

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah disusun dan telah diuji pada bagian sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa kualitas interaksi sosial atlet karate nomor kata beregu Kabupaten Cianjur adalah kriteria sedang, selanjutnya secara rinci dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Pada aspek Inklusi dalam Kualitas interaksi sosial atlet karate nomor kata beregu Kabupaten Cianjur dengan kriteria rendah.
2. Pada aspek Kontrol atlet karate nomor kata beregu Kabupaten Cianjur dengan kriteria sedang.
3. Pada aspek Afeksi dalam Kualitas interaksi sosial atlet karate nomor kata beregu Kabupaten Cianjur dengan kriteria sedang.

B. Saran

Saran yang diajukan ditujukan untuk pembina, pelatih dan atlet pada cabang olahraga Karate, serta peneliti selanjutnya. Berikut adalah saran yang diajukan :

1. Bagi para pelatih atau pembina cabang olahraga karate hendaknya, harus memahami faktor psikologi (mental) atlet dalam meningkatkan prestasi. Selain memperhatikan psikologi (mental), para pelatih atau pembina olahraga tetap memperhatikan aspek-aspek lainnya seperti kondisi fisik, teknik dan taktik dalam meningkatkan prestasi atlet-atlet cabang olahraga karate

2. Bagi mahasiswa yang akan mengadakan penelitian lebih lanjut tentang faktor psikologis (mental), penulis menganjurkan untuk mencoba faktor psikologis (mental) yang dapat meningkatkan prestasi cabang olahraga karate.
3. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kajian yang lebih mendalam.

