

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: pukulan *backhand* merupakan salah satu jenis pukulan yang mendasar dalam permainan tenis dan penggunaannya relatif dominan. Pada saat melakukan *backhand groundstroke*, pada umumnya para petenis menggunakan jenis pegangan yang disesuaikan dengan kebiasaan dan jenis lapangan, seperti pegangan *eastern* sering digunakan pada bola yang memantul tinggi dan bola *continental* yang memantul rendah. Untuk mendapatkan hasil pukulan *backhand groundstroke* yang cepat dan tepat maka tiap pegangan mempunyai karakteristik yang berbeda terutama berkaitan dengan tujuan penempatan bola di daerah lawan. Terlepas dari hal tersebut, hasil pukulan yang baik adalah pukulan yang masuk ke daerah lapangan lawan secara sah dan tidak dapat dikembalikan oleh lawan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pukulan *backhand* dengan menggunakan *eastern* lebih baik atau lebih efektif dari pukulan *backhand* dengan menggunakan *continental* terhadap hasil pukulan *backhand groundstroke* pada permainan tenis.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan, selanjutnya penulis mengajukan rekomendasi atau implikasi sebagai berikut:

1. Bagi para pembina dan pelatih tenis, pengajar, pembina olahraga dan rekan-rekan seprofesi dan pembaca pada umumnya hasil penelitian ini dapat dijadikan patokan bahwa untuk memperoleh akurasi ketepatan bola dalam permainan tenis jenis pegangan *eastern* perlu digunakan pada pukulan *backhand groundstroke*.
2. Bagi rekan-rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian tentang aspek-aspek tenis penulis menganjurkan untuk melakukan penelitian berkenaan dengan hal-hal lainnya yang mempengaruhi akurasi pukulan dalam permainan tenis. Adapun tentang ketinggian bola ketika memukul menjadi kekurangan penulis, maka dari itu untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk dihitung, namun memang membutuhkan fasilitas dan sarana yang lengkap sehingga membutuhkan biaya yang tidak murah.
3. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, mengharapkan agar mencoba melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan dengan menggunakan sampel yang memiliki tingkat keterampilan teknik yang lebih baik atau atlet profesional.