

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa panduan penatalaksanaan terapi cedera olahraga pada cabang olahraga karate yang dikembangkan dalam penelitian ini telah memenuhi kriteria kelayakan secara substansi maupun teknis. Proses pengembangan dilakukan melalui tahapan penelitian dan pengembangan model Borg & Gall, yang mencakup studi pendahuluan, perancangan produk, validasi ahli, uji coba lapangan awal, revisi produk, uji coba lapangan operasional, hingga revisi akhir produk.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengembangan panduan penatalaksanaan terapi cedera olahraga pada cabang olahraga karate, diperoleh berbagai temuan yang dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan kualitas pembelajaran, praktik terapi cedera, serta pengembangan media pembelajaran di lingkungan akademik. Oleh karena itu, untuk mendukung optimalisasi pemanfaatan panduan ini dan sebagai tindak lanjut dari hasil yang diperoleh, penulis memberikan beberapa saran kepada pihak-pihak terkait sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan, khususnya yang berkonsentrasi pada bidang terapi olahraga, disarankan untuk menggunakan panduan ini sebagai acuan dalam proses pembelajaran dan praktik lapangan. Dengan memanfaatkan panduan ini secara maksimal,

mahasiswa diharapkan mampu memahami prosedur penanganan cedera secara sistematis dan tepat, serta meningkatkan keterampilan teknis dalam penerapan terapi sesuai dengan jenis dan tingkat keparahan cedera, khususnya pada cabang olahraga karate.

2. Bagi dosen atau pengampu mata kuliah yang berkaitan dengan terapi cedera olahraga, panduan ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan ajar tambahan yang bersifat aplikatif. Pengintegrasian panduan ke dalam kegiatan pembelajaran diharapkan mampu memperkuat pemahaman mahasiswa terhadap teori dan praktik terapi cedera, serta menjadikan proses pembelajaran lebih kontekstual dengan kebutuhan dunia kerja di bidang keolahragaan.
3. Bagi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, disarankan untuk mendukung pengembangan media pembelajaran berbasis praktik seperti panduan ini melalui peningkatan dukungan fasilitas, integrasi ke dalam kurikulum, serta penguatan kolaborasi antara dosen dan mahasiswa dalam mengembangkan produk pembelajaran yang inovatif dan aplikatif.
4. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengembangkan penelitian serupa, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian baik dari segi materi cedera yang dibahas, jumlah responden, maupun bentuk media yang digunakan. Penggunaan media berbasis teknologi seperti video pembelajaran, modul digital interaktif, maupun aplikasi terapi cedera berbasis mobile juga dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan efektivitas dan daya guna panduan yang dikembangkan.