

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan data dan hasil analisis data yang sudah dilaksanakan, maka penulis mengambil kesimpulan.

1. Terdapat besar perbedaan pengaruh pembelajaran futsal antara frekuensi 3x dan 5x terhadap kemampuan kognisi secara keseluruhan.
2. Tidak terdapat interaksi pembelajaran futsal dengan ME (Motor educability).
3. Bagi siswa yang memiliki ME yang tinggi di dapat hasil latihan frekuensi 3x lebih baik di bandingkan dengan pembelajaran frekuensi 5x.
4. Bagi siswa yang memiliki ME yang rendah di dapat hasil latihan frekuensi 5 lebih baik di bandingkan dengan pembelajaran frekuensi 3x.

Dari hasil yang di dapat berdasarkan penelitian maka dapat di ambil kesimpulan bahwa pembelajaran frekuensi 3x seminggu lebih baik untuk siswa dengan ME yang tinggi. Dan pembelajaran frekuensi 5x seminggu baik digunakan untuk siswa yang maksimal dalam pembelajaran futsal.

5.2 Saran-saran

Berdasarkan penelitian yang penulis laksanakan, bahwa pembelajaran futsal yang menggunakan frekuensi 3x seminggu dan frekuensi 5x seminggu memiliki perbedaan yang signifikan di lihat dari hasil pembelajaran yang di hubungkan dengan tingkat *Motor educability* . oleh karena itu penulis mengajukan beberapa saran sebagai berikut .:

1. Kepada guru dan pengajar eskul futsal bisa menerapkan pembelajaran futsal frekuensi 3x seminggu dan frekuensi 5x seminggu dapat di gunakan untuk meningkatkan kemampuan kognisi.
2. Kepada guru dan pembina agar lebih mengetahui karakteristik siswa sehingga akan memudahkan dalam hal pembinaan.
3. Di sarankan pembelajaran frekuensi 3x seminggu dan frekuensi 5x seminggu bisa di jadikan alternatif pembelajaran di sekolah agar lebih tau mana siswa yang lebih mahir dalam pembelajaran futsal.
4. Kepada guru dan pembina futsal untuk meningkatkan pembelajaran futsal dapat di kembangkan menjadi olahraga prestasi khususnya bagi para pemula.

5. Bagi lembaga, di harapkan penelitian ini menjadi sumbangan ilmu pengetahuan yang akan memberikan manfaat bagi semua.