

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Adanya peningkatan dari Variasi latihan *Smash* terhadap hasil peningkatan ketepatan *Smash* pada pemain Bulutangkis putra usia 12-16 Tahun PB.Arena Tanjung Morawa Tahun 2017

2. B. Saran

Dari hasil kesimpulan dan pembahasan yang diuraikan diatas, maka dalam hal ini peneliti akan memberikan beberapa saran,antara lain :

1. Kepada pelatih dan pembina, dapat menggunakan Variasi latihan *Smash* terhadap hasil peningkatan ketepatan *Smash* pada pemain Bulutangkis putra usia 12-16 Tahun PB.Arena Tanjung Morawa Tahun 2017. Latihan variasi *smash* sesuai diterapkan pada pemain bulutangkis usia 12-16 Tahun.
2. Kepada para pembaca hasil penelitian dapat dijadikan tambahan ilmu pengetahuan pada dirinya.