

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian yang berjudul “Dampak Aktivitas Ekstrakurikuler Taekwondo Terhadap Konsep Diri”, berdasarkan hasil penelitian dan temuan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

Dampak dari aktivitas ekstrakurikuler Taekwondo terhadap konsep diri masing – masing ada pada kategori “cukup” untuk siswa yang menyandang sabuk putih, dan ada pada kategori “baik” untuk siswa yang menyandang sabuk kuning strip, sabuk hijau, sabuk biru, dan sabuk merah”.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian ini, penulis mempunyai saran – saran yang dapat dipertimbangkan sebagai berikut:

1. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kajian yang lebih mendalam.
2. Mensosialisasikan kepada orang tua dan pendidik untuk mengarahkan anak – anaknya kepada kegiatan positif seperti ekstrakurikuler Taekwondo agar konsep diri anak dapat terbentuk dengan baik.
3. Untuk siswa yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo disarankan untuk berlatih Taekwondo dengan sungguh – sungguh dan apa yang dipelajarinya selama proses latihan diterapkan dalam kehidupan sehari – hari agar konsep diri siswa yang menyandang sabuk putih bisa menjadi baik, dan konsep diri siswa yang menyandang sabuk kuning strip, sabuk hijau, sabuk biru, dan sabuk merah bisa menjadi lebih baik.