

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, pemberian variasi latihan passing berpengaruh besar terhadap peningkatan kemampuan passing futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Mulia Pratama Medan.

5.2. Saran

Saran yang diajukan dalam penelitian ini sebagai tindak lanjut dari kesimpulan adalah: (1) Bagi siswa ekstrakurikuler futsal SMP Mulia Pratama Medan maupun ekstrakurikuler sekolah lain: Disarankan untuk menggunakan variasi latihan yang lebih beragam dalam sesi latihan futsal. Diharapkan penggunaan variasi latihan ini dapat meningkatkan kemampuan passing serta keterampilan dasar lainnya dalam permainan futsal. Dengan cara ini, siswa dapat memahami berbagai aspek teknik yang diperlukan dalam permainan dan meningkatkan keterampilan mereka secara keseluruhan. (2) Bagi pelatih: Disarankan agar pelatih meningkatkan variasi latihan yang diterapkan selama sesi latihan. Hal ini penting untuk memperkaya pengalaman belajar siswa, terutama dalam meningkatkan kemampuan *passing* dan teknik dasar lainnya. Pelatih dapat merancang latihan yang lebih kreatif dan menarik, sehingga siswa tetap termotivasi dan bersemangat dalam berlatih. (3) Bagi peneliti selanjutnya: Disarankan agar peneliti selanjutnya memperhatikan berbagai aspek yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Dengan memperhatikan hal-hal tersebut, penelitian di masa depan dapat dirancang dengan lebih baik, sehingga

menghasilkan temuan yang lebih komprehensif dan dapat diandalkan dalam mengevaluasi efektivitas metode latihan dalam futsal atau olahraga lainnya.



THE
Character Building
UNIVERSITY