

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari analisis hasil statistik penelitian yang dilakukan pada pemain sepakbola IREPON FC dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Secara statistik ada pengaruh latihan *shooting* menggunakan metode drill terhadap Ketepatan *shooting* pemain sepakbola IREPON FC.
2. Latihan *Shooting* menggunakan metode drill menghasilkan peningkatan ketepatan *shooting* pemain sepakbola dan cocok diterapkan dalam latihan teknik.

B. Saran-Saran

Berdasarkan hasil analisis Pengaruh Latihan *Shooting* menggunakan metode drill Terhadap Peningkatan Ketepatan *shooting* pemain sepakbola IREPON FC, berikut penulis menyarankan sebagai berikut:

1. Bagi pelatih

Latihan *Shooting* menggunakan metode drill dapat digunakan sebagai latihan dalam meningkatkan Ketepatan shooting pemain sepakbola, selain itu latihan yang dilakukan lebih mudah dan efektif.

2. Bagi Atlet

Memberikan pengetahuan dan motivasi mengenai pentingnya meningkatkan kemampuan teknik dasar, salah satunya melatih Ketepatan *shooting* karena Ketepatan *shooting* merupakan faktor yang sangat penting yang harus dimiliki seorang pemain agar mampu mencetak gol pada saat bertanding, dan disarankan untuk melakukan latihan *Shooting* menggunakan metode drill supaya dapat menjaga dan meningkatkan Ketepatan *shooting* secara maksimal.

3. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Untuk memperkuat hasil penelitian ini, disarankan dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menambah jumlah sampel dan menganalisis faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi Ketepatan *shooting*, salah satunya adalah antropometri, kondisi psikososial dan lainnya, dimana hal tersebut berbeda - beda pada setiap individu.
- b. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah dan melengkapi data variabel pre dan post yang digunakan sebagai data pembanding.