

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Bertitik tolak dari tujuan penelitian dan berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, serta kerangka berpikir, dapat disimpulkan bahwa:

1. Alat ukur kemampuan *agility* model A dengan ukuran 6 x 10 meter memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang lebih rendah dibandingkan model B.
2. Alat ukur modifikasi kemampuan *agility* model B dengan ukuran 6 x 8 meter memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan alat ukur model A dan model C.
3. Alat ukur modifikasi kemampuan *agility* model C dengan ukuran 6 x 6 meter memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang lebih rendah dibandingkan dengan alat ukur modifikasi model B.

B. Saran

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian kesimpulan sebagaimana telah dikemukakan di atas, maka disampaikan saran sebagai berikut:

1. Bagi para pelatih atau pembina olahraga futsal hendaknya, dalam melihat kemampuan kelincahan dalam permainan futsal terlebih dahulu harus diketahui tes dengan tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi, agar diperoleh hasil yang lebih kongkrit. Tingkat derajat validitas dan reliabilitas alat ukur kemampuan *agility* model A, model B, dan model C dapat dijadikan instrumen atau alat ukur kemampuan kelincahan dalam permainan futsal. Namun, sesuai hasil penelitian ini dan peneliti menganjurkan untuk menggunakan tes kemampuan *agility* model B, karena nilai tingkat validitas dan reliabilitasnya lebih tinggi dibandingkan dengan tes kemampuan *agility* dalam permainan futsal model A dan model C.
2. Bagi rekan mahasiswa dan mahasiswi yang akan mengadakan penelitian lebih lanjut tentang uji validitas dan reliabilitas modifikasi tes kemampuan *agility*

dalam permainan futsal hendaknya dapat membagi tingkat kemampuan tester, tingkat usia tester, dan meneliti dengan menggunakan alat ukur yang berbeda.

3. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kajian yang lebih mendalam.