

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa sistem informasi berbasis web yang diberi nama “*TRAINER TRACK*” pada trainertrack.online dinyatakan Sangat Layak (94,75%) untuk digunakan dalam mendukung kinerja *personal trainer*. Tingkat kelayakan yang tinggi ini memvalidasi keberhasilan penerapan kerangka kerja R&D Model 4D yang sistematis. Kelayakan ini bukan hanya sebatas fungsionalitas teknis, tetapi juga kematangan produk dalam memenuhi kebutuhan spesifik PT di lapangan, yang sebelumnya terhambat oleh masalah pencatatan manual. Pengembangan sistem *Trainer Track* terbukti efektif dalam mentransformasi operasional PT di Kota Medan. Keberhasilan sistem ini berakar pada kemampuannya untuk menciptakan sumber informasi yang terpusat dan terpadu, serta secara tuntas menghilangkan masalah fragmentasi data, konflik kontrol versi, dan kesalahan manusia yang melekat pada metode manual dan *spreadsheet*. Sistem *Trainer Track* memungkinkan PT untuk mengetahui dan mendokumentasikan hasil perkembangan komposisi tubuh klien secara objektif, terukur, dan digital. Fitur visualisasi data melalui grafik progres dan laporan siap cetak menyediakan bukti objektif mengenai efektivitas program latihan yang dijalani.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil pada penelitian ini, peneliti menyarankan bahwa masih perlu dilakukan penelitian lanjutan yang berfokus pada dampak *Trainer Track*

terhadap indikator kinerja jangka panjang, seperti tingkat retensi klien (*client retention rate*) dan tingkat kepatuhan latihan, dalam periode 6 hingga 12 bulan setelah sistem diadopsi secara luas. Penelitian ini akan mengisi kekosongan metodologis Model 4D yang tidak mencakup evaluasi pasca-diseminasi. Data jangka panjang adalah bukti empiris yang paling kuat mengenai keberlanjutan dan kemampuan sistem untuk memfasilitasi perubahan perilaku klien secara permanen. Untuk memvalidasi keunggulan *Trainer Track* secara ketat, disarankan untuk melaksanakan studi perbandingan. Studi ini harus membandingkan kelompok PT yang menggunakan *Trainer Track* dengan kelompok PT yang menggunakan platform manajemen PT komersial yang sudah mapan (misalnya, *True Coach* atau *Trainerize*). Tujuannya adalah untuk mengukur efisiensi operasional PT dan hasil klien secara kuantitatif, memberikan bukti kuat mengenai superioritas *Trainer Track* yang melampaui perbandingan fitur kualitatif yang ada dalam tesis.