

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Bab ini membahas mengenai simpulan dari temuan penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, implikasi dari hasil penelitian, serta rekomendasi terkait penelitian yang telah dilakukan dan berdasarkan temuan penelitian.

#### A. Simpulan

Berdasarkan penelitian maka, dapat disimpulkan hasil dari hubungan ketangguhan mental dan kecerdasan emosional terhadap *athlete engagement* pada atlet PON JABAR XX (20) sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang signifikan terhadap ketangguhan mental dan kecerdasan emosional dengan *athlete engagement* pada atlet PON JABAR XX (20).
2. Terdapat hubungan yang positif antara variabel ketangguhan mental dengan *athlete engagement* sebesar 0,350 dengan signifikansi 0,000. Yang artinya semakin tinggi ketangguhan mental maka semakin tinggi pula *athlete engagement*. Hasil ini didukung oleh para responden atau atlet PON JABAR XX dimana 87% atlet memiliki ketangguhan mental yang tinggi, yang berarti atlet memiliki ketangguhan mental yang baik akan mencapai kesuksesannya karena memiliki konsistensi dan semangat yang tinggi hingga akhir sampai pertandingan itu akan dilaksanakan. Atlet akan menjaga motivasi dengan rajin berlatih, disiplin terhadap waktu yang digunakannya baik latihan maupun kepentingan lainnya, serta bertanggung jawab atas apa yang menjadi prioritas dan kewajibannya.
3. Terdapat hubungan positif antara variabel kecerdasan emosional dengan *athlete engagement* pada atlet PON JABAR XX (20) sebesar 0,575 dengan signifikansi 0,000. Yang artinya semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi pula *athlete engagement*. Hasil ini didukung oleh para responden atlet PON JABAR XX (20) dimana 99% atlet memiliki kecerdasan emosional yaitu dengan kemampuan atlet bereempati terhadap

orang lain seperti mengerti perasaan teman atau yang lainnya, mampu mengatur suasana hati seperti saat sedang berlatih atlet tidak *mood / mood swing* karena sedang pms (menstruasi), memiliki kepercayaan yang tinggi, dan dapat memotivasi diri maupun orang lain.

4. Terdapat korelasi antara variabel ketangguhan mental dan kecerdasan emosional dan *athlete engagement* pada atlet PON JABAR XX (20) adalah 0,583 dengan signifikansi 0,000. Yang artinya ketangguhan mental dan kecerdasan emosional secara bersama-sama memberikan dampak positif bagi *athlete engagement* pada atlet PON JABAR XX (20). Menurut Wall & Côté (2007) kinerja dan performa atlet merupakan hasil dan keterlibatan jangka panjang dalam bentuk aktivitas latihan seperti latihan yang terspesialisasi atau disengaja. Keterlibatan penuh atlet merupakan energi yang paling memfasilitasi performa atau kinerja, sehingga untuk mencapai *peak performance* atlet akan merasa percaya diri, tenang, memiliki energi fokus, antusias, berempati terhadap orang lain, serta tangguh secara mental.

## **B. Implikasi**

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai gambaran bagaimana ketangguhan mental, kecerdasan emosional, dan *athlete engagement* pada atlet PON JABAR XX (20) maupun non-atlet PON JABAR XX (20), serta dapat memberikan sumbangan untuk para *elite* seperti koni maupun para petinggi lainnya untuk memberikan dukungan berupa psikologis seperti *treatment* maupun *coaching clinic* pelatih maupun atlet, serta dapat memberikan sumbangan untuk memperkaya hasil penelitian dibidang psikologi mengenai ketangguhan mental, kecerdasan emosional, dan *athlete engagement*.

## **C. Rekomendasi**

Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian dengan sampel yang lebih luas dan dapat dilakukan perbandingan antar karakteristik sampel baik atlet individu maupun grup, baik cabang olahraga yang ada maupun cabang olahraga baru serta

lamanya seorang atlet dalam menjadi atlet yang menentukan atlet itu *engage* ataupun tidak serta terlihat dari kepribadian atlet yang *elite* dan *non-elite*.