

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 KESIMPULAN**

.Berdasarkan fakta dilapangan untuk meningkatkan kualitas siswa ekstrakurikuler Di SMK Tarbiyatul Banin Banat Montong Tuban, sehingga mamapu menjadikan siswa tersebut berprestasi pada ajang perlombaan. Kemudian uji homogenitas menggunakan uji homogenitas dari data pretest dan posttest dengan menggunakan bantuan program SPSS dengan ketentuan nilai sebagai berikut nilai  $> 0,05$  maka di nyatakan bersifat homogen Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

- 1.1.1 Adanya Peningkatan Ketepatan Pukulan *Forehand*: Terdapat peningkatan yang signifikan dalam ketepatan pukulan forehand siswa setelah mengikuti latihan menggunakan metode *multiball*. Hal ini ditunjukkan oleh perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan peningkatan performa siswa.
- 1.1.2 Efektivitas Metode Multiball: Metode latihan *multiball* terbukti efektif dalam meningkatkan ketepatan pukulan *forehand*. Latihan yang dilakukan secara intensif dan berulang dengan berbagai variasi bola membuat siswa lebih terlatih dalam mengatur timing dan akurasi pukulan mereka.
- 1.1.3 Respon Positif Siswa: Siswa menunjukkan respon yang positif terhadap metode latihan ini. Mereka merasa lebih termotivasi dan tertantang untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam bermain tenis meja.
- 1.1.4 Pengaruh Signifikan: Dari hasil uji statistik, diperoleh bahwa metode latihan *multiball* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan pukulan *forehand* siswa. Hal ini menunjukkan bahwa metode ini dapat dijadikan sebagai alternatif latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan bermain tenis meja.

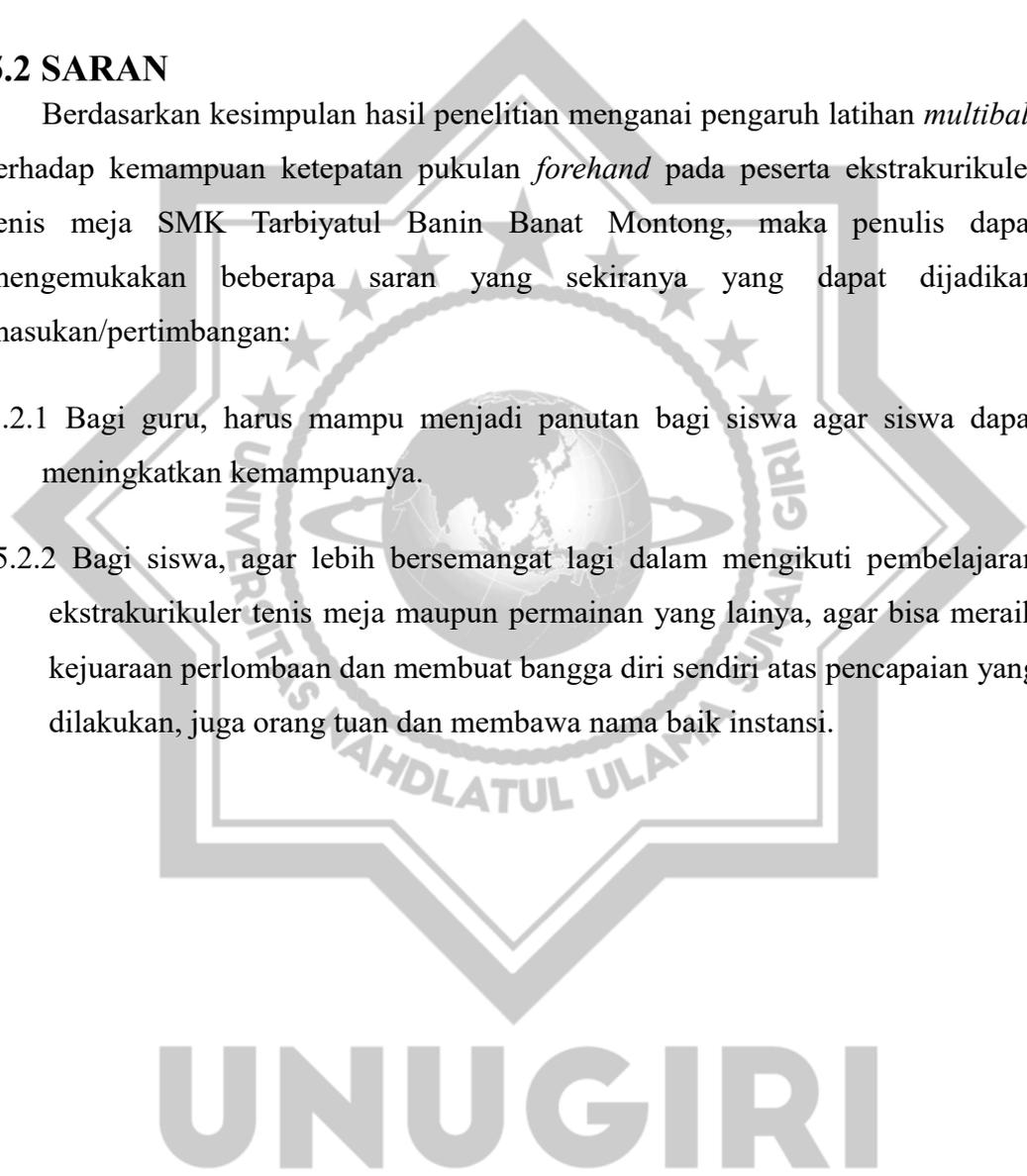
Hasil penelitian Dari deskripsi statistik dan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada skor *posttest* dibandingkan skor *pretest*. Ini menunjukkan bahwa intervensi atau perlakuan yang diberikan memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan 1

1.1.5 Skor peserta. Skor rata-rata posttest yang lebih tinggi dengan variasi data yang lebih rendah dibandingkan dengan pretest menunjukkan bahwa peserta memiliki performa yang lebih baik dan lebih konsisten setelah perlakuan. Analisis peringkat dan uji hipotesis mendukung kesimpulan ini, dengan semua peserta menunjukkan peningkatan pada data.

## 5.2 SARAN

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian mengenai pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan ketepatan pukulan *forehand* pada peserta ekstrakurikuler tenis meja SMK Tarbiyatul Banin Banat Montong, maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran yang sekiranya yang dapat dijadikan masukan/pertimbangan:

- 5.2.1 Bagi guru, harus mampu menjadi panutan bagi siswa agar siswa dapat meningkatkan kemampuannya.
- 5.2.2 Bagi siswa, agar lebih bersemangat lagi dalam mengikuti pembelajaran ekstrakurikuler tenis meja maupun permainan yang lainnya, agar bisa meraih kejuaraan perlombaan dan membuat bangga diri sendiri atas pencapaian yang dilakukan, juga orang tua dan membawa nama baik instansi.



UNUGIRI