

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dapat disimpulkan bahwa:

1. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga taekwondo lebih baik kepercayaan dirinya dibandingkan kepercayaan diri siswa yang mengikuti olahraga futsal di SMPN 1 Lembang.
2. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga takwondo lebih baik kedisiplinannya dibandingkan kedisiplinan siswa yang mengikuti olahraga futsal di SMPN 1 Lembang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai perbedaan tingkat kepercayaan diri dan kedisiplinan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga futsal dan taekwondo di SMPN 1 Lembang, penulis mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan psikologis siswa, seyogianya instruktur memberikan pembekalan terhadap aspek psikologis terhadap siswa diantaranya yaitu aspek kepercayaan diri dan kedisiplinan.
2. Banyaknya uji coba antar klub ataupun antar sekolah, memberikan siswa tambahan pengalaman, memberikan siswa kesempatan untuk berkembang dan memberikan kesempatan siswa untuk lebih leluasa menunjukkan kemampuan pada siswa.
3. Melalui pembelajaran psikologis, siswa akan lebih percaya diri dan disiplin ketika melaksanakan proses latihan dan ketika mengikuti kejuaraan-kejuaraan tingkat nasional maupun regional.
4. Kepada instruktur diharapkan dapat lebih tegas dalam latihan, agar siswa lebih tepat waktu dan dapat menghargai waktu.

Untung Sugeng Nugroho, 2015

PERBANDINGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI DAN KEDISIPLINAN SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA FUTSAL DAN OLAHRAGA TAEKWONDO DI SMP NEGERI 1 LEMBANG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

5. Bagi para pembaca, sebaiknya dalam memberikan program latihan dapat mengembangkan sikap disiplin dan percaya diri, karena kedua hal tersebut adalah modal dasar untuk menjadikan siswa yang berkarakter dan menjadikan siswa manusia yang seutuhnya.