

BAB V

HASIL DAN KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Hasil akhir dari kegiatan pengembangan ini adalah video produk “pengembangan model latihan *footwork* dalam permainan bulutangkis berbasis *resistance band* pada usia 15-17 tahun”. Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Penggunaan model ini dilaksanakan seperti apa yang sudah direncanakan sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan sesuai dengan tujuan dalam latihan bulutangkis.
2. Produk pengembangan model latihan *footwork* bulutangkis dapat dan sangat layak digunakan dalam latihan bulutangkis pada usia 15-17 tahun. Hal itu berdasarkan pada data uji validasi yang diperoleh dari ahli bulutangkis didapat rata-rata persentase 90%, ahli motorik 95%, dan ahli kepelatihan 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk pengembangan model latihan *footwork* bulutangkis ini telah memenuhi kriteria dan layak untuk dilanjutkan.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Pada penelitian “pengembangan model latihan *footwork* dalam permainan bulutangkis berbasis *resistance band* pada usia 15-17 tahun” ini mempunyai beberapa implikasi secara praktis diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Model latihan *footwork* bulutangkis ini dapat mempermudah proses latihan dengan bervariasinya model latihan.

2. Model latihan *footwork* bulutangkis ini dapat memberi efektivitas dalam proses pembelajaran.
3. Penelitian pengembangan model latihan *footwork* bulutangkis ini sebagai motivasi kepada mahasiswa untuk meneliti dan mengembangkan model latihan guna membantu proses latihan bulutangkis.