

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat hubungan yang berarti antara aktivitas bela diri taekwondo terhadap hasil tendangan *momtong ap chagi* pada anak berkebutuhan khusus sebesar 62,41 %.
2. Terdapat hubungan yang berarti antara motivasi belajar terhadap hasil tendangan *momtong ap chagi* pada anak berkebutuhan khusus sebesar 88,36 %.
3. Terdapat hubungan yang berarti antara aktivitas bela diri taekwondo dan motivasi belajar secara bersama-sama terhadap hasil tendangan *momtong ap chagi* pada anak berkebutuhan khusus sebesar 96,04%.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian ini peneliti menyarankan bahwa :

1. Sebagai guru olahraga bela diri taekwondo dalam usaha meningkatkan kebugaran dalam diri siswa agar dapat memberikan kegiatan-kegiatan

seperti aktivitas bela diri taekwondo dan motivasi belajar sebagai potensi siswa dalam meningkatkan kebugaran.

2. Untuk siswa bisa menekuni olahraga bela diri taekwondo karena mereka telah mempunyai minat yang bagus terhadap cabang olahraga ini.
3. Pihak sekolah hendaknya mulai membuka ekstrakurikuler bela diri taekwondo, karena sebagian siswa yang berminat dengan cabang olahraga ini.
4. Untuk para pelatih bela diri taekwondo sebaiknya menyusun program latihan yang lebih menarik dan variatif, agar atlet-atlet pemula atau anak yang mengikuti latihan bela diri taekwondo tidak merasa bosan atau malas dalam mengikuti latihan.
5. Orang tua hendaknya mendukung kegiatan yang diikuti dan diminati oleh anaknya agar anak bisa mengenal dunia luar dan megukir prestasi dil luar bidang akademik.
6. Bagi peneliti berikutnya, agar dapat melakukan penelitian terhadap hasil tendangan momtong *ap chagi* dengan menambah variabel-variabel yang lain, dan juga memperluas lingkup penelitian.