

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

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

1. Gambaran Kebugaran Jasmani atlet catur unit kegiatan mahasiswa Percama UPI berdasarkan rata-rata, dengan skor 4 masuk ke dalam kategori Baik.
2. Gambaran Kecerdasan Intelegensia (IQ) atlet catur unit kegiatan mahasiswa Percama UPI berdasarkan rata-rata, dengan skor 128 masuk ke dalam kategori superior.
3. Terdapat hubungan signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dengan kecerdasan intelegensia pada atlet catur unit kegiatan mahasiswa Percama UPI.

B. Rekomendasi

Penelitian ini masih merupakan penelitian yang terbatas. Penelitian ini memerlukan beberapa perbaharuan dari beberapa hal. Oleh karena itu penulis mengemukakan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Penelitian ini terbatas pada satu cakupan sampel yang terbatas saja. Sampel yang digunakan yaitu atlet catur pada UKM PERCAMA UPI. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih luas lagi dan atau menggunakan atlet dengan tingkatan yang berbeda. Seperti Atlet catur tingkat Provinsi atau bahkan Nasional.
2. Dengan menggunakan sampel yang memiliki karakteristik dalam hal luas cakupan sampel atau tingkatan atlet, memungkinkan memberikan hasil yang berbeda dari penelitian ini.
3. Dalam penelitian ini variabel yang menjadi kajian penelitian terbatas pada IQ dan Kebugaran Jasmani saja. Selanjutnya variabel lain dapat dikaji mengenai keterkaitannya dengan Prestasi. Variabel tersebut diantaranya seperti Konsentrasi atau Pengambilan keputusan.
4. Bagi pelatih sebaiknya latihan yang diberikan tidak hanya latihan teknik catur saja. Ada baiknya atlet diberikan latihan permainan mengasah otak

selain permainan catur. Dan juga tidak melupakan latihan fisik untuk menjaga kebugaran jasmani atletnya.

5. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi bermanfaat untuk para atlet, pelatih dan juga akademisi.