

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Penelitian ini memaparkan adanya pengaruh yang signifikan dari kompetisi bola voli terhadap capaian prestasi atlet bola voli. Dimana atlet yang sering mengikuti kompetisi bola voli cenderung memiliki prestasi yang lebih baik dibandingkan dengan atlet yang masih jarang mengikuti kompetisi (Lam SF et al., 2004). Sementara itu penelitian García-de-Alcaraza & Marcelino (2017) juga telah membandingkan performa atlet bola voli dalam kompetisi, Sebagian besar atlet yang masih dalam kategori awal dalam kompetisi cenderung masih inkonsisten dengan performanya. Sebaliknya, atlet yang sudah bermain dan sering mengikuti kompetisi akan cenderung konsisten dengan performanya. Hasil analisis lainnya juga mengungkapkan bahwa adanya perbedaan pengaruh antara level kompetisi bola voli nasional dan provinsi dengan capaian prestasi atlet (Singh & Singh, 2011). Karena secara rasional, ketatnya persaingan pada setiap level atau tingkatan kompetisi itu juga berbeda-beda (García-de-Alcaraza & Marcelino, 2017). Berdasarkan dari hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara kompetisi bolavoli dengan capaian prestasi atlet bola voli
2. Terdapat perbedaan pengaruh level/tingkat kompetisi bola voli antara daerah dengan nasional terhadap dukungan capaian prestasi atlet

5.2 Implikasi

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka implikasi dalam penelitian ini sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Pelatih

Dampak dari hasil penelitian ini bagi pelatih yaitu: pelatih diharapkan agar lebih sering membawa atletnya untuk ikut serta dalam kompetisi-kompetisi bola voli, baik itu di tingkat daerah, provinsi, maupun nasional. karena sudah terbukti

dengan sering mengikuti kompetisi akan meningkatkan kinerja,mental dan pengalaman atlet untuk mencapai prestasi yang baik.

5.2.2 PBVSI dan KONI

Dampak dari hasil penelitian ini bagi PBVSI dan KONI yaitu: dapat menjadi referensi dan pedoman dalam proses pembinaan prestasi atlet. Jadi tidak hanya pemusatan Latihan, tapi juga sering mengadakan kompetisi-kompetisi supaya peningkatan prestasi atlet bisa lebih maksimal.

5.2.3 Bagi Atlet

Dampak dari hasil penelitian ini bagi atlet yaitu: atlet bisa mengetahui bahwasanya kompetisi merupakan proses yang sangat berpengaruh terhadap prestasinya. Dengan seringnya mengikuti kompetisi, maka akan meningkatkan juga kemampuan Teknik, taktik, dan mental atlet. Karena dalam kompetisi mereka akan menemukan bermacam-macam kemampuan baru yang tidak mereka miliki sebelumnya dari lawan yang mereka hadapi. Dan bagaimana mereka bisa menghadapi tekanan dalam kompetisi, mulai dari tekanan untuk menang maupun tekanan dari penonton yang sangat berbeda dan tidak mereka jumpai selama proses Latihan.

5.3 Rekomendasi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan berbagai pihak yang terkait dalam peningkatan prestasi atlet, terutama pada cabang olahraga bola voli. Sebab untuk mencapai prestasi terbaik, Latihan saja tidak cukup, karena ada beberapa hal yang dibutuhkan atlet dalam berprestasi namun tidak mereka dapatkan dalam proses latihan. Maka seringnya mengikuti kompetisi akan menjadikan atlet lebih siap dalam pencapaian prestasi mereka.