

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan tentang Produk

Hasil penelitian berupa produk pengembangan tes kecepatan tendangan dari tes Johansyah Lubis, berupa tes kecepatan tendangan yang mempunyai nilai dengan teknik yang telah disusun ke dalam lima indikator tes kecepatan tendangan yaitu: (1) sikap pasang, (2) kuda-kuda, (3) angkatan lutut, (4) lecutan lutut, dan (5) sikap akhir. Dari kelima indikator yang telah ditetapkan dan dinyatakan valid, maka indikator tersebut digunakan sebagai alat ukur teknik tes kecepatan tendangan. Atlet pencak silat yang menguasai kelima teknik tersebut dengan baik dalam melakukan tes kecepatan tendangan dikatakan berhasil melaksanakan tes tersebut.

Adapun hasil analisis data tentang tingkat kesahihan, kehandalan, obyektivitas, dan norma penilaian pengembangan tes kecepatan tendangan dari Johansyah Lubis untuk atlet pencak silat adalah sebagai berikut:

Tabel 23. Hasil Ringkasan Validitas dan Reliabilitas Pengembangan Tes Kecepatan Tendangan

No	Perbandingan skor	Validitas	Reliabilitas
1	Tendangan Depan	0,968	0,911
2	Tendangan Sabit	0,860	0,740
3	Tendangan T	0,893	0.858

Untuk nilai objektivitas dapat dijelaskan melalui tabel berikut:

Tabel 24. Hasil Ringkasan Objektivitas Pengembangan Tes Kecepatan Tendangan

No.	Indikator	Objektifitas		
		Tendangan Depan	Tendangan Sabit	Tendangan T
1	Sikap pasang	0,709	0,709	0,546
2	Kuda-kuda	0,739	0,597	0,555
3	Angakatan lutut	0,780	0,621	0,689
4	Lecutan Lutut	0,854	0,736	0,612
5	Sikap akhir	0,604	0,542	0,542

Skala penilaian pengembangan tes kecepatan tendangan untuk atlet pencak silat Daerah Istimewa Yogyakarta dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 25. Standar Penilaian Pengembangan Tes Kecepatan Tendangan Atlet Pencak Silat Daerah Istimewa Yogyakarta

Kriteria	Interval
Sangat baik	≥ 20
Baik	18-19
Sedang	15-17
Kurang	14-15
Sangat kurang	≤ 13

Tabel 26. Standar Penilaian Skor Teknik Pengembangan Tes Kecepatan Tendangan Atlet Pencak Silat Daerah Istimewa Yogyakarta

Kriteria	Jumlah Skor Teknik		
	Tendangan Depan	Tendangan Sabit	Tendangan T
Baik Sekali	≥ 18	≥ 18	≥ 16
Baik	16 – 17	16– 17	14 – 15
Cukup	13 – 15	14 – 15	12 – 13
Kurang	11 – 12	12 – 13	10 – 11
Kurang Sekali	≤ 10	≤ 11	≤ 9

B. Keterbatasan Penelitian

Berbagai upaya telah dilakukan untuk menjaga kemurnian hasil penelitian, akan tetapi mengingat berbagai keterbatasan diantaranya keterbatasan waktu dan biaya maka terdapat beberapa faktor yang sulit untuk dikendalikan selama penelitian berlangsung. Adapun faktor yang sulit dikendalikan selama penelitian, diantaranya yaitu:

1. Para ahli yang menilai tendangan saat pesilat melakukan tes memiliki persepsi yang berbeda-beda (subjektif), sehingga hasil dari skor teknik yang diberikan tidak sama.
2. Orang pemegang sandsak yang digunakan untuk tes berbeda-beda sehingga mempengaruhi pergerakan sandsak. .
3. Jumlah sampel terbatas sehingga penilaian untuk pesilat putri belum bisa diterapkan.

C. Saran Pemanfaatan

Berdasarkan uraian di atas, maka saran pemanfaatan, dan pengembangan produk hasil penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis bahwa pengembangan tes kecepatan tendangan untuk atlet pencak silat se Daerah Istimewa Yogyakarta dinyatakan alat ukur yang valid, reliabel, dan objektif. Dengan demikian dapat dipakai sebagai tes baku untuk mengukur kecepatan tendangan atlet pencak silat dewasa se Daerah Istimewa Yogyakarta.
2. Pengembangan tes kecepatan tendangan dapat digunakan sebagai tes baku (tes standard) untuk mengukur kecepatan tendangan atlet pencak silat

dewasa se Daerah Istimewa Yogyakarta. Dengan demikian akan memudahkan pelatih dalam memberikan penilaian secara objektif terhadap keberhasilan proses latihan yang dilakukan.

3. Diadakan uji coba skala yang lebih luas dalam pemanfaatan produk akhir untuk mengetahui keefektifan produk tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung Nugroho. 2001. *Diklat Pedoman Latihan Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK-UNY
- _____. 2005. *Laporan Penelitian Identifikasi Skor Prestasi Teknik Pencak Silat Pada Kategori Tanding*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Awan Hariono. 2006. *Metode Melatih Fisik Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK-UNY
- _____. 2007. "Melatih Kecepatan pada Pencak Silat Kategori Tanding." *Jurnal Olahraga Prestasi* (Nomor 1 volume 3). Hlm.71-84.
- Azwar, S. 2007. *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Bompa, Tudor O. 1999. *Theory and Methodologi of Training, 4th Edition*. USA: Human Kinetics.
- Brown, J. 2001. *Sport Talent*. Human Kinetics. United States
- Johansyah Lubis. 2004. *Pencak Silat Panduan Praktis*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Munas IPSI XII. 2007. *Peraturan Pertandingan Pencak Silat*. Jakarta: PB IPSI
- Mega Ratnasari. 2010. *Praktik Statistika Bisnis*. Diakses pada tanggal 18 Mei 2010 dari file:///E:/skripsi/parameter/parametrik.htm
- Rusli Lutan, dkk. 2000. *Dasar-dasar Kepelatihan*. Yoykarta: FIK UNY
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. 1987. *Manajemen Penelitian*. Jakarta .Rineka Cipta
- _____. 2002. *Prosedur Penelitian. Edisi V*. Jakarta. Rineka Cipta
- Sukadiyanto. 2002. *Teory dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta

_____. 2005. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Yogyakarta.

Soekarman, R, 1991. *Energi dan Sistem Energi Predominan Pada Olahraga*, Jakarta: KONI Pusat.

<http://diantikawiyamp07.blogspot.com/2009/05/tes-prestasi-fungsi-dan-pengembangan.html>