

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data yang telah peneliti lakukan, maka dalam penelitian ini peneliti dapat menyimpulkan bahwa :

Terdapat hubungan yang signifikan tingkat kecemasan dengan keputusan wasit wanita sebelum memimpin pertandingan dengan hasil keputusan wasit wanita saat memimpin pertandingan futsal.

B. SARAN

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh selanjutnya peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat digunakan sebagai pemahaman dan literatur tambahan bagi pelaku olahraga futsal khususnya bidang perwasitan dan terutama pada wasit wanita :

1. Peneliti berharap seorang wasit selain memiliki fisik yang prima dan penerapan peraturan permainan, juga harus memiliki mental yang kuat dalam memimpin pertandingan futsal.
2. Peneliti berharap kepada instruktur wasit futsal untuk memberikan bentuk latihan mental, supaya menghasilkan para wasit yang memiliki mental yang kuat dalam melaksanakan setiap tugasnya, bukan hanya melatih dalam komponen fisik saja.
3. Peneliti berharap kepada psikolog olahraga, konselor olahraga dan pelatih menjadikan hasil penelitian ini sebagai indikator untuk membuat desain program latihan yang dapat membantu menanggulangi, mengurangi tingkat kecemasan hingga meningkatkan penampilan mereka.

4. Penelitian ini terbatas pada gambaran tingkat kecemasan saja, hanya pada variabel tunggal. Peneliti menyarankan pula kepada peneliti berikutnya untuk meneliti mengenai aspek yang lebih luas lagi.
5. Sebaiknya bagi para wasit diperlukan suatu latihan untuk mengelola lingkungan dan memahami bagaimana situasi dalam sebuah pertandingan berlangsung. Tekanan umumnya berasal dari penonton serta kondisi permainan. Untuk mengurangi dampak kecemasan maka pengambilan keputusan tetap didasarkan pada peraturan dan ketentuan yang berlaku
6. Pada masa yang akan datang sebaiknya dilakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih banyak agar hasilnya dapat digeneralisir.