

## BAB V

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan pengolahan dan analisis data, maka penulis dapat merumuskan beberapa kesimpulan penelitian sebagai berikut :

1. Terdapat perbedaan kepercayaan diri antara siswa putera dan puteri. Sesuai dengan hasil uji *independent samples tes*, didapat signifikansi sebesar 0,000. Kerena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Berarti ada perbedaan yang signifikan antara kepercayaan diri siswa putera dan kepercayaan diri siswa puteri. Bahkan dilihat dari nilai mean kepercayaan diri siswa putra sebesar 65,06 sedangkan siswa putri sebesar 56,82. Jadi kesimpulannya adalah ada perbedaan kepercayaan diri antara siswa putera dan siswa puteri disekolah bulutangkis usia dini kelompok 11-13 tahun dengan perolehan mean siswa putra memiliki kepercayaan diri lebih baik dari pada kepercayaan diri siswa putri. Berarti Hipotesis diterima.
2. Terdapat perbedaan penguasaan keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis antara siswa putera dan puteri. Sesuai dengan hasil uji *independent samples tes*, didapat signifikansi sebesar 0,000. Kerena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) berarti ada perbedaan yang signifikan antara penguasaan keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis siswa putera dan siswa puteri. Bahkan dilihat dari nilai mean penguasaan keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis siswa putera sebesar 146,94 sedangkan siswa putri sebesar 129,36. Jadi kesimpulannya adalah ada perbedaan tingkat penguasaan

keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis antara siswa putera dan puteri disekolah bulutangkis usai dini kelompok umur 11-13 tahun dengan perolehan mean siswa putera memiliki keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis lebih baik dari pada keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis siswa puteri. Berarti Hipotesis diterima.

3. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis. Dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,300 dan signifikan pada nilai 0,013. Selanjutnya dilihat dari nilai  $R^2$  (*R Square*) atau koefisien determinasi mencapai 0,090. Ini berarti kepercayaan diri menjadi salah satu prediktor dalam penguasaan keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis dengan sumbangan efektif sebesar 9%, sedangkan sisanya sebesar 91% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Dari hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri menjadi salah satu prediktor dalam menampilkan penguasaan keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis dengan besarnya sumbangan efektif 9%. Berarti Hipotesis diterima.

## **B. REKOMENDASI**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis dapat memberikan sumbangan saran atau rekomendasi yang dapat dipertimbangkan oleh lembaga (sekolah bulutangkis), pelatih dan siswa serta peneliti yang lainnya diantaranya ialah :

1. Bagi pihak lembaga (sekolah bulutangkis) diharapkan untuk lebih meningkatkan latihan keterampilan teknik dasar untuk siswa kelompok umur

11–13, agar bisa menjadi bibit dan pemain yang berprestasi untuk masa depan.

2. Bagi para pelatih maupun pembina olahraga khususnya olahraga prestasi, maka sebaiknya memperhatikan aspek-aspek psikologi dan latihan kepercayaan diri untuk para siswa, hal ini dimaksudkan agar siswa dapat mencapai tujuan dari latihan itu sendiri.
3. Bagi para siswa sebaiknya ketika latihan bisa lebih fokus dan serius untuk bisa menampilkan dan menghasilkan kemampuan yang lebih baik dalam keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis, karena teknik dasar merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai untuk bisa bermain bulutangkis.
4. Bagi para peneliti yang ingin lebih jauh meneliti tentang variabel kepercayaan diri, sebaiknya dihubungkan dengan perfoma ketika atlet sedang bertanding dan untuk sampel populasi kelompok umur yang lebih tinggi, seperti pada kelompok remaja (14 -16 tahun) atau kelompok taruna (17 – 19 tahun).