

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini yang diperoleh dengan didukung oleh data empiris jadi dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Teknik *mawashi geri* memiliki persentase tingkat keberhasilan mencapai 17% dan persentase tingkat kegagalan 83% dari 100% seluruh kegiatan *mawashi geri* tim PPLM DKI Jakarta
2. Teknik *uramawashi geri* memiliki persentase tingkat keberhasilan mencapai 25% dan persentase tingkat kegagalan 75% dari 100% seluruh kegiatan *uramawashi geri* tim PPLM DKI Jakarta
3. Keberhasilan dan kegagalan jumlah tendangan *mawashi geri* dan *uramawashi geri* tim PPLM DKI Jakarta pada pertandingan *12<sup>th</sup> korea open internasional karatedo championship* adalah total 51 kejadian terdiri dari 8 kejadian keberhasilan sebesar 15,6% dan 43 kejadian kegagalan sebesar 84,4%.

Dari hasil analisis diatas pada pertandingan tim PPLM DKI Jakarta di *12<sup>th</sup> korea open internasional karatedo championship* masih minim keberhasilannya dari pada kegagalannya.

## B. SARAN

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Teknik tendangan *mawashi geri* merupakan tendangan yang sangat unggul di saat menyerang atau melakukan serangan
2. Teknik tendangan *uramawashi geri* merupakan tendangan yang sangat berpotensi mendapatkan angka saat melakukan pertahanan atau saat musuh menyerang tendangan *uramawashi geri* dilakukan untuk meng counter attack serangan lawan.
3. Selalu membuat evaluasi dan analisis pada setiap pertandingan yang telah dilakukan agar pertandingan yang akan dihadapi menjadi lebih baik.
4. Atlet hendaklah selalu aktif melakukan teknik serangan yang bervariasi secara benar dan efisien, baik melalui analisis data pertandingan, kompetisi dan *video recorder*.