BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliyi menyimpulkan bahwa alat bantu tes kelincahan *side step* berbasis sensor gerak ini sudah layak dipergunakan untuk mengukur tingkat kelincahan seseorang. Dengan perancangan alat bantu tes kelincahan *side step* berbasis sensor gerak yang peneliti kembangkan, pelatih dapat lebih mudah melihat tingkat kelincahan atlet cabang olahraga.

Penelitian pengembangan ini menghasilkan produk alat bantu tes kelincahan *side step* berbasis sensor gerak yang diharapkan dapat bekerja dengan efektif dan efisien sehingga dapat menjadi daya tarik bagi atlet dan pelatih dalam kegiatan untuk mengetahui tingkat kelincahan seseorang. Dengan perancangan alat bantu tes kelincahan*side step* berbasis sensor gerak yang peneliti kembangkan, pelatih dapat lebih mudah melihat tingkat kelincahanatletnya.

Alat bantu tes kelincaha *side step* berbasis sensor gerak ini diharapkan dapat memberikan kemudahan dalam pelaksanaan mengukur kelincahan atlet dan juga memberikankeakuratan dalam melihat hasil dari kemampuan atlet terhadap kelincahan yang dimilikinya.

5.2. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan diatas, penelitian ini memiliki implikasi bahwa perancangan alat bantu tes kelincaha *side step* berbasis sensor gerak ini sangat memudahkan dan memberikan keefektifan dan keefisienan dalam melihat hasil

tes. Data yang dihasilkan dalam tes kelincahan menggunakan alat bantu tes kelincaha *side step* berbasis sensor gerak ini juga akurat.Selain itu pengembangan alat bantu tes kelincaha *side step* berbasis sensor gerak ini juga sesuai dengan perkembangan ilmu dan teknologi.

5.3. Saran

Produk alat bantu tes kelincaha *side step* berbasis sensor gerak ini dapat menjadi masukan bagi pelatih juga KONI Kabupaten Kota yang juga ingin mengetahui hasil tes kelincahan terhadap atletnya.

Untuk proses penyebaran produk alat bantu tes kelincaha *side step* berbasis sensor gerak ini kiranya nanti bisa mencakup ke sasaran yang lebih luas seperti KONI Kabupaten/ Kota maupun Provinsi.

Selanjutnya dari pengembangan alat bantu tes kelincaha *side step* berbasis sensor gerak ini nantinya bisa menjadi dasar dan acuan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian pengembangan alat bantu tes kelincahan khususnya dan alat bantu tes lain pada umumnya.

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN UNIMED
THE Character Building UNIVERSITY