

BAB V

KESIMPULAN SARAN

Pada bab ini diuraikan tentang simpulan dan hasil pembahasan telah dilakukan untuk menjawab pernyataan dan saran – saran yang sesuai dengan simpulan yang diambil, sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan dan saran sebagai berikut :

5.1 Kesimpulan

Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa Mayoritas pemain futsal berdasarkan pengetahuan baik dan kurang adalah pemain memiliki pengetahuan Kurang berjumlah 24 responden atau (60 %), pemain memiliki pengetahuan Baik berjumlah 16 responden atau (40 %).

5.2 Saran

1. Bagi pemain
 - a. Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan agar memberikan pemahaman bahwa cedera saat proses latihan dilapangan sangat mungkin terjadi
 - b. Memberikan gambaran tentang potensi cedera dan penanganannya
 - c. Memberikan pemahaman penanganan cedera menggunakan metode RICE

2. Bagi peneliti

Untuk meningkatkan pengalaman peneliti dalam mengetahui gambaran pengetahuan pemain futsal dalam mengatasi cedera olahraga.

3. Bagi Ormabes

Perlu di adakan pelatihan penanganan cedera dini untuk membekalisemua para pemain yang terkena cedera.