

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berikut ini merupakan kesimpulan yang dapat diambil pada hasil akhir penelitian ini.

1. Apakah dengan adanya aplikasi ini mempermudah anda dalam mengatur ritme gerakan saat melakukan lari marathon?

Tabel 5.1 Rekapitulasi Hasil Pengujian Pertanyaan 1

Skala Likert	Persentase skor
Sangat setuju	63.33 %
Setuju	36.67 %
Ragu-ragu	-
Tidak setuju	-
Sangat tidak setuju	-

Dari tabel hasil pengujian diatas 63.33% dari responden menyatakan sangat setuju aplikasi ini sudah membantu mempermudah dalam mengatur ritme gerakan saat melakukan lari marathon dan 36.67% sisanya menyatakan setuju. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa aplikasi marathon trainer disertai dengan indikator level kebugaran berdasarkan denyut jantung dan suhu tubuh bisa membantu dalam mengatur ritme gerakan saat melakukan lari marathon.

2. Apakah dengan adanya aplikasi ini membantu anda dalam menghitung denyut jantung dan suhu tubuh dalam lari marathon?

Tabel 5.2 Rekapitulasi Hasil Pengujian Pertanyaan 2

Skala Likert	Persentase skor
Sangat setuju	60 %
Setuju	40 %
Ragu-ragu	-
Tidak setuju	-
Sangat tidak setuju	-

Dari tabel hasil pengujian diatas 60% dari responden menyatakan sangat setuju aplikasi ini sudah membantu dalam menghitung denyut jantung dan suhu tubuh dalam lari marathon, 40% menyatakan setuju. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa aplikasi marathon trainer disertai dengan indikator level kebugaran berdasarkan denyut jantung dan suhu tubuh bisa membantu dalam menghitung denyut jantung dan suhu tubuh dalam lari marathon.

3. Apakah dengan adanya aplikasi ini membantu anda mengetahui informasi mengenai even-even yang akan berlangsung?

Tabel 5.3 Rekapitulasi Hasil Pengujian Pertanyaan 3

Skala Likert	Persentase skor
Sangat setuju	60 %
Setuju	40 %
Ragu-ragu	-
Tidak setuju	-
Sangat tidak setuju	-

Dari tabel hasil pengujian diatas 60% dari responden menyatakan sangat setuju aplikasi ini sudah membantu dalam mengetahui informasi mengenai even-even yang akan berlangsung, 40% menyatakan setuju. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa aplikasi marathon trainer disertai dengan indikator

level kebugaran berdasarkan denyut jantung dan suhu tubuh bisa membantu mengetahui informasi mengenai even-even yang akan berlangsung.

4. Apakah dengan adanya aplikasi ini mempermudah anda dalam menghitung gerakan push up?

Tabel 5.4 Rekapitulasi Hasil Pengujian Pertanyaan 4

Skala Likert	Persentase skor
Sangat setuju	60 %
Setuju	40 %
Ragu-ragu	-
Tidak setuju	-
Sangat tidak setuju	-

Dari tabel hasil pengujian diatas 60% dari responden menyatakan sangat setuju aplikasi ini sudah mempermudah dalam menghitung gerakan push up, 40% menyatakan setuju. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa aplikasi marathon trainer disertai dengan indikator level kebugaran berdasarkan denyut jantung dan suhu tubuh bisa mempermudah dalam menghitung gerakan push up.

5. Apakah dengan adanya aplikasi ini membantu anda mengetahui level kebugaran?

Tabel 5.5 Rekapitulasi Hasil Pengujian Pertanyaan 5

Skala Likert	Persentase skor
Sangat setuju	53.33%
Setuju	46.67%
Ragu-ragu	-
Tidak setuju	-
Sangat tidak setuju	-

Dari tabel hasil pengujian diatas 53.33% dari responden menyatakan setuju aplikasi ini sudah membantu dalam mengetahui level kebugaran, 46.67% menyatakan setuju. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa aplikasi marathon trainer disertai dengan indikator level kebugaran berdasarkan denyut jantung dan suhu tubuh bisa membantu dalam mengetahui level kebugaran.

5.2 Saran

Aplikasi marathon trainer disertai dengan indikator level kebugaran berdasarkan denyut jantung dan suhu tubuh yang telah dibangun sudah dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Adapun saran-saran terhadap pengembangan aplikasi marathon trainer disertai dengan indikator level kebugaran berdasarkan denyut jantung dan suhu tubuh adalah:

1. Alat untuk mengukur suhu tubuh masih menggunakan alat bantu seperti smartband diharapkan nantinya bisa langsung mengukur suhu tubuh pakai smartphone.
2. Tampilan aplikasi diharapkan lebih baik lagi.
3. Keakuratan deteksi denyut jantung diharapkan lebih akurat.