

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian, maka dapat disimpulkan hasil profil antropometri atlet *wall climbing* KMPA eka citra universitas negeri Jakarta adalah sebagai berikut:

Hasil pengolahan data yang diperoleh dari aspek komponen fisik antropometri atlet *wall climbing* KMPA eka citra universitas negeri Jakarta menunjukkan bahwa : 1) Tinggi Badan Atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 176 cm dan terendah 157,3 cm, 2) Berat badan atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 71,9 kg dan terendah 47,7, 3) Panjang tungkai kanan atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 100,3 cm dan terendah 90 cm, 4) panjang tungkai kiri atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 100,3 cm dan terendah 90 cm, 5) panjang lengan kanan atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 68,7 cm dan terendah 63 cm, 7) Panjang lengan kiri atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 69 cm dan terendah 63 cm, 8) Panjang telapak tangan kanan atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 17,8 cm dan terendah 15,6 cm, 9) Panjang telapak tangan kiri atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 18,7 cm dan terendah 15,5 cm, 10) Tinggi duduk atlet *wall climbing* KMPA Eka Citra tertinggi 17,8 cm dan terendah 80,3 cm.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, peneliti ingin menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Perlu adanya standardisasi dalam hal antropometri seperti tinggi badan, berat badan, panjang lengan kanan dan kiri, panjang telapak tangan kanan dan kiri, tinggi duduk guna memudahkan pelatih mengklasifikasikan atlet untuk kategori posisi pemain.
2. Perlunya peningkatan mutu dan kualitas pelatih maupun nomor *wall climbing* guna mendapatkan hasil dalam memilih atlet yang berbakat agar mencapai prestasi yang maksimal.
3. Perlu adanya evaluasi berkelanjutan dalam pembinaan prestasi olahraga pada pemusatan latihan nasional *wall climbing* universitas negeri Jakarta.
4. Meningkatkan sarana dan prasarana penunjang untuk kemajuan olahraga *wall climbing* baik sekarang maupun atlet-atlet yang dipersiapkan sebagai generasi penerus.
5. Menerapkan pengetahuan dan teknologi keolahragaan dalam rangka mempertahankan dan memperbaiki nomor *wall climbing* di Indonesia.

6. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya tentang cabang olahraga *wall climbing* dapat dihubungkan dalam prestasi olahraga *wall climbing*.