

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan penggunaan kedua metode memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan bermain bulutangkis pada siswa eskul. Namun setelah di ukur dan di teliti jangka panjang di temukanlah hasil bahwa metode acak lebih unggul jika di gunakan dalam jangka panjang,

Peneliti menyimpulkan dari hasil penelitian yang telakukan bahwa :

1. Metode latihan acak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penguasaan keterampilan bermain bulutangkis
2. Metode latihan acak memberikan pengaruh yang signifikan dibandingkan dengan metode latihan terpusat terhadap penguasaan keterampilan bermain bulutangkis.

B. Implikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka penulis mengemukakan implikasi sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini dapat membuat guru atau pelatih dapat memilih metode mana yang lebih efektif dan efisien yang bisa di gunakan untuk melatih siswa agar proses belajar lebih efektif.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi guru dari kedua metode yang di teliti metode mana yang lebih efektif dan memberikan pengaruh yang signifikan untuk proses meningkatkan keterampilan bermain bulutangkis.

Betapa pentingnya pemilihan metode latihan oleh para guru atau pelatih untuk proses belajar agar tercapai yang telah di targetkan dalam proses pembelajaran keterampilan bermain bulutangkis.

C. **Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah didapat ada beberapa hal-hal yang ingin disampaikan oleh penulis berkaitan dengan hal yang dialami dan didapat setelah melakukan serangkaian penelitian. Adapun beberapa hal saran dan masukkan sebagai berikut :

1. Metode latihan acak dan metode latihan terpusat baik untuk digunakan untuk meningkatkan hasil keterampilan bermain bulutangkis pada siswa eskul, karena kedua metode tersebut memberikan pengaruh yang signifkn.
2. Bagi guru olahraga atau pelatih diharapkan dapat menerapkan perkembangan ilmu pengetahuan dalam proses pengajaran.
3. Bagi guru pendidikan jasmani, penggunaan metode yang telah diteliti ini diharapkan mampu mengembangkan pembelajaran dan mengkombinasikan dalam kegiatan mengajarnya sehingga tercapainya pembelajaran yang mempunyai makna bagi siswa demi tercapainya tujuan pendidikan nasional yang seutuhnya.
4. Bagi peneliti selanjutnya, penulih berharap agar dapat menyempurnakan penelitian dengan wawasan dan cakupan yang luas, karena penulis masih merasa memiliki banyak kekurangan dalam penelitian ini karena keterbatasan tenaga, waktu dan serta materi.
5. Kepada para peneliti dan pembaca
Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dan mengembangkan khususnya penelitian eksperimen mengenai model dan pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani dalam cakupan yang lebih luas, karena penelitian ini masih terdapat kekurangan.