

BAB V

SIMPULAN,IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, menggunakan *Microsoft Excell*, diperoleh tingkat validitas butir CPFA sebagai berikut

1. CPFA memiliki tingkat validitas yang sempurna.
2. Item tes P.A.C.E.R memiliki tingkat validitas yang sangat tinggi;
3. Item tes Back-Saver Sit-and-Reach (Left) memiliki tingkat validitas yang rendah;
4. Item tes Back-Saver Sit-and-Reach (Right) memiliki tingkat validitas yang cukup;
5. Item tes 90° Push-Ups memiliki tingkat validitas sangat tinggi;
6. Item tes Curl Up memiliki tingkat validitas sangat tinggi.
7. CPFA memiliki tingkat reliabilitas yang rendah. Dengan demikian, tes ini tidak konsisten atau memiliki tingkat kesangkilan yang rendah.

B. Implikasi dan Rekomendasi

Berdasarkan seluruh proses penelitian yang telah dilakukan, berikut adalah beberapa rekomendasi yang dapat peneliti berikan, yaitu:

1. Sebaiknya *The Third Generation Connecticut Physical Fitness Assessment* tidak dulu digunakan dalam tes kebugaran jasmani yang sebenarnya di sekolah, karena tes ini belum reliabel;
2. Perlu penelitian yang lebih mendalam dan perbaikan di berbagai lini agar tes ini menjadi reliabel.