



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di atlet cabang olahraga individu yang diantaranya cabang olahraga atletik tenis meja dan panahan yang menjati tim PORDA KABUPATEN Sumedang tahun 2014 telah di paparkan di BAB IV, selanjutnya peneliti ,menarik kesimpulan dan akan disampaikan rekomendasi bagi yang berkaitan dengan dunia olahraga.

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan fokus penelitian, paparan data yang ditemukan peneliti dalam judul”Profil Kualitas Interaksi Sosial Atlet Cabang Olahraga Individu”. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Gambaran kualitas interaksi sosial cabang olahraga atletik memperoleh presentase sebesar 82,86%. Jika melihat pada kriteria frekuensi presentase, maka kualitas interaksi sosial yang dimiliki atlet atletik dikategorikan baik
2. Gambaran kualitas interaksi sosial cabang olahraga tenis meja memperoleh presentase sebesar 80,15%. Jika melihat pada kriteria frekuensi presentase, maka kualitas interaksi sosial yang dimiliki atlet tenis meja dikategorikan baik.
3. Gambaran kualitas interaksi sosial cabang olahraga panahan memperoleh presentase sebesar 68,91%. Jika melihat pada kriteria frekuensi presentase, maka kualitas interaksi sosial yang dimiliki atlet panahan dikategorikan cukup.
4. Walaupun perbedaan kualitas interaksi sosial antara cabang olahraga atletik, tenis meja, dan panahan tidak signifikan. Dimana atlet cabang olahraga tenis meja memiliki rata-rata kualitas interaksi sosial yang lebih baik yaitu cabang olahraga atletik mungkin dikarenakan dalam kegiatan atletik banyak melakukan interaksi dengan yang lainnya dan yang sedikit kurang kualitas interaksinya yaitu cabang olahraga

panahan, itu dikarenakan karena olahraga panahan sangat individualistis sehingga jarang berkomunikasi dengan atlet yang lainnya. Tetapi tidak dapat disimpulkan bahwa kualitas interaksi sosial atlet cabang olahraga atletik lebih baik daripada kualitas interaksi sosial atlet cabang olahraga tenis meja dan panahan. Pada akhirnya dapat dikatakan bahwa kualitas interaksi sosial atlet cabang olahraga individu tersebut berkeriteria baik.

## **B. Saran**

Dengan memperhatikan hasil penelitian profil kualitas interaksi sosial atlet cabang olahraga individu yang dilakukan pada atlet tim PORDA Kabupaten Sumedang cabang olahraga atletik, tenis meja dan panahan, maka ada beberapa hal yang dapat penulis sarankan diantaranya sebagai berikut :

1. Bagi atlet yang memiliki masalah dalam hal komunikasi, coba terus belajar banyak berkomunikasi dengan atlet yang lainnya sehingga dapat bertukar pikiran dalam menyelesaikan apabila ada hambatan mengenai cabang olahraga yang digelutinya. Belajar memahami dan menerima perbedaan dari orang lain sebagai bentuk penyesuaian diri. Memiliki komunikasi yang baik dengan teman ataupun yang lainnya akan meningkatkan kemampuan berkomunikasi yang baik.
2. Bagi pelatih banyak berkomunikasi dengan atletnya sehingga tujuan yang diharapkan oleh pelatih mudah dimengeti oleh atletnya sehingga dapat mudah tercapai.
3. Melihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, besar harapan diadakan kembali penelitian lanjutan tentang kualitas interaksi sosial agar segala kekurangan yang terdapat dalam penelitian ini bisa disempurnakan.