

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan merupakan elemen penting yang merangkum hasil penelitian, memberikan gambaran akhir, dan menawarkan rekomendasi atau implikasi praktis (Aripa, 2024: 226). Berdasarkan hasil dari uji coba dan hasil pembahasan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa pengembangan latihan berbasis video tutorial teknik dasar olahraga cricket pada atlet *unimed club cricket* terbukti sangat baik dan layak digunakan guna meningkatkan keterampilan teknik dasar pada atlet *unimed cricket club*, hal ini dinilai dari meningkatnya pemahaman atlet *unimed cricket club* dan lebih cekatan dalam latihan, hal ini di ungkapkan langsung oleh pelatih kepada peneliti, ini terjadi dikarenakan atlet dapat belajar mandiri di rumah masing-masing menggunakan video tutorial teknik dasar yang dikembangkan oleh peneliti.

Pengembangan latihan berbasis video tutorial teknik dasar olahraga cricket pada atlet *unimed club cricket* terbukti efektif digunakan dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar pada atlet *unimed cricket club*, temuan di lapangan juga menunjukkan bahwa para atlet *unimed cricket club* memperlihatkan penguasaan teknik dasar yang baik dalam mengikuti latihan yang di berikan oleh pelatih. Dari hasil validasi para ahli pada uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar juga menyatakan bahwa pengembangan latihan berbasis video tutorial teknik dasar olahraga cricket dikategorikan “Sangat Baik” dan layak digunakan pada pemain *unimed cricket club*, semoga kedepannya pengembangan latihan teknik olahraga cricket lebih banyak dan lebih kreatif guna meningkatkan keterampilan atlet *Unimed Cricket Club*.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil uji coba lapangan hasil penelitian yang dikembangkan oleh peneliti, mengenai pengembangan latihan berbasis video tutorial teknik dasar olahraga cricket diharapkaann dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya, dan disarankan kepada peneliti berikutnya yang ingin mengembangkan latihan berbasis video tutorial teknik dasar olahraga cricket hendaknya juga meneliti dan mengembangkan lagi dari segi fisik medianya sehingga diperoleh produk yang lebih sempurna, agar pengembangan latihan berbasis video tutorial teknik dasar olahraga cricket ini dapat digunakan oleh pelatih untuk membatu proses latihan yang lebih baik kedepannya, maka sebaiknya dicetak video lebih banyak lagi, sehingga nantinya pelatih dapat terbantu dengan video tutorial tersebut yang akan dipergunakan atlet *Unimed Cricket Club* untuk latihan mandiri di rumah masing masing dan dapat mempraktekkannya di rumah.