

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan maka dapat di ambil kesimpulan bahwa tingkat keterampilan kemampuan dasar permainan tenis meja teknik *forehand drive* mahasiswa FIK IKOR angkatan 2020 adalah kurang dengan persentase sebesar 65,31%.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka saran yang dapat disampaikan dalam penelitian ini adalah :

1. Sebagai bahan masukan yang dapat dipertimbangkan untuk lebih meningkatkan kemampuan dasar dan prestasi olahraga tenis meja pada Mahasiswa IKOR Angkatan 2020.
2. Hasil penelitian ini di harapkan dapat digunakan sebagai kajian pustaka untuk pembaca baik kalangan Mahasiswa maupun umum.
3. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi yang dapat menambah pemahaman dan wawasan tentang Keterampilan Kemampuan Dasar Olahraga Tenis Meja Pada Mahasiswa IKOR Angkatan 2020.