

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka ada beberapa hal yang dapat peneliti simpulkan yakni sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil tes teknik dasar servis *forehand* dalam permainan tenis meja yang dilakukan oleh 28 orang mahasiswa PJKR UKAW diperoleh hasil sebagai berikut, kategori Baik Sekali berjumlah 3 orang (11%), kategori baik berjumlah 14 orang (50%), dan kategori cukup 11 orang (39%).
2. Hasil tes keterampilan teknik dasar servis *forehand* dalam permainan tenis meja bagi mahasiswa PJKR UKAW dengan nilai rata-rata 77 dan berada dalam kategori “**BAIK**”.
3. Sarana prasarana memiliki peranan penting dan dapat menunjang kegiatan praktek dalam permainan tenis meja.

Dari hasil analisis data, deskripsi, dan hasil penelitian, serta pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu penilaian keterampilan teknik dasar servis *forehand* dalam permainan tenis meja bagi mahasiswa PJKR UKAW Kelas C Semester III Tahun Ajaran 2022-2023 yang menunjukkan bahwa berada pada berdasarkan nilai rata-rata (mean) yaitu 77, maka tingkat keterampilan servis *forehand* dalam permainan tenis meja bagi mahasiswa PJKR UKAW berada dalam kategori “**BAIK**”.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu:

### **1. Bagi Mahasiswa**

Diharapkan mahasiswa dapat meningkatkan motivasi baik diri sendiri maupun sesama untuk melakukan latihan yang rutin, selain itu mahasiswa diharapkan dapat mengerti dan mengetahui bahwa teknik dasar dalam permainan tenis meja itu sangat penting dalam permainan tenis meja.

### **2. Bagi Dosen**

Diharapkan bagi dosen pengampuh matakuliah hendaknya memberikan pembinaan serta motivasi pada mahasiswa agar mahasiswa apabila melakukan olahraga tenis meja dapat menjaga kesehatan dan kebugaran badan serta terus meningkatkan latihan.

### **3. Bagi Ketua Program Studi**

Diharapkan kepada ketua program studi agar memberi dukungan dan fasilitas bagi mahasiswa agar mahasiswa dapat mengembangkan potensi yang ada dengan cara memberikan pembinaan yang lebih intensif, menyediakan sarana dan prasarana yang memadai, serta sering diadakan perlombaan di lingkungan kampus.

### **4. Bagi peneliti selanjutnya, agar hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar penelitian selanjutnya agar menjadi lebih baik lagi.**