

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pembahasan dan analisis data yang telah diuraikan pada bab sebelumnya yakni harga  $t_{hitung} = 15,20$  dan  $t_{daftar} = 2,88$  sehingga  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{daftar}$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penulis berbunyi “terdapat perbedaan ketepatan menendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam dan menggunakan punggung kaki pada tim PS Boalemo kabupaten boalemo” di terima, Hal ini terbukti melalui penelitian yang telah dilaksanakan kurang lebih 1 bulan ini memberikan gambaran penting terhadap perbedaan ketepatan menendang bola kearah gawang menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki, dengan hasil menendang dengan kaki bagian dalam lebih efektif di bandingkan dengan menendang menggunakan punggung kaki, hal ini terbukti pada hasil rata – rata, yakni menendang dengan kaki bagian dalam mencapai angka rata – rata 38,5, dibandingkan dengan menendang menggunakan punggung kaki hanya mencapai 24,61, dalam arti lebih rendah dengan menendang kaki bagian dalam.

#### **5.2. Saran**

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan di atas, maka penyusun dapat mengemukakan beberapa saran berikut;

1. untuk meningkatkan keterampilan atlit dalam hal menciptakan goal dalam setiap pertandingan sehinga dapat menghasilkan suatu kemenagan dengan menggunakan kaki bagian bagian dalam.

2. untuk membina dan mengembangkan keterampilan atlit dalam permainan sepak bola yang baik dan benar.
3. mengingat sepak bola merupakan salah satu cabang olah raga yang bermasyarakat dan sangat digemari oleh semua kalangan, maka kita perlu mengembangkan dan membina generasi muda untuk lebih mengenal tehnik dasar dalam permainan sepak bola khususnya tehnik menendang yang benar dan baik.