

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

1.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa latihan berbasis *Game-Based Approach* secara signifikan meningkatkan *tactical skills* pemain tenis dewasa. Dengan kata lain, program latihan pendekatan *game-based* dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman *tactical skills* bermain tenis.

1.2 Implikasi

Berikut ini adalah konsekuensi yang diharapkan dari penelitian ini:

- 1.2.1 Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan Game-Based (GBA) memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan *tactical skills* pemain tenis dewasa. Implikasi praktisnya, pelatih dan akademi tenis dapat menjadikan GBA sebagai strategi utama dalam pembelajaran taktik, karena pendekatan ini mampu mengintegrasikan aspek pengambilan keputusan, penempatan posisi, dan eksekusi teknik dalam situasi permainan nyata.
- 1.2.2 Temuan ini memberikan dasar ilmiah bagi penyusunan kurikulum pelatihan berbasis permainan yang lebih adaptif terhadap karakteristik pembelajaran orang dewasa, sesuai prinsip andragogi. Implikasi teoretisnya, penelitian ini memperluas penerapan model *Teaching Games for Understanding* (TGfU) dan teori *situational awareness* pada kelompok dewasa, yang sebelumnya lebih banyak diaplikasikan pada anak-anak atau remaja.

1.3 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, desain penelitian *One Group Pretest-Posttest* tidak melibatkan kelompok kontrol, sehingga potensi pengaruh faktor eksternal terhadap hasil belum sepenuhnya dapat dieliminasi. Kedua, jumlah sampel relatif kecil dan hanya melibatkan satu komunitas tenis, sehingga generalisasi hasil perlu

dilakukan dengan hati-hati. Ketiga, pengukuran *tactical skills* hanya dilakukan melalui satu instrumen pada satu kali *posttest*, sehingga tidak menggambarkan perubahan jangka panjang atau retensi kemampuan. Keempat, penelitian ini tidak mengontrol variabel lain seperti motivasi, tingkat kebugaran, atau pengalaman bermain yang mungkin turut memengaruhi hasil.

1.4 Rekomendasi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu rujukan bagi pelatih, pelaku olahraga, maupun pengambil kebijakan, baik di lingkungan olahraga maupun di luar lingkungan olahraga. Berdasarkan temuan penelitian, penulis memberikan beberapa rekomendasi untuk penelitian selanjutnya, antara lain:

- 1.4.1 Penelitian lanjutan dengan desain eksperimen murni (*true experimental*) yang melibatkan kelompok kontrol untuk meningkatkan validitas internal.
- 1.4.2 Penggunaan jumlah sampel yang lebih besar dan beragam, mencakup berbagai tingkat usia dan latar belakang bermain, agar hasil dapat digeneralisasikan secara lebih luas.
- 1.4.3 Penambahan pengukuran tindak lanjut (*follow-up test*) untuk mengetahui retensi *tactical skills* pasca pelatihan GBA.
- 1.4.4 Menggabungkan instrumen tes kuesioner dan wawancara untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif tentang proses pembelajaran taktik.
- 1.4.5 Mengkaji integrasi GBA dengan teknologi pelatihan seperti video feedback untuk melihat dampak terhadap peningkatan keterampilan taktik.

Sebagai penutup, berikut disampaikan kesimpulan, implikasi, keterbatasan dan rekomendasi dari penulis terkait penelitian berjudul “Pengaruh Latihan Pendekatan *Game-based* terhadap Pemahaman *Tactical Skills* pada Pemain Tenis Dewasa”. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi pembaca, peserta didik, pelatih, serta pelaku olahraga khusus nya cabang olahraga tenis lapangan. Penelitian ini diharapkan menjadi referensi dalam menyusun program latihan yang tidak hanya berfokus

pada peningkatan kemampuan teknis bermain tenis lapangan, tetapi juga mendukung perkembangan bermain taktik untuk mendukung pemahaman permainan.