

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul "Pengaruh Latihan Kognisi Terhadap Pengambilan Keputusan Atlet Intelektual Rendah pada Cabang Olahraga *Open Skill*" dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *Life Kinetik* terhadap Pengambilan Keputusan Atlet Intelektual Rendah pada Cabang Olahraga *Open Skill*.
- 5.1.2 Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *Brain Gym* terhadap Pengambilan Keputusan Atlet Intelektual Rendah pada Cabang Olahraga *Open Skill*.
- 5.1.3 Tidak terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *Life Kinetik* dan latihan *Brain Gym* terhadap Pengambilan Keputusan Atlet Intelektual Rendah pada Cabang Olahraga *Open Skill*.

5.2 Implikasi

Implikasi yang peneliti harapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 5.2.1 Dapat dijadikan sumber referensi bagi para pelatih dalam melatih atlet khususnya pengambilan keputusan seorang atlet.
- 5.2.2 Menjadikan penelitian ini referensi pengembangan penelitian selanjutnya bagi mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga dan lain sebagainya.

5.3 Saran

Peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya sebagai berikut:

- 5.3.1 Melakukan penelitian dengan lebih banyak sampel khususnya di cabang olahraga *open skill*
- 5.3.2 Membandingkan latihan *Life Kinetik* dengan latihan *Brain Gym* yang biasa dipakai dalam melatih pengambilan keputusan seorang atlet.
- 5.3.3 Membandingkan latihan *Life Kinetik* dengan latihan *Brain Gym* untuk melatih pengambilan keputusan.