

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

- **Kesimpulan**

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan serta hasil pengolahan dan analisis data, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah sub komponen yang diperoleh dari hasil persentase atlet futsal, ternyata ada salah satu sub komponen konsep diri yang terkait dengan kualitas seseorang dalam menghadapi perubahan yang mempunyai ciri identik yaitu lebih percaya diri dan lebih menyukai tantangan termasuk dalam kategori baik sekali. Dibandingkan bola voli yang sub komponennya yang semua dikategorikan baik walaupun lebih dominan menggambarkan kepada sub komponen dengan konsep diri memiliki konsep diri yang terkait dengan kualitas hubungan dengan orang lain dan memiliki konsep mental yang kuat.

- **Saran**

- Bagi para pelatih harus dapat membuat konsep yang baik untuk membentuk kepribadian atletnya agar lebih percaya diri.
- Penelitian perlu diadakan lagi untuk melihat gambaran konsep diri pada cabang-cabang olahraga yang lain, agar dapat dipersiapkan konsep untuk masing-masing cabang supaya dapat membentuk kepribadian atlet yang lebih bagus lagi.