

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data dari hasil tes Konstruksi Baterai Tes Teknik Dasar dan Kondisi Fisik yang dilakukan pada siswa/siswi yang mengikuti ekstrakurikuler karate di SMA N 1 Sindang Indramayu dengan menggunakan statistik maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Besar nilai tingkat validitas butir instrumen tes kondisi fisik karate, tingkat validitas butir instrumen tes kondisi fisik yaitu sebesar *trunk and neck* (1,00), *push up* (0,86), *back up statis* (0,91), pisau lipat (0,77), *side leg squat* (0,90), lari 12 menit (0,89), *hand grip dynamometer* (0,96), *back dynamometer* (0,89), *leg dynamometer* (1,00), *sprint 20 meter* (0,89), lari zig zag (0,86), *hexagonal obstacle* (0,98), *push up jump* (0,80), *double leg lateral hops* (0,98) dinyatakan **valid**.
2. Besar nilai tingkat validitas baterai instrumen tes kondisi fisik cabang olahraga karate pada nomor *kumite* yaitu sebesar 0,89, yang artinya tingkat validitasnya tinggi atau kuat. **Secara baterai tes, tes ini layak digunakan.**
3. Besar nilai tingkat reliabilitas baterai instrumen tes kondisi fisik cabang olahraga karate memiliki tingkat reliabilitas sebesar 0,29, yang artinya tingkat reliabilitasnya rendah atau lemah tapi pasti. **Secara baterai tes, tes ini layak digunakan meskipun dengan nilai reliabilitasnya kecil.**
4. Besar nilai tingkat validitas butir instrumen tes teknik dasar karate, tingkat validitas butir tes teknik dasar karate yaitu sebesar *gyaku tsuki* (0,77), *kizame tsuki* (0,83), *mawashi geri* (0,82), dan *mae geri* (0,91) yang dilakukan selama 30 detik dinyatakan **valid**.
5. Besar nilai tingkat validitas baterai instrumen tes teknik dasar cabang olahraga karate pada nomor *kumite* yaitu sebesar 0,85, yang artinya tingkat validitasnya tinggi atau kuat. **Secara baterai tes, tes ini layak digunakan.**

6. Besar nilai tingkat reliabilitas baterai instrumen tes teknik dasar cabang olahraga karate yaitu sebesar 0,83 yang artinya tingkat reliabilitasnya tinggi atau kuat. **Secara baterai tes, tes ini layak digunakan.**

1.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diolah secara statistik yang penulis lakukan, ada beberapa saran yang penulis ajukan bahwa ketika ingin menyaring atlet pemula pada cabang olahraga karate khususnya pada nomor *kumite* cukup menggunakan baterai tes kondisi fisik dengan 14 item tes dan baterai tes teknik dasar dengan 4 item tes.