

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Media latihan kecepatan reaksi, antisipasi, dan koordinasi berbasis modul *wifi* pada olahraga tenis lapang ini dibuat dengan rangkaian elektronik berbasis modul *wifi*. Media latihan ini menggunakan LED RGB dengan bentuk SMD, agar cahaya yang dihasilkan lebih terang dan menarik dengan berbagai macam warna. Selain itu, dilengkapi dengan *adjustable infrared switch sensor* berjenis *proximity* untuk mendeteksi gerakan datangnya raket tenis lapang dengan jarak yang dapat diatur hingga 80cm. Media latihan ini pun dirancang nirkabel (tanpa kabel), tetapi tetap dapat berkomunikasi antara slave yang satu dengan yang lainnya. Dalam penggunaannya menggunakan *handphone* yang terdapat fitur *wifi*, serta hospot dan tampilannya berupa web sederhana. Media latihan kelincahan ini digunakan untuk alat bantu latihan pada olahraga tenis lapang. Terdiri dari 6 slave LED yang dipasang pada 6 tripod kamera dan disimpan pada jarak yang disesuaikan dengan kebutuhan analisis peneliti. Berdasarkan hasil pre test dan post test dapat diuraikan kesimpulan penelitian sebagai berikut :

- 1) Bahwa media latihan sensor berbasis *android* dan *wifi* ini dapat dipengaruhi untuk meningkatkan kecepatan reaksi, antisipasi, dan koordinasi
- 2) Bahwa adanya pengaruh media latihan sensor berbasis *android* dan *wifi* yang kembangkan terhadap peningkatan kecepatan reaksi.
- 3) Bahwa adanya pengaruh media latihan sensor berbasis *android* dan *wifi* yang kembangkan terhadap peningkatan antisipasi.
- 4) Bahwa adanya pengaruh media latihan sensor berbasis *android* dan *wifi* yang kembangkan terhadap peningkatan koordinasi.

B. Implikasi dan Rekomendasi

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka saran yang diajukan penulis agar media atau alat bantu kecepatan reaksi, antisipasi, dan koordinasi berbasis sensor modifikasi wifi modul pada olahraga tenis lapang ini berjalan dengan baik diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Peneliti harus melanjutkan penelitian ini lebih lanjut dengan media latihan yang lain
2. Peneliti harus mengembangkan media latihan ini lebih bagus lagi dengan menambahkan pencatatan selain waktu reaksi tetapi waktu kelincahan atletnya dari awal pergerakan sampai akhir.
3. Peneliti harus memperbaiki tampilan webnya dengan aplikasi atau web pribadi yang tampilannya lebih menarik