

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan serta analisis data yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tes instrumen *forehand smash* dari *james poole* memiliki validitas yang tinggi.
2. Tes instrumen *forehand smash* dari *james poole* memiliki reabilitas yang tinggi.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Atlet**

Tes instrumen *forehand smash* dari *james poole* khususnya dalam cabang olahraga bulutangkis sangat menunjang untuk keberhasilan atlet dalam menguasai keterampilan dasar *forehand smash*. setelah latihan akan memudahkan atlet dalam melakukan tahapan-tahapan gerak keterampilan dasar *forehand smash* sehingga dan akan menumbuhkan rasa percaya diri dalam melakukan gerakan-gerakan yang dipelajari, sehingga menunjang untuk prestasi atlet cabang olahraga bulutangkis kedepannya.

##### **2. Bagi Pelatih**

Selama ini para pelatih dalam program latihannya masih terfokus pada pengembangan aspek kemampuan fisik, teknik, dan taktik saja, sementara pembinaan dan latihan evaluasi masih sangat terabaikan. Penulis menyarankan kepada para pelatih dan pakar olahraga kompetitif yang berkecimpung dalam cabang olahraga bulutangkis untuk menerapkan evaluasi tes *forehand smash* dari *james poole* sebagai alat evaluasi untuk atletnya sejak usia dini dan terus menggali ilmu-ilmu yang dapat dijadikan sebagai penunjang keberhasilan dalam melatih. Hal ini bertujuan untuk lebih memberikan kontribusi terhadap pengembangan dan kemajuan cabang olahraga bulutangkis.

### **3. Bagi Peneliti**

Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya dilakukan penelitian dengan variabel yang lebih banyak terutama pada aspek tes *forehand smash* dengan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih representatif.

Demikian kesimpulan dan sumbangan saran yang dapat penulis kemukakan, semoga hasil penelitian ini dapat berguna dan memberikan manfaat bagi pengembangan olahraga, khususnya cabang olahraga bulutangkis. Mengadakan penelitian dengan sampel yang berbeda dengan jumlah yang banyak dan jenis kelamin yang berbeda. Untuk memperdalam penelitian tingkat validitas *james poole* ini.