

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, perhitungan, serta analisis data, maka penulis dapat menarik kesimpulan bahwa kesiapan atlet dalam berlatih termasuk kategori baik. Sedangkan kesiapan pelatih dalam menyiapkan program latihan termasuk kedalam kategori baik. Kemudian pada aspek kesiapan sarana prasarana termasuk dalam kategori baik juga. Maka berdasarkan kategori, pola pembinaan atlet bulutangkis di klub Kotab Bandung berada pada kategori baik.

B. Saran – saran

Berdasarkan pada hasil penelitian ini penulis mempunyai saran-saran yang dapat dipertimbangkan sebagai berikut:

1. Bagi para pelatih atau pembina cabang olahraga bulutangkis, hendaknya meningkatkan pola pembinaan dalam meningkatkan prestasi yang sesuai dengan tuntutan kebutuhan cabang olahraganya. Pola pembinaan yang baik akan membantu meningkatkan prestasi cabang olahraga bulutangkis, yang di dalamnya terdiri dari aspek fisik, teknik, mental dan taktik yang menunjang untuk mendapatkan prestasi yang maksimal.
2. Untuk para atlet bulutangkis khususnya atlet usia dini agar berlatih dengan giat dan melaksanakan program latihan yang diberikan oleh pelatih dengan maksimal agar mendapatkan prestasi yang lebih baik lagi.
3. Untuk klub Kotab Bandung hendaknya lebih mempersiapkan lagi sarana dan prasarana yang lebih baik agar atlet yang berlatih merasa nyaman dalam melaksanakan latihan dan membina lagi atletnya agar dapat melahirkan kembali atlet – atlet nasional kembali dan mengulang masa kejayaan klub Kotab Bandung.