

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan yaitu **Pertama**, Tes keterampilan *forehand drive* menggunakan *return board* pada cabang olahraga tenis meja memiliki validitas yang valid dengan nilai 0.962 menunjukkan bahwa kategori sangat tinggi. **Kedua**, Tes keterampilan *forehand drive* menggunakan *return board* pada cabang olahraga tenis meja memiliki reliabilitas dengan nilai 0.961 dengan interpretasi sangat tinggi. **Ketiga**, Tes keterampilan *backhand drive* menggunakan *return board* pada cabang olahraga tenis meja memiliki validitas yang valid dengan nilai 0.847 menunjukkan bahwa kategori sangat tinggi. **Keempat**, Tes keterampilan *backhand drive* menggunakan *return board* pada cabang olahraga tenis meja memiliki reliabilitas dengan nilai 0.906 dengan interpretasi sangat tinggi. **Kelima**, Tes keterampilan *forehand* dan *backhand drive* menggunakan *return board* pada cabang olahraga tenis meja memiliki validitas yang valid dengan nilai 0.905 menunjukkan kategori sangat tinggi. **Keenam**, Tes keterampilan *forehand* dan *backhand drive* menggunakan *return board* pada cabang olahraga tenis meja memiliki reliabilitas dengan nilai 0.949 dengan interpretasi sangat tinggi. Simpulan akhir dari pernyataan di atas yaitu pengembangan tes keterampilan *rally forehand* dan *backhand drive* tenis meja menggunakan media *return board* menghasilkan instrumen yang bisa digunakan untuk alat ukur dalam olahraga tenis meja, karena ketiga instrumen tersebut dinyatakan valid dan reliabel, sehingga media *return board* layak digunakan untuk meningkatkan keterampilan *forehand* dan *backhand drive*.

#### 5.2 Implikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa instrument tes 1,2, dan 3 pada cabang olahraga tenis meja menjadikan sebagai media latihan untuk atlet yang berlatih. Maka dengan adanya tes ini diharapkan atlet dapat untuk memberikan implikasi sebagai berikut:

- 5.2.1 Memudahkan para peneliti khususnya cabang olahraga tenis meja menganalisa komponen yang telah dihasilkan oleh tes tersebut.
- 5.2.2 Menjadikan sumber rujukan sebagai alat pengukuran yang dapat dilakukan dalam penelitian berikutnya.

### **5.3 Rekomendasi**

Dalam sehubungan simpulan dan implikasi yang telah diberikan diatas, maka peneliti memberikan rekomendasi sebagai berikut ini:

- 5.3.1 Tes dapat digunakan sebagai instrument untuk mengukur atlet baik atlet pemula maupun lanjutan.
- 5.3.2 Tes dapat digunakan pelatih untuk digunakan dalam mencari seberapa konsistensinya atlet tersebut terhadap pukulan *forehand* dan *backhand drive*.
- 5.3.3 Untuk penelitian selanjutnya dimohon atau diharapkan bisa menggunakan alat ini untuk penelitian.
- 5.3.4 Tes ini dapat dikembangkan lebih baik atau lebih bagus lagi dan menambah jumlah teknik dasar yang diujikan.
- 5.3.5 Tes keterampilan ini dapat menjadi sumber rujukan sebagai alat pengukuran yang berguna untuk penelitian selanjutnya.