

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil pengolahan dan analisis data, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat tingkat probabilitas yang signifikan dari tendangan ke arah badan guna meraih peluang poin pada saat pertandingan Taekwondo Simulasi Pra Kualifikasi PORDA XI 2010.
2. Terdapat tingkat probabilitas yang signifikan dari tendangan ke arah muka guna meraih peluang poin pada saat pertandingan Taekwondo Simulasi Pra Kualifikasi PORDA XI 2010.
3. Terdapat perbedaan tingkat probabilitas yang signifikan antara arah tendangan badan dengan arah tendangan muka terhadap peluang poin pada saat pertandingan cabang olahraga Taekwondo pada atlet putra dan putri.

B. Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini dapat penulis kemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Para pelatih dan pembina cabang olahraga Taekwondo dapat meningkatkan kualitas pelatihan dan upaya untuk meningkatkan prestasi dengan cara meningkatkan kualitas teknik atlet-atlet asuhannya, baik itu tendangan yang mengarah ke badan ataupun ke muka agar tingkat probabilitas perolehan poin meningkat.
2. Para atlet dapat meningkatkan tingkat probabilitas perolehan poin dengan cara meningkatkan frekuensi tendangan ketika bertanding, namun hal tersebut dapat dilakukan dengan memperhatikan ke efektifan dari setiap tendangan yang dilakukan.
3. Untuk penelitian selanjutnya sebaiknya lebih mendalami dari sisi ilmu biomekanika dan miologi pada masing-masing gender pada saat melakukan teknik tendangan agar hasil yang dicapai lebih memuaskan dan lebih signifikan.
4. Penulis menyarankan kepada para pelatih dan pakar olahraga kompetitif yang berkecimpung dalam cabang olahraga Taekwondo untuk menggali ilmu-ilmu yang dapat dijadikan sebagai penunjang keberhasilan dalam melatih. Hal ini tentu bertujuan untuk lebih memberikan suatu kontribusi terhadap pengembangan dan kemajuan cabang olahraga Taekwondo.