

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada BAB sebelumnya, maka hasil penelitian yang dilakukan selama dua bulan dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Pengaruh yang signifikan, setelah di analisis menunjukkan harga  $t_{hitung} = 12$  dan  $t_{daftar}$  sebesar 2,09 dengan demikian harga  $t_{hitung}$  lebih besar dari pada  $t_{daftar}$  atau harga  $t_{hitung}$  telah berada di luar daerah penerimaan  $H_0$ . Sehingga hipotesis  $H_0$  yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh latihan *push stroke* terhadap kemampuan menyerang lawan pada permainan tenis meja siswa kelas XI Sekolah Madrasah Aliyah Negeri Model Kota Gorontalo, ditolak dan menerima hipotesis  $H_A$  yang menyatakan ada pengaruh latihan *push stroke* terhadap kemampuan menyerang lawan pada permainan tenis meja siswa kelas XI Sekolah Madrasah Aliyah Negeri Model Kota Gorontalo. Dengan demikian dapat disimpulkan hipotesis dalam penelitian ini yaitu; ada pengaruh latihan *push stroke* terhadap kemampuan menyerang lawan pada permainan tenis meja siswa kelas XI Sekolah Madrasah Aliyah Negeri Model Kota Gorontalo.

## 5.2 Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian yang dikemukakan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yang kiranya dapat dijadikan pedoman bagi para pelatih dan guru penjas di Sekolah Madrasah Aliyah Negeri Model Kota Gorontalo sebagai berikut:

- 5.2.1. Dalam rangka mengembangkan potensi pemain tenis meja guna meningkatkan keterampilanya khususnya kemampuan menyerang lawan , maka sangat efektif diterapkannya latihan *push stroke*.
- 5.2.2. Dalam merencanakan program latihan, hendaklah dikaji dengan benar bentuk-bentuk latihan yang akan digunakan, karena semua itu sangat dibutuhkan dalam meningkatkan keterampilan bermain tenis meja khususnya kemampuan menyerang lawan.