

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasan mengenai motif wanita terhadap olahraga beladiri judo yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka pada bab terakhir ini penulis akan menarik kesimpulan bahwa

1. Motif berprestasi menjadi latarbelakang atlet wanita club judo institute Bandung latihan.
2. Diantara ketiga motif yang terdapat pada atlet wanita di club Judo Institute Bandung, yaitu : motif berprestasi dengan nilai presentase 77,38%, motif bersahabat sebesar 73,26%, dan motif berkuasa sebesar 60,34%. Dapat ditarik kesimpulan bahwa motif latihan atlet judo wanita di institute judo Bandung adalah motif berprestasi dan didasari oleh keinginan untuk memiliki prestasi melalui olahraga judo. Ternyata bagi kaum wanita tidak ada halangan sama sekali dalam melakukan olahraga beladiri judo karena minat masyarakat untuk olahraga judo bagi kaum wanita sudah cukup populer dan jumlahnya tidak begitu jauh dengan kaum laki-laki.

B. Saran

Adapun saran yang peneliti rekomendasikan kepada pihak terkait hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi para penggiat olahraga judo, agar lebih mendorong kaum wanita lebih semangat lagi dalam berlatih dan membentuk tubuh menjadi sehat, menarik, dan berprestasi.
2. Bagi para pelatih yang mendalami dunia olahraga judo agar lebih menerapkan prinsip-prinsip latihan dalam pelaksanaan program latihan, terutama bagi kaum wanita yang menginginkan perubahan pada kebugaran jasmani serta pada prestasi.
3. Bagi para kaum wanita atau penggiat olahraga wanita agar lebih rajin dan semangat lagi dalam berlatih untuk mencapai kebugaran jasmani serta prestasi.

4. Bagi para pembaca yang akan mengadakan penelitian selanjutnya, penulis berharap untuk penelitian berikutnya agar dapat melengkapi aspek-aspek yang tidak terjangkau oleh penelitian ini. Sehingga keseluruhan hasil pembahasan dapat dijadikan pedoman umum dalam pelaksanaan kegiatan tersebut.