

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil Penelitian dengan judul “Tinjauan Tentang teknik dasar tendangan c dalam Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate” dengan metode deskriptif maka dapat disimpulkan bahwa teknik dasar tendangan C yang dilakukan oleh siswa di ranting penfui timur adalah :

1. Sikap pasang
2. Kuda-Kuda
3. Serangan
4. Tendangan
5. Sikap

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian di atas maka, ada beberapa hal yang ingin disarankan oleh Peneliti berkaitan dengan teknik dasar tendangan C cabang olahraga pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate yakni:

1. Kepada PSHT ranting Penfui Timur dimana siswa berlatih, agar dapat memperhatikan teknik dasar tendangan C yang diberikan oleh pelatih di ranting sehingga proses latihan bisa efisien.

2. Kepada pelatih untuk memperhatikan sistematika latihan sesuai dengan prosedur latihan yang ada khususnya teknik dasar tendangan C pada siswanya.
3. Kepada siswa agar memiliki semangat yang tinggi dalam berlatih harus mengikuti tahapan dan proses latihan dengan sungguh-sungguh