

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan dalam penelitian ini adalah:

1. Sebagian besar remaja yang mengikuti kegiatan beladiri di SMAN 1 Cimahi memiliki tingkat perilaku agresif yang tergolong tinggi didukung dengan jumlah frekuensi latihan yang dilakukan tergolong jarang, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh frekuensi latihan terhadap tingkatan perilaku agresif yang terjadi pada remaja yang mengikuti kegiatan beladiri di SMAN 1 Cimahi.
2. Sebagian besar remaja yang mengikuti kegiatan beladiri menggunakan jenis strategi *problem-focused coping*, dan pemilihan jenis strategi tersebut tidak berhubungan dengan jumlah frekuensi latihan yang dilakukan oleh para remaja tersebut.
3. Hubungan antara perilaku agresif dengan coping strategy pada remaja yang mengikuti kegiatan beladiri memiliki korelasi yang tergolong rendah, dalam kajian lebih lanjut, jenis strategi *problem-focused coping* tidak memiliki hubungan yang berarti dengan tingkatan perilaku agresif pada remaja, sedangkan jenis strategi *emotion-focused coping* memiliki hubungan yang cukup signifikan dengan perilaku agresif pada remaja yang mengikuti kegiatan beladiri di SMAN 1 Cimahi.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Apabila akan membuat penelitian dengan tema yang sama dengan penelitian ini, disarankan untuk memperhatikan faktor-faktor lain yang sekiranya berhubungan dengan perilaku agresif dan *coping strategy* seperti kontrol diri, pola asuh orang tua, kematangan emosi, dan masih banyak lagi yang lainnya, agar hasilnya dapat lebih tergal. Disarankan

juga untuk mencari subjek penelitian yang lebih bervariasi berdasarkan jenis beladiri, jenis *coping strategy*, perbedaan usia, jenis kelamin, atau faktor-faktor lain yang mempengaruhi remaja, perilaku agresif, dan *coping strategy*

- b. Dalam penelitian ini, sampel yang digunakan ada sebanyak 60 orang, untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan populasi yang lebih besar dan lokasi yang lebih luas untuk memperkecil tingkat kesalahan sehingga membuat hasil penelitian menjadi lebih presentatif.

2. Bagi remaja (siswa/siswi)

- a. Jika mengikuti kegiatan beladiri untuk lebih rajin berlatih sehingga ajaran-ajaran moral dan tehnik yang diberikan dapat menjadi salah satu panduan agar tidak bertindak gegabah dalam menghadapi masalah.
- b. Disarankan untuk para remaja yang mengikuti kegiatan beladiri agar dapat menggunakan ilmu yang sudah didapatkan untuk hal-hal yang positif, seperti agar berprestasi dalam pertandingan kejuaraan, berolahraga untuk kesehatan, membantu orang lain, serta untuk membela diri ketika berada dalam keadaan yang sangat terdesak dan bukan untuk menyerang atau melakukan tindakan kekerasan pada orang yang tidak berdaya.