

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka hasil penelitian yang dilakukan selama dua bulan dapat disimpulkan bahwa : Terdapat Pengaruh Latihan *Skiping* terhadap Ketepatan Servis Pendek Dalam Olahraga Bulutangkis Pada Siswa SMP Negeri 10 Kota Gorontalo.

#### **5.2 Saran**

Sehubungan dengan kesimpulan dalam penelitian ini, maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

- 5.2.1 Untuk meningkatkan ketepatan dalam melakukan servis pendek pada seorang atlet maupun siswa dapat dilatih dengan menggunakan Latihan *Skiping*.
- 5.2.2 Setiap bentuk latihan yang ingin dilatih haruslah dikuasai dan dipahami oleh pelatih dengan baik dalam penyusunan program latihan agar dapat memberikan pengaruh yang baik pula serta menghindari cedera yang berlebihan.
- 5.2.3 Perlu dilakukan penelitian kembali guna menambah pengetahuan untuk meningkatkan dan mengembangkan bentuk Latihan *Skiping*.
- 5.2.4 Hasil penelitian dapat dijadikan referensi untuk bahan acuan latihan sekaligus penyusunan karya tulis ilmiah berikutnya. Sehingga apabila terdapat kekeliruan kerja dapat diberikan masukan untuk kesempurnaan karya tersebut.