

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasar pada hasil analisis penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal sesuai dengan permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang berarti antara koordinasi mata-tangan dengan ketepatan pukulan *forehand drive* pada siswa peserta ekstrakurikuler tenis meja di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi. Hasil ini dibuktikan oleh nilai koefisien korelasi sebesar $-0,574$, nilai $t = 2.214$ signifikan pada $alpha$ 5%, sedangkan besar sumbangan koordinasi mata-tangan terhadap peningkatan ketepatan pukulan *forehand drive* sebesar 32.9%
2. Ada hubungan yang berarti antara *power* lengan dengan ketepatan pukulan *forehand drive* pada siswa peserta ekstrakurikuler Tenis Meja di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi. Hasil ini dibuktikan oleh nilai koefisien korelasi sebesar $0,653$, nilai $t = 2.728$ signifikan pada $alpha$ 5%, sedangkan besar sumbangan *power* lengan terhadap peningkatan ketepatan pukulan *forehand drive* sebesar 42.7%
3. Ada hubungan yang berarti koordinasi mata-tangan dan *power* lengan secara linier dengan ketepatan pukulan *forehand drive* pada siswa peserta ekstrakurikuler Tenis Meja di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi. Hasil ini dibuktikan oleh nilai koefisien determinasi sebesar $0,812$, nilai $F = 8.716$ signifikan pada $alpha$ 5%, sedangkan

besar sumbangan koordinasi mata-tangan dan *power* lengan secara bersama-sama terhadap peningkatan ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja sebesar 66%

B. Saran-Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian memiliki implikasi, yaitu:

1. Sebagai bahan pertimbangan pelatih dan atlet supaya lebih memperhatikan faktor koordinasi mata tangan dan *power* lengan karena mempengaruhi ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja.
2. Hasil penelitian dapat sebagai patokan pelatih untuk mengenali ciri-ciri atlet yang cocok untuk dijadikan atlet tenis meja yang memiliki prestasi yang baik.
3. Dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai koordinasi mata tangan dan *power* lengan khususnya dalam permainan tenis meja.