

BAB V

PENUTUP

1.1 Simpulan

Setelah dari pembahasan di atas analisis yang dilakukan maka penelitian ini dapat ditarik suatu kesimpulan yaitu: ketepatan tendangan lurus dari 10 orang yang memiliki kategori sangat baik sebanyak 6 orang, yang memiliki kategori baik 3 orang, yang memiliki kategori cukup 1 orang.,perbedaan hasil penelitian yang bervariasi merupakan implikasi dari motivasi latihan masing-masing individu atlet dan juga dari jam terbang atlet.

1.2 Saran

Sehubungan dengan penelitian ini, berikut dapat disampaikan beberapa saran yang diharapkan dapat berguna untuk kedepannya, yaitu:

1. Bagi Atlet yang memiliki tendangan lurus yang sudah baik lebih ditingkatkan lagi, serta yang belum maksimal tendangan lurus agar meningkatkan dengan latihan yang mengarah ke tendangan lurus.
2. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi evaluasi pelatih agar mengetahui tendangan lurus yang dimiliki atletnya.
3. Melalui penelitian ini untuk sarana dan prasarana lebih baik lagi sebagai peningkatan tendangan lurus.