

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian diperoleh data yaitu, 0 atlet (0%) mempunyai ketepatan *forehand drive* sangat kurang, 0 atlet (0%) mempunyai ketepatan *forehand drive* kurang, 0 atlet (0%) mempunyai ketepatan *forehand drive* sedang, 3 atlet (30%) mempunyai ketepatan *forehand drive* tinggi dan 7 atlet (70%) mempunyai ketepatan *forehand drive* sangat tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ketepatan *forehand drive* atlet Club Rajawali Kota Jambi dalam kategori sangat tinggi.

5.2 Implikasi

Dengan diketahuinya ketepatan *forehand drive* atlet Club Rajawali Kota Jambi dalam kategori sangat tinggi, maka penelitian ini mempunyai implikasi bagi pihak-pihak yang terkait, yaitu pelatih dan atlet Club Rajawali Kota Jambi. Secara teoritis hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai ketepatan *forehand drive* atlet Club Rajawali Kota Jambi. Sedangkan secara praktis, penelitian ini memberikan data kepada para atlet dan pelatih mengenai ketepatan *forehand drive* atlet Club Rajawali Kota Jambi. Bagi pelatih, penelitian ini menjadi bahan evaluasi terhadap program latihan yang diberikan kepada para atlet, agar menciptakan atlet yang dapat berprestasi.

5.3 Saran

1. Bagi atlet, hendaknya dengan penelitian ini para atlet tetap melakukan latihan dengan bersungguh-sungguh serta tetap giat menerapkan program yang sudah dirancang oleh pihak tim maupun pelatih.
2. Bagi pelatih, dengan penelitian ini pelatih diharapkan mampu menciptakan program latihan yang lebih bervariasi serta mampu menambah kemampuan teknik bermain tenis meja bagi para atlet nya.
3. Bagi peneliti selanjutnya, dapat mengembangkan penelitian ini dengan unsur-unsur lainnya, seperti subjek penelitian dan menambah unsur teknik dalam bermain tenis meja dalam kemampuan atlet untuk penelitian yang lebih baik lagi.