

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, maka penelitian ini menyimpulkan dari rumusan masalah penelitian ini, diantaranya adalah:

- 1) Terdapat keeratan hubungan yang sedang dan signifikan antara kecemasan dengan keterampilan bermain pada atlet cabang olahraga *floorball*, dengan hasil koefisien korelasi sebesar 0.574 yang dihasilkan pada penelitian ini.
- 2) Terdapat keeratan hubungan yang sedang dan signifikan antara kepercayaan diri dengan keterampilan bermain olahraga *floorball*, dengan hasil koefisien korelasi sebesar 0.556 yang dihasilkan pada penelitian ini.
- 3) Terdapat keeratan hubungan yang tinggi dan signifikan antara kecemasan dan kepercayaan diri secara bersama-sama dengan keterampilan bermain pada atlet cabang olahraga *floorball*, dengan hasil koefisien korelasi sebesar 0.707 yang dihasilkan pada penelitian ini.

#### **5.2 Implikasi**

Implikasi dari hasil penelitian berdasarkan temuan-temuan dalam penelitian berikut implikasi yang dianggap relevan dengan penelitian, yaitu:

- 1) penelitian ini dapat dijadikan salah satu sumber pengetahuan terkait kecemasan, kepercayaan diri.
- 2) Penelitian ini dapat dijadikan sumber pengetahuan terkait keterampilan bermain khususnya pada cabang olahraga *floorball* agar olahraga ini makin dikenal masyarakat luas.
- 3) Hasil dari penelitian ini dijadikan salah satu referensi dan evaluasi penelitian selanjutnya.

#### **5.3 Rekomendasi**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti bermaksud untuk menyampaikan rekomendasi yang diharapkan bermanfaat dan menjadi gambaran mengenai kecemasan, kecemasan dan juga keterampilan bermain *floorball*.

1) Bagi Pelatih

Untuk pelatih, agar lebih paham bahwasananya kondisi psikologi menjadi salah satu modal menjadikan atlet mempunyai kemampuan yang maksimal untuk bersaing dalam sebuah ajang pertandingan. Maka dari itu khusus pelatih *floorball*, diperlukan pemahaman materi tidak hanya fisik yang dilatih tapi pengelolaan psikis pun perlu dilatih, sehingga program latihan yang telah dibuat dapat memberikan hasil yang maksimal.

2) Bagi peneliti

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat mendalami tentang psikologi olahraga agar lebih variatif, peneliti selanjutnya juga bisa meneliti lebih spesifik tehnik dasar *floorball* seperti, shooting, passing, dribling, serta diharapkan untuk memperbanyak jumlah sampel penelitian.

Sekian kesimpulan, implikasi dan rekomendasi yang penulis berikan. Semoga hal ini dapat bermanfaat untuk banyak orang atau lainnya yang berkaitan dengan kegiatan dan lembaga olahraga khususnya prestasi *floorball* Indonesia