

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian diatas dapat dikatakan bahwa, Media Audio Visual dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Keterampilan Bermain Squash pada mahasiswa FPOK UPI yang mengikuti UKM Squash.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Mahasiswa**

Bagi mahasiswa, dengan adanya alat bantu media pembelajaran audio visual disarankan agar dapat menggunakannya dengan baik, dikarenakan alat bantu media audio visual akan mempermudah dalam mempelajari suatu keterampilan gerak, khususnya dalam olahraga squash

##### **2. Bagi Instruktur, Pengajar dan Pelatih khususnya di UKM Squash**

Bagi instruktur sendiri, disarankan agar dapat menggunakan media pembelajaran audio visual sebagai sarana dalam meningkatkan keterampilan gerak didalam aktivitas pembelajaran penjas, khususnya dalam meningkatkan prestasi mahasiswa yang ada didalam UKM Squash.