

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan dan analisis data yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penulis yang berbunyi “terdapat pengaruh pelatihan *drill* terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* cabang olahraga bulutangkis siswa kelas VII Putra SMP Negeri 1 Telaga” dapat diterima.

Dari pengujian normalitas data yang diperoleh data *pre-test* $L_{hitung} (L_h)$ sebesar 0,0750 dan $L_{tabel} \alpha = 0,05; n = 20$ ditemukan nilai sebesar 0,190. Jadi L_{hitung} lebih kecil dari L_{tabel} ($L_{hitung} = 0,0750 \leq L_{tabel} 0,190$), dan data untuk *post-test* L_{hitung} sebesar 0,0838 dan $L_{tabel} \alpha = 0,05; n = 20$ ditemukan nilai sebesar 0,190. Jadi L_{hitung} lebih kecil dari L_{tabel} ($L_{hitung} = 0,0838 \leq L_{tabel} 0,190$). Dapat disimpulkan variabel hasil pelatihan *drill* cabang olahraga bulutangkis merupakan data yang berasal dari data berdistribusi normal. Dalam pengujian homogenitas data variabel hasil dari peningkatan kekuatan jauhnya lemparan kedalam berasal dari data yang homogen.

Berdasarkan uji statistik dimana pengujian hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan harga ($t_{hitung} = 8.74 > t_{tabel} = 1.729$), jadi t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} , dan berada dalam daerah penerimaan h_a dan disimpulkan bahwa h_a diterima dan menolak h_0 . Jadi kesimpulannya pelatihan *dril* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* cabang olahraga bulutangkis siswa putera kelas VII SMP Negeri I Telaga.

5.2 Saran

Dengan memperhatikan hasil pembahasan dan simpulan di atas, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bahwa peningkatan ketepatan pukulan *smash* bulutangkis harus memperhatikan bentuk-bentuk latihan khususnya latihan *drill* smash.
2. Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pecinta olahraga bulutangkis untuk dapat menerapkan latihan *drill* yang dapat menghasilkan ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis.