

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah dari pembahasan diatas dan analisis yang dilakukan maka penelitian ini dapat ditarik suatu kesimpulan yaitu: Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola Pada Umur 14 Tahun SSB Se Kecamatan Tebing Tinggi dari 35 orang siswa yang memiliki kategori Baik sebanyak 18 orang dengan persentasi 51.4%, yang memiliki kategori sedang sebanyak 17 orang dengan persentasi 41.8%. dari asil tes tersebut 18 orang yang melakukan dengan baik dari 35 orang yang mengikuti latihan, pemain ini memang melakukan latihan dengan sungguh-sungguh, sehngga apa yang mereka ikuti mendapatkan hasil yang baik.

#### **5.2 Saran**

Dari kesimpulan diatas maka dapat disarankan kepada :

1. Bagi pemain sepak bola, dapat membantu meningkatkan pemahaman, pengetahuan, dan pengalaman dalam hal kompetisi sepak bola serta dapat meningkatkan motivasi untuk meningkatkan prestasi.
2. Bagi pelatih, memberikan masukan kepada guru-guru olahraga, pembinaan maupun pelatih sehingga dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi untuk memperoleh prestasi yang lebih baik.
3. Bagi peneliti, peneliti mendapat pengalaman dan pengetahuan yang sangat berharga mengenai keterampilan teknik dasar sepak bola pada pemain umur 14 tahun SSB Se Kecamatan Tebing Tinggi.

4. Bagi masyarakat setempat, dapat membantu masyarakat untuk memberikan rekomendasi bagi suatu kebijakan, program yang direncanakan oleh SSB dimana hal tersebut dapat meningkatkan kinerja dari para pelaksana program.