

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh Pengaruh Latihan *Smash* Bola Gantung terhadap Ketepatan *Smash* salto pada Atlet atlet putra sepak takraw PSTI GAD kota jambi.

5.2 Saran

1. Diharapkan kepada pelatih Takraw agar memberikan latihan Smash menggunakan bola gantung terhadap peningkatan ketepatan Smash salto pada atlet takraw Kota Jambi.
2. Diharapkan kepada atlet Takraw agar dapat termotivasi untuk mengikuti program latihan Smash menggunakan bola gantung terhadap peningkatanketepatan Samash salto.
3. Diharapkan kepada siswa agar dapat menambah wawasan dalam meningkatkan Smash salto Takraw.
4. Diharapkan kepada masyarakat agar dapat memahami apa itu olahraga *Takraw*, khususnya untuk meningkatkan Smash Takraw.
5. Untuk meneliti menggunakan alat yang lain untuk peningkatan hasil Smash atlet Takraw.