

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Secara general, data yang terekam melalui sensor IMU akan di olah oleh arduino yang ditampilkan melalui software *Power Calculator* yang dikirimkan melalui komunikasi Bluetooth antara handphone Android dengan alat yang hanya berisikan satu data penting hasil perhitungan power dalam satuan watt. Hal inilah menunjukkan alat akan mulai merekam daya yang diberikan, sehingga proses pukulan dan tendangan terhadap sandsack bisa dilakukan dan hasil perhitungan akan secara otomatis terekam oleh alat dan dikirimkan ke aplikasi.

Mengenai uji validitas dan reliabilitas alat ukur *power maximal* tendangan dan pukulan berbasis digital sandsack ini menunjukkan tingkat validitas dan reliabilitas sangat baik. maka dari hasil penelitian ini menemukan kesimpulan bahwa:

- a. Alat ukur maximal power tendangan ini memiliki derajat validitas sebesar $0,949 > 0,2072$ dan memiliki derajat reliabilitas sebesar $0,607$ dan nilai signifikansinya yaitu $0,000 < 0.05$ sehingga alat ukur maximal power tendangan ini dapat diandalkan dan dapat dipertanggungjawabkan.
- b. Alat ukur maximal power pukulan ini memiliki derajat validitas sebesar $0,963 > 0,207$ dan memiliki derajat reliabilitas sebesar $0,253$ dengan nilai signifikansinya yaitu $0,016 < 0.05$ sehingga alat ukur maximal power pukulan ini dapat diandalkan dan dapat dipertanggungjawabkan.

B. Implikasi dan Rekomendasi

Terdapat beberapa implikasi dan rekomendasi yang diajukan oleh peneliti agar kedepannya alternatif alat ukur maximal power ini dapat lebih baik.

Implikasi dan rekomendasi sebagai berikut :

1. Peneliti perlu melanjutkan penelitian ini untuk dikembangkan lagi dengan dukungan dan bantuan Program Studi Ilmu Keolahragaan.
2. Mengganti penahan bawah sandsack yang lebih besar serta komponen alat dan sensor sebaiknya menyatu pada sandsack.
3. Memperbaharui tampilan software serta menambah jumlah tendangan pada software