

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang di dapatkan setelah melalui proses pengolahan data dan analisis data, maka hasil penelitian dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Bahwa siswa dan siswi yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beladiri gulat di SMA Negeri 1 Batujajar lebih dominan kepada agresivitas instrumental sedangkan pada jumlah rata-rata persentase agresivitas Instrumental dan Agresivitas Benci (*hostile*) sebesar 74,37%.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian atau temuan dan pembahasan pada pengolahan dan analisis data mengenai agresivitas siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beladiri gulat di SMA Negeri 1 batujajar, terkait penelitian ini, penulis menyampaikan saran-saran kepada pembina maupun pelatih ekstrakurikuler di sekolah, guru pendidikan jasmani di sekolah dan kepada para pembaca yang tertarik melakukan penelitian yang berhubungan dengan penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagi lembaga diharapkan hasil penelitian ini menjadi sumbangan ilmu pengetahuan yang akan bermanfaat bagi semua pihak dan penulis berharap kepada pihak lembaga agar penelitian ini dilakukan kembali dengan sampel yang lebih besar guna menghasilkan penelitian yang makin tinggi dari sebelumnya dan kajian yang lebih mendalam.
2. Kepada para pembina maupun pelatih olahraga khususnya gulat, agar selalu memperhatikan aspek psikologis tersebut, yaitu Agresivitas baik instrumental maupun benci (*hostile*) khususnya untuk pembinaan usia dini dan usia remaja, karena pada dasarnya pembinaan olahraga adalah pembinaan mutu sumber daya manusia, dengan melakukan pembinaan kedua aspek tersebut diharapkan mutu sumber daya manusia Indonesia menjadi lebih tinggi.
3. Kepada para guru pendidikan jasmani di sekolah, pada dasarnya pendidikan jasmani di sekolah merupakan proses pembinaan atlet yang pertama, oleh

karena itu diharapkan dalam proses pembelajaran olahraga harus dilakukan dengan setinggi mungkin, dengan menyentuh semua aspek pendidikan, yaitu tujuan afektif, kognitif dan psikomotor. Diharapkan dengan pembinaan disekolah yang tinggi, selain siswa memiliki kemampuan psikomotor yang tinggi, juga memiliki sikap afektif dan intelektual kognitif yang tinggi pula.

4. Bagi sekolah yang masih kurang aktif dalam pembinaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga diharapkan untuk aktif guna terpenuhinya kebutuhan siswa untuk berprestasi pada kegiatan ekstrakurikuler.