

## BAB V PENUTUP

### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam Pembuatan Media Panduan Gerakan Dasar Fitness Berbasis Mobile di Life Gym Menggunakan ActionScript3, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengujian alpha menggunakan metode *Blackbox Testing*, semua fungsi program dari media interaktif gerakan dasar fitness telah berjalan dan tidak ditemukan kesalahan.
2. Aplikasi media panduan dapat menampilkan panduan berupa jumlah set dan repetisi yang dianjurkan pelatih untuk pemula,
3. Dalam media panduan dapat menampilkan video panduan sehingga dapat memberikan panduan yang lebih optimal dan mudah dimengerti oleh pengguna.
4. Berdasarkan hasil pengujian beta menggunakan kuesioner skala Likert, media interaktif gerakan dasar fitness memperoleh presentase kelayakan sebagai berikut:
  - a. Aspek multimedia 74,4% (kategori bagus)
  - b. Aspek pengguna 72% (kategori bagus)

## 5.2 Saran

Setelah menyelesaikan penelitian mengenai Pembuatan Media Panduan Gerakan Dasar Fitness Berbasis Mobile di Life Gym Menggunakan ActionScript3, peneliti memiliki beberapa saran untuk media interaktif gerakan dasar fitness sebagai berikut :

1. Aplikasi media interaktif gerakan dasar fitness ini dapat dibuat double orientation sehingga dapat digunakan dalam orientasi portrait dan landscape.
2. Video praktik gerakan dasar fitness dapat diupload ke youtube dan dapat diakses secara langsung lewat media interaktif sehingga ukuran media interaktif tidak terlalu besar.
3. Media Panduan Gerakan Dasar Fitness Berbasis Mobile di Life Gym Menggunakan ActionScript3 perlu diupload ke Google Playstore sehingga dapat menjangkau pengguna lebih luas.