

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis yang didapat dari artikel dan jurnal, maka penulis dapat menyimpulkan bahwa :

Keterampilan bermain bulutangkis khususnya teknik dasar pukulan lob masih kurang maksimal dikarenakan Masih banyak pemain yang belum menguasai teknik dasar permainan bulutangkis. Adapun kekurangan ini dikarenakan masih banyak kesalahan yang dilakukan atlet dalam melakukan pukulan lob antara lain :

1. Cara memegang raket masih salah menyebabkan pukulan lob tidak akurat.
2. Posisi kaki yang masih salah pada saat melakukan pukulan lob sehingga menyebabkan keseimbangan yang buruk.
3. Perkenaan shuttlecock pada raket yang masih salah ketika melakukan pukulan yang mengakibatkan bola memantul terlalu rendah dan tidak akurat.

Berdasarkan hasil analisis dari beberapa jurnal bahwa terdapat peningkatan terkait dengan hasil analisis kemampuan pukulan lob cabang olahraga bulutangkis. Hal ini didapatkan sesuai dengan klasifikasi tingkatan yaitu tingkatan SD dengan hasil rata-rata 47,80%, SMP dengan hasil rata-rata 59,18%, SMA dengan hasil rata-rata 66,67%, secara UMUM dengan hasil rata-rata 52,70%. Dengan ini dapat diambil rata-rata secara keseluruhan sebesar 56,58% dengan  $\geq 50$  termasuk kedalam kategori baik, dan  $\leq 50$  termasuk kedalam kategori cukup.

## **B. Saran**

Dilihat dari 31 jurnal yang telah dianalisa bahwa kemampuan pukulan lob menjadi salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai dan diterapkan dalam permainan bulutangkis. Mengacu pada kesimpulan diatas pemain atau atlet wajib menguasai teknik dasar permainan bulutangkis diantaranya:

1. Cara memegang raket dengan baik dan benar
2. Perbaiki posisi badan dan gerak kaki
3. Memahami cara melakukan pukulan lob bulutangkis dengan baik dan benar.