

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini maka penulis dapat menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok integrasi dan tanpa integrasi kepercayaan diri terhadap peningkatan kepercayaan diri. Hasil temuan ini menunjukkan bahwa dengan mengikuti olahraga dapat membantu dalam pembentukan dan pengembangan kepercayaan diri seseorang, dengan kata lain bahwa olahraga khususnya taekwondo merupakan salah satu kegiatan ideal yang tidak hanya mengutamakan fisik saja tetapi terdapat pula nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Dengan diberikan program latihan yang disusun secara sengaja dan terstruktur, serta terintegrasi kepercayaan diri maka dapat memberikan hasil yang lebih baik terhadap perkembangan kepercayaan diri siswa. Dengan berkembangnya kepercayaan diri yang diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat membantu siswa dalam mengembangkan diri mereka untuk mampu mengaktualisasikan segala potensinya dengan percaya diri, dan dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemampuannya untuk menghadapi tantangan baru dalam kehidupan di masa yang akan datang, serta berpotensi untuk dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan pemuda yang positif sebagai pemuda dengan individu yang lebih baik dan produktif.

5.2 Implikasi dan Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, maka temuan yang dipaparkan pada simpulan berimplikasi terhadap beberapa hal, yaitu terkait latihan taekwondo dengan program latihan yang terintegrasi kepercayaan diri dan disusun secara terstruktur dan sengaja, merupakan hal yang dapat diterapkan dalam pelatihan karena dengan program yang disusun secara sengaja dan terstruktur serta terintegrasi pendidikan karakter khususnya kepercayaan diri akan meningkatkan hasil yang lebih baik di lingkungan masyarakat maupun di lingkungan latihan. Dengan begitu siswa dapat lebih siap dalam menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari dimasa yang

akan datang. Selain itu untuk dapat menyempurnakan penelitian ini, penulis akan menyampaikan beberapa rekomendasi yang dapat diuraikan sebagai berikut.

Bagi para lembaga pendidikan terkait sekolah, agar dapat lebih memperhatikan kembali pembelajaran khususnya pelajaran olahraga yang terintegrasi dengan program kepercayaan diri, yang tidak hanya mengutamakan psikomotornya saja tetapi juga lebih memperhatikan kepada sikap (afektif) nya.

Bagi guru khususnya guru PJOK ataupun pelatih hendaknya lebih memperhatikan kembali program latihan yang disusun dengan sengaja dan terstruktur, serta dapat mengimplementasikan pembelajaran atau pelatihan dengan mengintegrasikan kepercayaan diri atau 5 C's. Siswa tidak hanya akan mendapatkan peningkatan fisiknya saja tetapi peningkatan sosialnya pun ia dapatkan dan diharapkan mampu mentransferkan di dalam kehidupannya sehari-hari.

Bagi penulis selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan, dan mengingat pentingnya isu penelitian ini diharapkan penulis selanjutnya dapat menyempurnakan penelitian ini dengan mengembangkan variabel dan meneliti variabel lainnya dalam 5 C's yang belum diteliti yaitu kompetensi (*competence*), karakter (*character*), koneksi (*connections*), dan kepedulian (*caring*), disertai dengan permasalahan yang lebih luas.