

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Nilai rata-rata kondisi fisik pemain tunggal adalah 35.86 dan untuk pemain ganda adalah 37.33. Sedangkan nilai teknik dasar pemain tunggal adalah 350.99 dan pemain ganda adalah 349.00.

Nilai signifikansi perbandingan kondisi fisik adalah $0,370 > 0,05$ yang artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi fisik pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabang bulutangkis.

Akan tetapi setelah diolah dengan menganalisis per item tes, untuk tes vertikal jump pemain tunggal lebih baik dibandingkan dengan pemain ganda dan memiliki perbedaan yang signifikan dengan nilai probabilitas 0.04. Untuk item Alternate Hand Wall toss Test memiliki perbedaan yang signifikan dengan nilai probabilitas 0,001, pemain ganda memiliki kelebihan yang baik dibandingkan dengan pemain tunggal. Lalu dalam item tes illinois agility run, bleep test dan shoulder elevation test nilai rata-rata pemain tunggal lebih baik dibandingkan dengan pemain ganda. Sedangkan untuk tes kondisi fisik Sit And Reach dan Two Hand Medicine Ball Put pemain ganda lebih baik dibandingkan dengan pemain tunggal namun tidak terdapat perbedaan yang nyata.

Adapun untuk nilai signifikan teknik dasar adalah $0.877 > 0,05$ yang artinya tidak terdapat perbedaan yang nyata atau signifikan antara teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda cabang bulutangkis.

Namun setelah dianalisis lebih detail dengan membandingkan per item tes ternyata ada beberapa tes yang berbeda secara signifikan, diantaranya tes dropshot dan footwork dengan nilai rata-rata pemain tunggal yang lebih baik. Lalu untuk tes Service Pendek dan Clear, pemain tunggal lebih baik, sedangkan item tes service panjang, smash dan netting pemain ganda lebih baik dibandingkan dengan pemain tunggal.

Fiptah Mutakin, 2015

**PERBANDINGAN KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PEMAIN TUNGGAL DENGAN PEMAIN GANDA
DALAM CABOR BULUTANGKIS**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

B. Implikasi dan Rekomendasi

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh selanjutnya peneliti mengajukan beberapa rekomendasi yang dapat digunakan sebagai pemahaman dan literatur tambahan bagi pelaku olahraga pada khususnya dan masyarakat pada umumnya diantaranya sebagai berikut :

1. Untuk para pemain bulutangkis, harus mampu meningkatkan kondisi fisik dan teknik dasarnya, untuk menunjang performa yang maksimal dalam suatu pertandingan.
2. Untuk para pelatih, baik pelatih tunggal maupun ganda, harus memberikan pelatihan kondisi fisik dan teknik dasar yang sepadan terencana dan benar, karena kedua aspek tersebut saling mendukung dalam menampilkan performa yang maksimal.
3. Bagi para peneliti, penelitian mengenai permasalahan ini perlu dilanjutkan untuk mendapat penjelasan yang lebih detail dengan memperhatikan faktor konsentrasi dan stamina sampel. Diharapkan dalam melakukan penelitian, sampel harus berada dalam keadaan yang *fresh* sehingga stamina bisa terjaga dengan baik. selain itu alat-alat harus yang lebih modern dan instrumen yang lebih baik.