

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengelompokan data secara keseluruhan yang telah dipaparkan dari hasil tes 20 atlet untuk tingkat kemampuan dasar muaythai di Klub Muaythai Indonesia Kabupaten Samosir dengan jumlah persentase dan skor rata-rata putra dan putri termasuk dalam kategori kurang.

#### **5.2. Saran**

Berdasarkan simpulan penelitian ini maka saran yang dapat disampaikan peneliti adalah :

1. Bagi Klub Muaythai Indonesia Kabupaten Samosir  
Klub disarankan untuk mencari dan membuat kompetisi buat para atlet agar menambah pengalaman bertanding bagi atlet dan lebih memperhatikan prestasi.
2. Pembaca  
Pembaca yang baik disarankan untuk lebih memahami dan memperhatikan seni beladiri dan menjadikan tulisan ini sebagai kajian pustaka baik di kalangan mahasiswa maupun umum.

### 3. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan dapat melanjutkan penelitian ini dengan mencari faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan dasar muaythai dan hubungan antara kondisi fisik dengan teknik dan taktik.

