

## BAB V

### KESIMPULAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut meruoakan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sebagai jawaban dari pertanyaan penelitian yang sudah dirumuskan sebelumnya serta hasil anlisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Terdapat perbedaan dari kecepatan kaki, kecepatan lutut, percepatan kaki, percepatan lutut, waktu tendangan, sudut lutut, sudut kaki, tekanan kaki, usaha kaki, dan dampak kaki pada kedua tendangan.
- 2) Tidak terdapat perbedaan pada tinggi tendangan, sudut tendangan dengan tubuh bagian atas, dan jauh tendangan dari kedua tendangan.
- 3) Terdapat, dimana tendangan dollyo chagi lebih kuat dan cepat dibanding aidan dollyo chagi.
- 4) Tendangan Aidan dollyo chagi kurang kuat dan cepat sehingga kurang memberikan dampak pada lawan.
- 5) Tendangan aidan dollyo chagi lebih efisien digunakan untuk mendapatkan point karena lebih cepat dalam tendangannya namun tekanan usaha dan dampaknya lebih kecil dibanding dollyo chagi.
- 6) Tidak terdapat efisiensi tendangan dollyo chagi karena membutuhkan tekanan, usaha, dan dampak yang besar.

Dollyo chagi memiliki kekuatan sedangkan aidan dollyo chagi memiliki kecepatan

#### 5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil dari pengolahan data dan kesimpulan yang telah dipaparkan mengenai hasil penelitian, diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi pelaku cabang olahraga taekwondo sebagai acuan dalam pengukuran juga analisis teknik tendangan pada saat Latihan atau tes awal untuk pembuatan program Latihan.

#### 5.3 Rekomendasi

sebagai bentuk penyempurnaan penelitian, penulis memberikan rekomendasi bagi peneliti selanjutnya untuk menggunakan perangkat lunak analisis 3 dimensi dan memasukkan keseluruhan segmen tubuh baik berat maupun Panjang dan penggunaan EMG untuk mengetahui kakuatan otot saat menedang secara langsung.

