

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan :

1. Terdapat pengaruh gaya mengajar resiprokal yang signifikan terhadap keterampilan *groundstroke forehand* dimana rata-rata *pre test* 11.3 meningkat menjadi 20 pada *rata-rata post test*. hasil analisis uji t menunjukkan bahwa $t_{hitung} = 61.7 > t_{tabel} = 1.72913$.
2. Terdapat pengaruh gaya mengajar inklusi yang signifikan terhadap keterampilan *groundstroke forehand* dimana rata-rata *pre test* 12 meningkat menjadi menjadi 21.9 pada *rata-rata post test*. hasil analisis uji t menunjukkan bahwa $t_{hitung} = 30 > t_{tabel} = 1.72913$.
3. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi terhadap keterampilan *groundstroke forehand*, dimana rata-rata *post test* kelompok gaya mengajar resiprokal 19.95 dan rata-rata *post test* kelompok gaya mengajar inklusi 21.9 hasil analisis uji t menunjukkan $t_{hitung} = 6.2 > t_{tabel} = 1.72913$. Dimana perbedaan pada kelompok gaya mengajar inklusi meningkat 198 poin sedangkan pada gaya mengajar resiprokal 173.

5.2 Saran

Sesuai kesimpulan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pelatih tenis lapangan untuk dapat gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi atau salah satunya dalam meningkatkan keterampilan *groundstroke forehand*.
2. Gaya mengajar inklusi juga bisa diberikan sebagai salah satu materi keterampilan *groundstroke forehand*., dengan lebih mengembangkan dan memberi variasi materi yang lebih baik.
3. Penelitian ini hanya terbatas pada mahasiswa program studi pendidikan olahraga dan kesehatan Universitas Jambi angkatan 2017, untuk itu perlu diadakan penelitian pada sampel yang memiliki jumlah sampel yang lebih banyak.