

## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini adalah:

1. Yoga merupakan olahraga senam yang menyehatkan tubuh yang bertujuan untuk menciptakan keselarasan dalam tubuh melalui peningkatan fleksibilitas dan kekuatan otot. Kegiatan latihan yoga dapat dibagi menjadi 2, latihan postur yoga/asana (*Surya Namaskan*, postur berdiri, postur duduk, dan lain-lain) dan meditasi (japa).
2. Aplikasi *mobile* memiliki fitur utama yang dibutuhkan untuk melakukan latihan yoga, yaitu fitur yang menampilkan video yang berisi serangkaian latihan yoga, fitur yang berisi gambar pose yoga beserta instruksinya, dan fitur meditasi (japa) yang disertai iringan musik.
3. Aplikasi *mobile* berbasis *Android* berhasil dikembangkan menggunakan bahasa pemrograman *Java* dan aplikasi *web* berhasil dikembangkan menggunakan bahasa pemrograman *PHP*. *YouTube Android Player API* yang berfungsi untuk pemutaran video juga berhasil diimplementasikan pada aplikasi *mobile*.
4. Uji coba berhasil dilakukan (melakukan serangkaian *tasks*), baik pada aplikasi *mobile* maupun aplikasi *web*, dengan hasil sesuai dengan yang diharapkan tanpa terjadinya *error*.

#### 6.2 Saran

Dari penelitian yang telah dilakukan, ditemukan beberapa kekurangan pada perangkat lunak. Berikut ini adalah beberapa saran untuk mengembangkan perangkat lunak ini:

1. Untuk penelitian selanjutnya, fitur untuk mengganti bahasa pada perangkat lunak dapat ditambahkan.
2. Fitur meditasi japa belum bisa mengeluarkan bunyi notifikasi saat melakukan *tap* pada *screen*, hanya getaran. Untuk penelitian selanjutnya dapat ditambahkan fitur notifikasi tersebut agar aplikasi berfungsi lebih baik lagi.
3. Fitur *profile* bisa dikembangkan lagi untuk penelitian selanjutnya, misalnya seperti mengubah informasi *user* atau menambahkan fitur *history* untuk memberikan informasi kepada *user* video apa saja yang telah *user* lihat.

## DAFTAR REFERENSI

- [1] Kasman, A. D. (2015) *Kolaborasi Android dengan PHP dan MySQL*. Lokomedia.
- [2] Sindhu, P. (2015) *Panduan Lengkap Yoga: Untuk Hidup Sehat dan Seimbang*. Mizan Media Utama.
- [3] Biri, N. (2012) *Pemodelan Sistem Registrasi Terpadu Berbasis Web Menggunakan Web Service (Studi Kasus pada Perpustakaan UKSW)*. Skripsi. Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia.