

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri terhadap keterampilan gerak *diveroll*.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara *motor educability* dengan keterampilan gerak *diveroll*.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara *motor educability* dan tingkat percaya diri secara bersama-sama dengan keterampilan gerakan *diveroll*.

B. Saran

1. *Motor educability* dan tingkat percaya diri alangkah lebih baik jika kedua aspek tersebut dijadikan sebagai salah satu titik tolak bagi pengembangan dan pencarian atlet-atlet berbakat.
2. Dalam mencetak atlet-atlet profesional maka para pelatih olahraga harus memperhatikan *motor educability* dan tingkat kepercayaan diri karena kedua aspek tersebut memiliki peranan yang cukup penting.
3. Untuk memudahkan dalam proses pelatihan maka pelatih dapat mengelompokkan atletnya dilihat dari tingkat percaya diri dan *motor educability*.
4. Untuk sekolah-sekolah olahraga dalam menerima siswa atau mahasiswa baru maka disarankan tidak meninggalkan tes *motor educability* sebagai salah satu titik tolak dalam proses penerimaan mahasiswa atau siswanya.