## **BAB V**

## KESIMPULAN DAN SARAN

## A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diambil kesimpulan bahwa profil keterampilan teknik dasar *passing*, *dribbling*, *shooting* permaianan sepak bola bereal football termasuk kedalam kategori cukup dibuktikan hasil rata-rata pada saat penelitian berlangsung medapatkan perolehan data keseluruhan yaitu pada kategori cukup mulai dari passing dan dribbling, sedangkan shooting masuk kategori baik, berikut datanya:

- 1. Sebanyak 10 atlet (50%) pada kategori cukup pada keterampilan passing
- Sebanyak 12 atlet (60%) pada kategori cukup pada keterampilan dribbling
- 3. Sebanyak 10 atlet ( 40%) pada kategori baik pada keterampilan shooting

## B. Saran - Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian profil keterampilan teknik dasar passing dribbling shooting permaianan sepak bola bereal football maka penulis mengajukan saran saran - sebagai berikut :

 Bagi pelatih, penggunaan latihan passing sasaran tetap dan sasaran berpindah dapat dijadikan sebagai metode dalam meningkatkan ketepatan passing.

- Bagi atlet, agar dapat bisa memahami apa yang pelatih sampaikan dalam sesi latihan dan jangan terlalu banyak bercanda pada saat latihan.
- 3. Bagi peneliti, selanjutnya hendaknya melakukan penelitian dengan sempel yang lebih luas, serta variable yang berbeda sehingga latihan untuk *passing, dribbling, shooting* sepakbola dapat terindentifikasi lebih luas.