

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Bentuk produk yang dikembangkan adalah Pengembangan Model Pemanasan Berbasis Permainan Pada Cabang Olahraga Futsal. Proses pengembangan model pemanasan berbasis permainan terdiri dari mengidentifikasi potensi masalah, pengumpulan data, pengembangan media, validasi media, analisis data, revisi media, uji coba kelompok, dan produksi media. Isi materi pengembangan model pemanasan berbasis permainan pada cabang olahraga futsal dapat dipahami dengan jelas dan dapat digunakan dengan mudah. Produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu model pemanasan berbasis permainan pada cabang olahraga futsal yang dilengkapi dengan materi dan video.
2. Tingkat kelayakan dalam pengembangan model pemanasan berbasis permainan pada cabang olahraga futsal berdasarkan validasi pelatih futsal yaitu sebesar 92,5%, oleh ahli motorik sebesar 92,5%, dan oleh ahli futsal sebesar 90%. Setelah itu pengembangan model ini juga telah diuji cobakan melalui uji coba skala kecil yang mendapat persentase sebesar 91%, uji coba skala besar sebesar 92%, dan uji efektivitas sebesar 95%. Secara keseluruhan

dari hasil penilaian diatas menunjukkan bahwa model pemanasan berbasis permainan pada cabang olahraga futsal yang peneliti buat ini layak untuk digunakan setelah menjalani dua tahap uji coba dan satu tahap uji efektivitas. Penelitian pengembangan ini dapat digunakan sebagai referensi oleh atlet ataupun pelatih futsal yang ingin mempelajari teknik lanjutan pemanasan berbasis permainan pada cabang olahraga futsal.

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil pengembangan model pemanasan berbasis permainan pada cabang olahraga futsal sebagai berikut:

1. Pemain dapat memanfaatkan aplikasi video yang dikembangkan ini sebagai materi pemanasan dan pembelajaran.
2. Bagi pelatih, produk model pemanasan berbasis permainan pada cabang olahraga futsal ini dapat digunakan sebagai media bahan latihan untuk menyampaikan materi supaya lebih variatif.
3. Bagi peneliti, bermanfaat untuk memperluas metode-metode dalam pemanasan dalam olahraga futsal.