utama Usia 15 Tahun Medan 2014/2015.

B. Saran

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

1. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa latihan *Short Passes With Groups* dan latihan *Give And Go* dapat meningkatkan hasil *passing* bola, diharapkan kepada pelatih sepakbola 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 penjas di sekolah agar memperhatikan bentuk lain yang sesuai dengan peningkatan prestasi siswa.
4. Kepada para pelatih agar memperhatikan bentuk latihan dalam program latihan yang dibuat sesuai dengan tujuan latihan yang ingin dicapai.

THE
Character Building
UNIVERSITY