

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa latihan *ball feeling* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan keterampilan *dribbling* atlet sepakbola di SSB Wira Bangsa Sukamelang.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran dan rekomendasi dari hasil penelitian diantaranya :

1. Bagi para pembina dan pelatih sepak bola agar menerapkan latihan *ball feeling* pada atletnya.
2. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut.
3. Bagi penelitian selanjutnya, penulis berharap agar dapat menyempurnakan penelitian dengan wawasan dan cakupan yang luas, karena penulis masih merasa memiliki masih banyak kekurangan dalam penelitian ini karena keterbatasan tenaga, waktu, serta materi.