

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

##### **5.1.1 Hubungan Kecerdasan Intrapersonal dengan Performa Atlet Kata Beregu Cabang Olahraga Karate**

Kecerdasan intrapersonal merupakan kemampuan seseorang secara internal untuk merefleksikan diri, berpikir meta-kognisi, menyadari kenyataan spritual serta kemampuan yang dibutuhkan untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Pada cabang olahraga karate khususnya pada nomor kata beregu sangat penting seorang atlet memiliki kecerdasan intrapersonal yang baik, karena dengan memiliki kecerdasan intrapersonal yang baik akan membantu seorang atlet untuk memahami kemampuan yang ada pada dirinya, dengan kemampuan tersebut maka akan membantu dalam menampilkan performa yang dimilikinya. Sejalan dengan penelitian ini menunjukkan hal serupa, derajat hubungan antara kecerdasan intrapersonal dengan performa atlet kata beregu cabang olahraga karate memiliki nilai R sebesar 0,892, angka tersebut apabila mengacu pada pedoman derajat hubungan berada pada korelasi sempurna, dengan hasil ini dapat menyimpulkan bahwa kecerdasan intrapersonal memiliki hubungan yang signifikan dengan performa atlet kata beregu cabang olahraga karate. Peran kecerdasan intrapersonal ini sangat penting bagi atlet mendapatkan performa kata beregu pada cabang olahraga karate. Hasil penelitian ini didukung dengan data ada, bahwa atlet yang memiliki kecerdasan intrapersonal yang baik, akan mempengaruhi performa kata beregu yang dimiliki atlet tersebut.

##### **5.1.2 Hubungan Kecerdasan Interpersonal dengan Performa Atlet Kata Beregu Cabang Olahraga Karate**

Kecerdasan interpersonal merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan interaksi dengan orang lain. Kemampuan atau kecerdasan interpersonal ini sangat penting dimiliki oleh seorang atlet kata beregu olahraga karate, karena pada performa yang ditampilkan oleh tim ini didukung dengan komunikasi yang baik dari setiap atlet dalam tim tersebut. Pernyataan kesimpulan tersebut didukung dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan R dengan nilai 0,849, angka tersebut apabila mengacu pada pedoman derajat hubungan berada pada korelasi sempurna. Hasil penelitian ini didukung dengan data di lapangan, data menunjukkan atlet yang memiliki

kecerdasan interpersonal yang baik maka performa kata bregu pada tim tersebut memiliki nilai yang baik pula. Sehingga dapat disimpulkan bahwa antara kecerdasan interpersonal dengan performa atlet kata bregu cabang olahraga karate memiliki hubungan yang signifikan.

### **5.1.3 Hubungan Kecerdasan Intrapersonal dan Kecerdasan Interpersonal dengan Performa Atlet Kata Bregu Cabang Olahraga Karate**

Kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal merupakan kemampuan yang sangat dibutuhkan oleh seorang atlet untuk menunjang performa olahraga yang dimilikinya, terutama untuk atlet kata bregu cabang olahraga karate yang mengharuskan atlet memiliki kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal untuk mencapai performa terbaiknya. Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan R dengan nilai 0,917. Angka tersebut apabila mengacu pada pedoman derajat hubungan berada pada korelasi sempurna. Dengan hasil pembahasan yang telah dipaparkan, maka penulis dapat menyimpulkan bahwa secara bersama-sama kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal sangat mempengaruhi performa yang dimiliki oleh atlet kata bregu cabang olahraga karate. Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu yang menyatakan pentingnya kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal bagi seorang atlet, terbukti pada penelitian ini atlet yang memiliki kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal berperan terhadap kemampuan performa kata bregu cabang olahraga karate.

## **5.2 Implikasi**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal memiliki hubungan dengan performa atlet kata bregu. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan suatu arahan atau pertimbangan dalam menentukan atlet untuk membentuk tim kata bregu cabang olahraga karate. Dengan memilih atlet yang memiliki kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal akan membantu dalam upaya meningkatkan performa kata bregu cabang olahraga karate. Selain ini juga diharapkan dengan adanya penelitian ini, pihak-pihak yang berkaitan dapat melihat pentingnya kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal harus dimiliki oleh seorang atlet untuk membantu mencapai performa terbaiknya. Penelitian ini juga dapat dijadikan rujukan dalam penilaian

kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal, penilaian yang dimaksud terdapat pada instrumen penelitian di bab 3.

### **5.3 Saran**

Penelitian ini melaporkan bahwa secara holistik, bahwa bagaimana kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal dapat memberikan hubungan atau pengaruh terhadap performa atlet kata beregu cabang olahraga karate. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembuka jalan dan kian disadarinya kecerdasan intrapersonal dan interpersonal yang harus dimiliki oleh seorang atlet untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Berdasarkan kesimpulan yang telah dibahas, terdapat beberapa hal yang dapat dijadikan saran/masukan untuk beberapa pihak, yakni sebagai berikut:

- a. Bagi pelatih hendaknya pada saat proses pelatihan untuk menerapkan dan memberikan pelatihan maupun pembelajaran secara menyeluruh terkait upaya peningkatan kecerdasan intrapersonal dan interpersonal bagi seorang atlet, yang terinternalisasi dengan program latihan yang diberikan.
- b. Bagi induk organisasi olahraga sebaiknya menjadikan kegiatan karate sebagai sarana atau alat untuk meningkatkan kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal. Dimana kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal ini sangat berguna dan dibutuhkan dalam kehidupan sosial.
- c. Bagi peneliti selanjutnya agar meneliti pada cabang olahraga yang beragam mulai dari olahraga perorangan, olahraga terukur maupun olahraga permainan.