

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan :

- 1 Terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan intelektual dengan prestasi pencak silat atlet PPLP Jawa Barat.
- 2 Terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan prestasi pencak silat atlet PPLP Jawa Barat.
- 3 Terdapat hubungan yang signifikan antara keterampilan teknik dengan prestasi pencak silat atlet PPLP Jawa Barat.
- 4 Terdapat hubungan antara kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, dan keterampilan teknik secara bersama-sama dengan prestasi pencak silat atlet PPLP Jawa Barat.

#### **B. Rekomendasi**

Sehubungan dengan penelitian yang telah dilakukan, maka penulis mengemukakan beberapa rekomendasi sebagai berikut :

1. Bagi pelatih, guru pendidikan jasmani dan pembina olahraga dalam upaya meningkatkan prestasi cabang olahraga khususnya cabang olahraga pencak silat dalam memberikan pengajaran dan pelatihan kepada siswa/atlet dalam menyampaikan materi pencak silat dengan menggunakan model pembelajaran maupun metode latihan dalam ekstrakurikuler yang lebih menekankan pada peningkatan intelektual dan karakter siswa/atlet, sehingga secara tidak langsung siswa/atlet berlatih taktik serta mental bukan hanya berlatih fisik serta teknik saja dari sejak dini. Untuk itu, kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional siswa/atlet akan semakin berkembang.
2. Pelatih harus mempunyai program latihan mental yang harus dilakukan secara teratur, sistematis, intensitas yang semakin meningkat dan dilakukan

berulang-ulang, serta kerjasama antara pelatih fisik maupun psikolog agar atlet memiliki kecakapan psikologis yang memadai bukan hanya kemampuan fisik saja yang dimiliki atlet tetapi kecakapan psikologis/mental yang baik pula sehingga prestasi dapat tercapai.

3. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi khususnya untuk para atlet dan umumnya untuk semua orang tentang pentingnya kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, dan keterampilan teknik yang memiliki hubungan dan kontribusi terhadap prestasi.
4. Atlet hendaknya dapat mengelola kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, dan keterampilan teknik yang dimiliki dengan baik. Agar dapat memaksimalkan potensi yang dimiliki dalam mencapai prestasi yang maksimal, sehingga dapat berlatih dengan keras dan mampu mengembangkan aspek-aspek penunjang prestasi yang lainnya.
5. Perlu diadakan penelitian sejenis yang melibatkan variabel-variabel lain yang berkaitan dengan prestasi atlet khususnya atlet pencak silat, sehingga dapat diketahui seberapa besar pengaruh faktor-faktor yang berperan dalam meningkatkan prestasi.

Hasil penelitian ini semoga dapat dikembangkan, dapat menjadi bahan informasi bagi pihak yang berkepentingan dibidang tersebut dalam pembinaan prestasi atlet, dan sumbangan pemikiran serta bahan kajian bagi peneliti lain untuk mengadakan penelitian lebih lanjut.