

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil data yang telah diperoleh dan dianalisis untuk menjawab rumusan masalah, terdapat adanya pengaruh latihan menggunakan raket (tok-tak). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh hasil latihan raket (tok-tak) dan *shuttlecock* gantung terhadap hasil belajar pukulan *lob forehand* bulutangkis bahwa kedua jenis latihan tersebut memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan pukulan *lob forehand* siswa.

5.2 Implikasi

5.2.1 Secara Teoritis

Potensi kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis dapat ditingkatkan secara optimal. Tujuannya adalah untuk memaksimalkan hasil belajar siswa dalam teknik pukulan *lob forehand*. Dengan demikian, diharapkan siswa mampu mempelajari dan mempraktikkan pukulan *lob forehand* dengan baik melalui kegiatan ekstrakurikuler.

5.2.2 Secara Praktik

Penelitian ini diharapkan memberikan ide dan saran yang berguna bagi guru atau pelatih. Masukan ini ditujukan untuk mengembangkan variasi atau modifikasi dalam permainan bulutangkis. Tujuannya adalah untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan pukulan *lob forehand*.

5.3 Rekomendasi

Terdapat rekomendasi dari peneliti mengenai hasil latihan raket (tok-tak) dan *shuttlecock* gantung terhadap hasil belajar pukulan *lob forehand* bulutangkis yang harus terus berkembang.

Beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Guru atau pelatih pendidikan jasmani disekolah dasar khususnya pada eskul bulutangkis disarankan untuk selalu memiliki model pembelajaran yang menarik dengan memodifikasi alat atau permainan yang dapat meningkatkan kualitas latihan siswa.

2. Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung kegiatan eskul bulutangkis dengan melengkapi sarana prasarana yang memadai dan memotivasi siswa untuk menunjukkan minat bakat yang mereka punya.
3. Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian, misalnya mengadakan penelitian atau modifikasi lain pada pukulan-pukulan dasar lainnya seperti *servis*, *backhand*, *smash*, *dropshot* dan sebagainya.