

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa variasi latihan futsal berbasis video tutorial memiliki pengaruh terhadap keterampilan teknik dasar futsal siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Padang Tualang.

5.2 Saran

Berdasarkan temuan peneliti, berikut saran yang dapat disampaikan kepada pihak-pihak terkait:

1. Bagi siswa: Diharapkan untuk lebih aktif dan mandiri dalam mengikuti latihan futsal, termasuk memanfaatkan video tutorial sebagai alat bantu dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar futsal.
2. Bagi pelatih: Diharapkan dapat memanfaatkan variasi latihan futsal berbasis video tutorial sebagai alat bantu alternatif saat kegiatan ekstrakurikuler futsal.
3. Bagi sekolah: Diharapkan dapat mendukung penerapan video tutorial, dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai.
4. Bagi peneliti berikutnya diharapkan agar penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan pedoman untuk bisa mengembangkan hasil penelitian ini.