

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan tentang koordinasi mata-tangan dengan hasil pukulan *drive* dalam permainan bulutangkis, maka dari hasil penelitian dapat diambil kesimpulan sebagai berikut : Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara koordinasi mata dan tangan dengan hasil pukulan *drive* dalam permainan bulutangkis.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan pengolahan data penelitian yang ditempuh oleh penulis, ditemukan bahwa koordinasi mata dan tangan mempunyai hubungan yang signifikan terhadap hasil pukulan *drive* dalam permainan bulutangkis. Oleh karena itu penulis memberikan saran sebagai berikut :

1. Kepada segenap pelatih dan pembina cabang olahraga bulutangkis disarankan untuk lebih memperhatikan dan meningkatkan unsur-unsur latihan yang lainnya, khususnya koordinasi mata dan tangan yang dapat menunjang dan meningkatkan terhadap hasil pukulan khususnya pukulan *drive*, akan tetapi tidak mengabaikan komponen-komponen yang lainnya.
2. Penulis menyarankan agar pelatih memiliki pengetahuan yang cukup tentang ilmu-ilmu yang berkaitan dengan cabang olahraga bulutangkis khususnya dalam pembinaan kondisi fisik, dan memiliki varian latihan supaya proses latihan menjadi lebih disenangi dan efektif guna mencapai prestasi dalam cabang olahraga bulutangkis.
3. Kepada para rekan mahasiswa yang akan melakukan penelitian, disarankan untuk lebih teliti dan jeli ketika melakukan penelitian dan harus bisa memberikan motivasi yang tinggi kepada sampel penelitian, karena hal tersebut akan berpengaruh terhadap keseriusan para sampel untuk melakukan tes dengan baik, selain itu para peneliti juga disarankan untuk lebih siap dalam mempersiapkan penelitian dari mulai memilih instrumen penelitian yang lebih tepat hingga menyediakan alat-alat yang akan digunakan. Untuk penelitian

lebih lanjut disarankan agar pengembangan keilmuan dalam metode kepelatihan yang lebih efektif dan efisien maka dalam penelitian ini dapat dikembangkan melalui kajian lain atau penerapan pada kelompok lain seperti gender, kelompok usia, jenjang olahraga (pada jenjang pembinaan atau jenjang professional).