

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas simpulan yang dapat disampaikan

1. Tendangan sabit dari samping berpengaruh dalam menghasilkan nilai pada saat pertandingan
2. Tendangan sabit dari bawah berpengaruh dalam menghasilkan nilai pada saat pertandingan
3. Tendangan sabit dari bawah lebih efektif dalam menghasilkan nilai pada saat pertandingan.

#### 5.2. Saran

Dari kesimpulan yang dikemukakan saran yang dapat disampaikan

- Bagi atlet Untuk dapat meningkatkan teknik tendangan sabit atlet dan motivasi agar mendukung pencapaian prestasi atlet.
- Bagi peneliti : Untuk bahan masukan dan pertimbangan dalam melatih teknik tendangan sabit.

*Character Building*  
UNIVERSITY