

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan olah data penelitian kemampuan pukulan *Netting* PB Juanda Sport Center Kota Sungai Penuh dapat disimpulkan bahwa kemampuan pukulan *Netting* kategorikan **baik** dari lima belas orang jumlah sampel yang di uji/tes.

5.2. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan yang di uraikan diatas, kemampuan *netting* pada atlet PB. Juanda Sport Center Kota Sungai Penuh memberikan pengaruh yang signifikan terhadap prestasi atlet dalam berbagai pertandingan baik perorangan maupun beregu. Kemampuan *netting* sangat perlu dalam sebuah permainan bulu tangkis, teknik *netting* pada permainan bulu tangkis merupakan salah satu teknik yang sulit dilakukan. Karena itu, teknik ini mesti dipelajari dengan baik sebelum melakukan pertandingan bulu tangkis. Teknik ini adalah jenis pukulan pendek yang dilakukan pemain guna meraih poin. Untuk menguasai teknik ini, seorang atlet bulutangkis PB. Juanda Sport Center Kota Sungai Penuh membutuhkan kemampuan untuk menyentuh *Sattelcock* dengan raket selembut mungkin, Meskipun dilakukan di depan net, tak jarang juga pukulan diarahkan jauh ke belakang guna menciptakan *rally*

Teknik *netting* termasuk teknik yang sulit dalam permainan bulutangkis. Pemain harus memperhatikan beragam aspek ketika melakukan teknik *netting*, seperti posisi tubuh, kekuatan pukulan serta arah raket. Dengan kemampuan *netting* Atlet PB. Juanda Sport Center Kota Sungai Penuh bisa bersaing dengan Atlet-atlet lain guna untuk mendulang prestasi sebanyak-banyak nya.

5.3. **Saran**

Sesuai dengan hasil penelitian dengan judul tes kemampuan *netting* PB Juanda Sport Center Kota Sungai Penuh dan kesimpulan dalam penelitian ini maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

- a. Demi mendapatkan hasil ketepatan pukulan *Netting* yang optimal yang sebaiknya diberikan latihan yang lebih terprogram.
- b. Bagi penelitian selanjutnya agar memberikan program latihan *Netting* yang lebih variatif jelas dan terprogram.
- c. Bagi pembaca diharapkan dengan membaca skripsi ini bisa berbagi kepada orang yang belum mengetahuinya tes kemampuan *Netting* PB Juanda Sport Center Kota Sungai Penuh.
- d. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan akan program latihan Pukulan *netting* selanjutnya.