

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan serta analisis data yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat agresivitas siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bela diri muay thai memberikan pengaruh sebesar 31,6% terhadap pengendalian dirinya (*self control*), dan sisanya yaitu 68,4% dipengaruhi oleh variabel lain.
2. Tingkat agresivitas siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bela diri pencak memberikan pengaruh sebesar 30,3% terhadap pengendalian dirinya (*self control*), dan sisanya yaitu 69,7% dipengaruhi oleh variabel lain.
3. Tingkat agresivitas siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bela diri muay thai lebih besar dibandingkan dengan tingkat agresivitas siswa yang mengikuti bela diri pencak silat kaitannya terhadap pengendalian diri (*self control*).

#### **5.2 Implikasi**

1. Sebaiknya Pembina ekstrakurikuler maupun Pelatih dalam bela diri muay thai maupun pencak silat memberikan arahan untuk menanamkan agresivitas yang positif. Sehingga siswa dapat mengontrol dirinya untuk bertanding dalam tingkat agresivitas yang terkendali.
2. Sebaiknya bela diri muay thai dan pencak silat memanfaatkan agresivitas siswa untuk melakukan setiap gerakan baik dalam menyerang maupun bertahan yang sesuai dengan aturan yang telah disediakan dalam kedua bela diri tersebut, sehingga dapat diaplikasikan baik ketika latihan maupun bertanding.

#### **5.3 Rekomendasi**

1. Penulis merekomendasikan untuk penelitian selanjutnya meneliti tentang agresivitas pada cabang olahraga bela diri lainnya apakah memiliki kesamaan tingkat agresivitas yang berpengaruh terhadap pengendalian diri (*self control*) atau mungkin tidak.

2. Perlu adanya upaya-upaya untuk mengajak siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bela diri, agar memanfaatkan sikap agresivitas yang ia lakukan selama mengikuti ekstrakurikuler. Agar tidak disalahgunakan dalam kehidupan sehari-hari.
3. Selain dalam ekstrakurikuler, baik guru mata pelajaran PJOK, Pembina ekstrakurikuler, maupun pelatih diharapkan dapat memperhatikan dan mengingatkan siswa baik ketika belajar, berlatih, atau dalam bersosialisasi di sekolah. Sehingga siswa dapat mengendalikan dirinya untuk menerapkan sikap agresivitas sesuai pada tempatnya. Sehingga apa yang telah dipelajarinya selama mengikuti ekstrakurikuler dapat bermakna positif bagi kehidupan sehari-harinya.