

## **V. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pengolahan data, maka kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Latihan dengan menggunakan bola ukuran 4 memberikan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat ketepatan menendang bola ke arah gawang.
2. Latihan dengan menggunakan bola ukuran 5 memberikan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat ketepatan menendang bola ke arah gawang.
3. Latihan dengan menggunakan bola ukuran 5 memberikan peningkatan yang lebih signifikan daripada latihan dengan menggunakan bola ukuran 4 terhadap tingkat ketepatan menendang bola ke arah gawang.

### **5.2 Saran**

Saran-saran yang dapat penulis kemukakan berdasarkan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi para pembina, pelatih, dan guru pendidikan jasmani dalam proses pembinaan pemain khususnya ketepatan menendang bola pada anak usia dini, hendaknya alat dan metode latihan disesuaikan dengan karakter anak dan menggunakan bola ukuran 5 dikarenakan latihan dengan

menggunakan bola ukuran 5 memberikan pengaruh lebih signifikan dibandingkan dengan bola ukuran 4 terhadap tingkat ketepatan menendang bola ke arah gawang pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Way Panas.

2. Bagi peneliti lanjut yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan penulis sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel dan populasi yang lebih besar pada tingkat SMP dan SMA dengan memodifikasi alat bermain (bola) dan dengan kajian yang lebih mendalam yang hasilnya dapat diterapkan dalam dunia pendidikan ataupun kepelatihan.