

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, perhitungan, serta analisis data, maka penulis dapat menarik kesimpulan bahwa berdasarkan pemaparan deskripsi data dan hasil penelitian menunjukkan bahwa :

- 1) Terdapat pengaruh dukungan orang tua terhadap motivasi atlet secara signifikan dengan kontribusi sebesar 94%. Hal ini berarti bahwa setiap dukungan orang tua yang terjadi selama latihan maupun pertandingan sangat mempengaruhi terhadap motivasi atlet. Sedangkan 6% sisanya ditentukan oleh faktor lainnya, seperti intelegensi, kemampuan mengontrol emosi, dan kedewasaan atlet itu sendiri.
- 2) Terdapat pengaruh dukungan orang tua terhadap penurunan tingkat kecemasan atlet secara signifikan dengan kontribusi sebesar 93%. Hal ini berarti bahwa setiap dukungan orang tua yang terjadi selama latihan sangat mempengaruhi terhadap penurunan tingkat kecemasan atlet. Sedangkan 7% sisanya ditentukan oleh faktor lainnya, seperti intelegensi, kemampuan mengontrol emosi, dan kedewasaan atlet itu sendiri.

#### **B. Saran**

- 1) Berdasarkan penelitian yang telah ditempuh oleh penulis serta kesimpulan yang diambil dari hasil pengolahan data penelitian, penulis ingin menyampaikan beberapa saran yang dapat mengembangkan olahraga renang khususnya di Kota Bandung. Selain kondisi fisik, seorang pelatih juga sangat penting memperhatikan kondisi psikologis atletnya, maka dari itu seorang pelatih sebaiknya menyediakan waktu untuk berkumpul dan saling bertukar pikiran atletnya.
- 2) Karena dalam meningkatkan motivasi dan penurunan tingkat kecemasan pada saat latihan seorang diperlukan peranan orang tua yang sangat penting, sehingga peneliti menyarankan agar orang tua mampu memberikan dorongan, baik secara moril maupun materil.

- 3) Komunikasi antara pelatih, atlet, dan orang tua guna menyampaikan persepsi untuk mendapatkan hasil yang diinginkan.