

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan dan perhitungan serta analisis data yang telah dilakukan maka penulis dapat merumuskan beberapa kesimpulan penelitian sebagai berikut :

1. Terdapat gambaran yang signifikan antara kepercayaan diri, kecemasan, dan keterampilan dasar bermain bulutangkis siswa usia 10-12 tahun.
2. Terdapat kontribusi kepercayaan diri terhadap hasil belajar keterampilan bermain bulutangkis berdasarkan tingkat kecemasan sebesar 52,6%.
3. Terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,903$ dan signifikan pada $0,000$.

B. Saran

1. Bagi siswa atau atlit

Kepercayaan diri adalah salahsatu faktor psikologis yang dapat meningkatkan penampilan olahraga, tetapi tingkat keceamasm juga harus diperhitungkan dalam hal ini, jika siswa yang mempunyai tingkat kepercayaan diri baik dan tingkat kecemasan rendah maka akan diikuti dengan peningkatan keterampilan.

2. Bagi Guru atau Pelatih

Menurut penulis ketahui selama pembelajaran dan pelatihan guru atau pelatih masih kurang memperhatikan aspek psikologis dibandingkan dengan aspek keterampilan. Dengan adanya penelitian ini kita dapat mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap hasil belajar keterampilan bermain bulutangkis berdasarkan tingkat kecemasan.

3. Bagi peneliti atau pembaca

Diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih lanjut khususnya pada penelitian kuantitatif deskriptif kontribusi kepercayaan diri terhadap hasil belajar keterampilan bermain bulutangkis berdasarkan tingkat keceemasan