

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, diskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa:

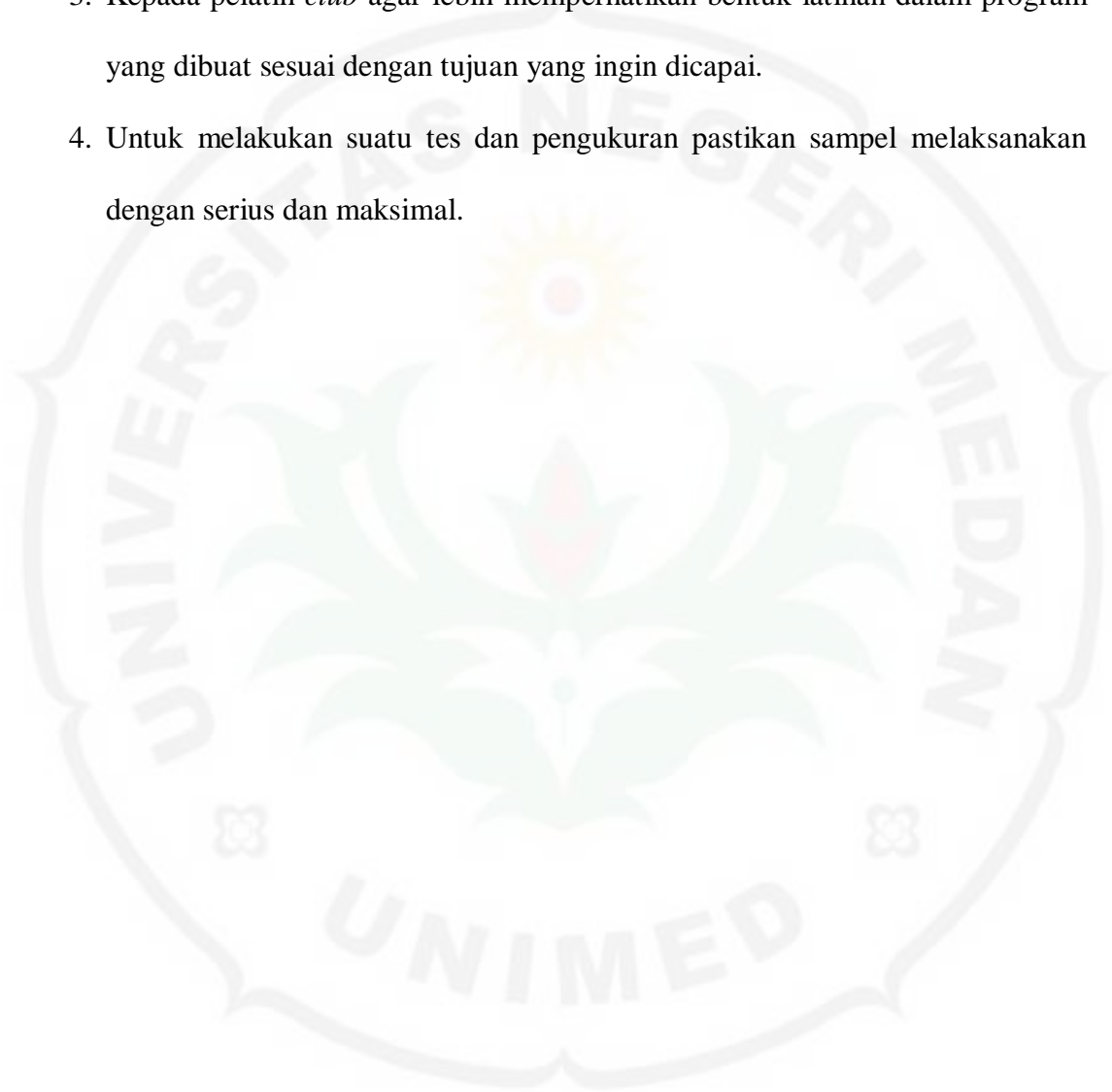
1. Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan terhadap hasil *backhand short service* pada *Club* bulutangkis PB. PT. Satu Asahan Tahun 2017.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara *flexibility* pergelangan tangan terhadap hasil *backhand short service* pada *Club* bulutangkis PB. PT. Satu Asahan Tahun 2017.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dan *flexibility* pergelangan tangan terhadap hasil *backhand short service* pada *Club* bulutangkis PB. PT. Satu Asahan Tahun 2017.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Agar pelatih memberi latihan koordinasi mata tangan dan *flexibility* pergelangan tangan karena sama-sama berhubungan terhadap hasil *backhand short service*.
2. Agar para peneliti selanjutnya melakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan sampel yang lebih besar, waktu penelitian yang lebih lama dan program latihan yang lebih baik.

3. Kepada pelatih *club* agar lebih memperhatikan bentuk latihan dalam program yang dibuat sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.
4. Untuk melakukan suatu tes dan pengukuran pastikan sampel melaksanakan dengan serius dan maksimal.



THE
Character Building
UNIVERSITY