

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan tingkat kecemasan siswa putra diberbagai posisi pada pemain futsal di SMA Negeri Jatinangor, Kabupaten Sumedang diperoleh kesimpulan, yaitu “ Tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan siswa putra diberbagai posisi pada pemain futsal”

5.2. Saran

Sehubungan dengan penelitian yang telah penulis lakukan di SMA Negeri Jatinangor, Kabupaten Sumedang terhadap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal, dengan ini penulis ingin memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri Jatinangor harus meningkatkan intensitas latihan dan bertanding supaya mempunyai mental dan tidak merasakan kecemasan lagi saat bertanding dan dapat berprestasi.
2. Kepada pihak sekolah untuk memberikan dukungan terhadap kegiatan ekstrakurikuler futsal supaya siswa lebih percaya diri dan tidak mengalami kecemasan saat bertanding.
3. Dengan mengikuti ekstrakurikuler olahraga ini dapat membantu meningkatkan mental siswa.
4. Penulis senang dan bangga jika mana ada peneliti yang berkeinginan mengembangkan dan menyempurnakan penelitian ini.