

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan video teknik jatuhan pencak silat berdasarkan peraturan PB IPSI Tahun 2022. Berdasarkan data yang diperoleh melalui proses validasi ahli, uji coba skala kecil, dan uji coba skala besar, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Produk video teknik jatuhan pencak silat ini sangat layak digunakan.

Berdasarkan hasil validasi dari ahli materi dan ahli media, produk video ini memperoleh skor rata-rata yang berada pada kategori "sangat layak". Hal ini menunjukkan bahwa produk telah memenuhi kriteria kualitas yang baik dari aspek isi, visualisasi, dan penyampaian materi teknik jatuhan sesuai dengan peraturan terbaru PB IPSI Tahun 2022.

2. Video ini sangat relevan untuk digunakan oleh atlet dan pelatih pencak silat.

Berdasarkan hasil penilaian dari atlet selama uji coba skala kecil dan skala besar, video ini dinilai dapat membantu mereka memahami dan mempraktikkan teknik jatuhan dengan lebih baik. Para pelatih juga dapat memanfaatkan video ini sebagai panduan untuk melatih atlet dalam menguasai teknik jatuhan sesuai peraturan PB IPSI Tahun 2022.

Dengan demikian, produk video yang dikembangkan dalam penelitian ini dapat dijadikan sebagai media pembelajaran yang mendukung peningkatan

keterampilan teknik jatuhan pencak silat baik dalam latihan maupun persiapan kejuaraan.

## **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, berikut beberapa saran yang dapat diberikan:

### **1. Penggunaan dan Pengembangan Video:**

Video teknik jatuhan pencak silat ini sebaiknya digunakan secara rutin dalam sesi latihan, baik oleh pelatih maupun atlet, untuk memperkuat pemahaman dan penguasaan teknik jatuhan sesuai peraturan PB IPSI Tahun 2022. Di masa depan, pengembangan video dapat dilakukan untuk meliputi teknik-teknik lain dalam pencak silat.

### **2. Penyebarluasan Produk:**

Produk video ini dapat disebarluaskan ke komunitas pencak silat, perguruan, atau klub olahraga melalui platform digital untuk memperluas manfaatnya.

### **3. Pengembangan Lebih Lanjut:**

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengevaluasi lebih mendalam efektivitas video ini dalam meningkatkan performa atlet saat pertandingan, serta mempertimbangkan masukan lebih luas dari berbagai tingkat kemampuan atlet.

### **4. Fasilitas Pendukung:**

Sebaiknya pelatih dan pengurus perguruan mendukung penggunaan video ini dengan fasilitas audio-visual yang memadai agar proses pembelajaran dapat berlangsung secara optimal.