

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan data pada bab iv, dapat disimpulkan bahwa Setelah perubahan pada metode latihan yang diberikan kepada atlet Puslatkab Kab.Pamekasan, ada dampak. Setelah menggunakan *robot* tenis meja selama latihan, keterampilan *Chop* meningkat dalam permainan tenis meja. Perubahan ini dapat tunjukan dengan pengamatan dan penilaian selama proses penelitian oleh peneliti yang telah di paparkan dengan uji T pada bab iv.

Uji T pada *Chop Forehand* menunjukkan 4,000 dengan peningkatan rata-rata sebesar 16,8%. Perubahan ini dapat dipengarui oleh latihan menggunakan *robotic table tennis*. Begitu pula dengan uji T pada pada *Backhand* menunjukkan 4,200 dengan peningkatan rata-rata sebesar 17,7%. Perubahan ini dapat dipengarui oleh latihan menggunakan *robotic table tennis*.

1. Adakah pengaruh latihan *robotic table tennis* terhadap hasil keterampilan *chop* (*forehand* dan *backhand*) permainan tenis meja pada atlet Puslatkab Kab. Pamekasan? ADA
2. Jika ada, berapa besar pengaruh latihan *robotic table tennis* terhadap hasil keterampilan *chop* (*forehand* dan *backhand*) permainan tenis meja pada atlet Puslatkab Kab. Pamekasan? Untuk *chop forehand* presentase peningkatan rata-rata sebesar 16,8% dan *chop backhand* presentase peningkatan rata-rata sebesar 17,7%.

B. SARAN

Dari kesimpulan yang sudah dipaparkan, maka peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut:

1. Pembina ini harus mengembangkan model latihan yang menarik dan efektif bagi atlet untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam latihan dan meningkatkan prestasi mereka.
2. Peneliti harus mengembangkan penelitian yang lebih baik atau mengubah variabel yang ada.