

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

5.1 Simpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan dari hasil mereview sumber-sumber atau jurnal-jurnal Internasional dan Indonesia terkait dengan pengaruh intimidasi fisik dan verbal terhadap motivasi atlet, maka penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

Intimidasi yang dilakukan oleh seorang pelatih memang terkesan kasar baik secara fisik maupun mental, serta tentunya dinilai akan berdampak negatif. Namun pelatih harus bisa memilih kapan melakukan intimidasi, dan pelatih harus paham penerimaan dari atlet berdampak positif atau negatif. Disisi lain, tidak selalu intimidasi ini mengindikasikan suatu hal yang kasar dan berdampak negative. Hal ini seperti yang diungkap pada penelitian kali ini yang memang menunjukkan bahwa intimidasi yang dilakukan oleh seorang pelatih dengan cara yang telah disebutkan sebelumnya. Maka dari itu, intimidasi yang dilakukan tersebut bergantung pada kecermatan seorang pelatih menggunakan metode yang sesuai dengan atletnya untuk menjadikan atletnya bisa lebih termotivasi. Adapun dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan pada tiga aspek, yaitu:

5.1.1 Pengaruh intimidasi fisik terhadap motivasi atlet.

Pengaruh intimidasi fisik terhadap motivasi atlet terdapat pengaruh positif dan negatif. Ditemukan dari enam artikel yang terkait dengan intimidasi fisik mengungkapkan tiga hasil positif dari (Lang, 2010), (Stafford et al. 2013), (Hong, 2004) dan dua hasil negatif dari (Timpka et al., 2019), (McPherson et al., 2017). Maka dari itu intimidasi fisik ini lebih cocok diberikan kepada atlet yang sudah matang karena akan sangat mengurangi dampak buruk yang dihasilkan dari intimidasi fisik ini apabila diberikan kepada atlet usia dini, sehingga metode ini akan lebih efektif untuk meningkatkan motivasi dalam latihan maupun bertanding.

5.1.2 Pengaruh intimidasi verbal terhadap motivasi atlet.

Pengaruh intimidasi verbal terhadap motivasi atlet ternyata lebih banyak pengaruh negatif yang dirasakan oleh atlet. Ditemukan dari empat artikel yang terkait dengan intimidasi verbal mengungkapkan hasil negatif dari (Yabe et al., 2018), (Ruggiero & Lattin, 2008), (Çetin & Hacisoftaoğlu, 2020), (Swigonski et al., 2014). Meskipun beberapa atlet lain merasa bahwa pelatih menggunakan intimidasi secara verbal untuk memotivasi atlet untuk tampil baik, tidak satu pun dari para atlet melaporkan bahwa intimidasi verbal berhasil memotivasi mereka untuk peningkatan performa.

5.1.3 Intimidasi fisik dan verbal yang dapat memberi pengaruh terhadap motivasi atlet.

Pengaruh intimidasi fisik dan verbal terhadap motivasi atlet dapat berpengaruh positif, dari enam artikel yang terkait dengan intimidasi fisik dan verbal mengungkapkan hasil positif dari (A. E. Stirling & Kerr, 2013), (Fitri & Gumelar, 2020), (A. E. Stirling & Kerr, 2008), (Jowett & Ntoumanis, 2004), (Kelly & Waddington, 2006), (Fuller-Thomson et al., 2012). Maka dari itu akan lebih efektif apabila terciptanya intimasi antara pelatih dan atlet. intimasi pelatih-atlet tercipta pada saat emosi, pikiran, dan perilaku pelatih-atlet menjadi sejalan dan saling fokus pada kebutuhan masing-masing, serta memiliki kemampuan dan kemauan untuk berbagi perasaan saling percaya.

Berdasarkan hal tersebut, pada dasarnya bahwa setiap atlet memang memiliki karakter yang berbeda-beda walaupun dalam satu cabang olahraga yang sama. Oleh karena itu, metode intimidasi yang dilakukan oleh seorang pelatih harus bisa menyesuaikan dengan karakter atletnya dan dilakukan kepada atlet yang sudah diusia matang, serta jika intimidasi membuat motivasi atlet menurun maka sebaiknya hentikan dan bila intimidasi ternyata cukup memberikan pelecut atlet dapat berprestasi maka intimidasi dapat dilakukan dengan sewajarnya. Disamping itu situasi dan kondisi yang tepat saat memberikan intimidasi, akan menjadikan intimidasi yang diberikan lebih

efektif, guna menjadikan atlet lebih termotivasi.

5.2 Implikasi

Implikasi penting hasil penelitian ini adalah pelatih perlu memahami situasi dan kondisi secara cermat, kapan intimidasi fisik dan mental dilakukan kepada atlet agar berpengaruh positif terhadap pengembangan motivasi atlet.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian tersebut peneliti memberikan saran sebagai berikut:

Pertama, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan bagi para atlet agar tidak perlu takut dan cemas terhadap intimidasi yang dilakukan oleh pelatih. Karena pelatih melakukan intimidasi tersebut agar dapat meningkatkan prestasi atlet.

Kedua, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan bagi para pelatih bahwa melakukan intimidasi terhadap atlet dapat dilakukan namun dengan cara-cara yang benar agar para atlet tidak merasakan ketakutan dan kecemasan sehingga dapat meningkatkan motivasi atlet agar semakin berprestasi.

Ketiga, agar melakukan penelitian ini dengan secara eksperimen sehingga dapat diketahui secara langsung hasilnya dari para atlet dan penelitian dilakukan kepada para pelatih dan atlet profesional.