

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan uraian yang telah dikemukakan, serta dari hasil pengamatan data mengenai dampak olahraga terhadap kondisi kesehatan wanita usia menopause, maka dari penelitian ini penulis dapat mengambil kesimpulan bahwa :

##### 1. Kesimpulan umum

Motivasi sosial siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Cikancung Kabupaten Bandung termasuk ke dalam kategori tinggi.

##### 2. Kesimpulan khusus

- a. Motivasi berprestasi siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Cikancung Kabupaten Bandung termasuk ke dalam sangat tinggi.
- b. Motivasi berkuasa siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Cikancung Kabupaten Bandung termasuk ke dalam kategori tinggi.
- c. Motivasi berafiliasi siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Cikancung Kabupaten Bandung termasuk ke dalam kategori tinggi.

- d. Motivasi berprestasi lebih dominan dibanding motivasi berafiliasi dan motivasi berkuasa siswa setelah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Cikancung Kabupaten Bandung.
- e. Tidak terdapat perbedaan motivasi sosial antara siswa putra dan putri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Cikancung Kabupaten Bandung.
- f. Tidak terdapat perbedaan motivasi sosial antara siswa kelas VII, VIII dan IX dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Cikancung Kabupaten Bandung.

#### **B. Saran - saran**

Saran-saran yang dapat penulis kemukakan berkaitan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi para pembina, pelatih, dan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli, dalam agar lebih memahami tentang pentingnya motivasi sosial dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Hal ini dilakukan dalam rangka efisiensi dan efektivitas pencapaian tujuan.
2. Bagi rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian tentang olahraga motivasi sosial sebaiknya melakukan pengkajian yang lebih mendalam seperti, mengkorelasikan dengan partisipasi, prestasi yang dicapai dll.
3. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kajian yang lebih mendalam.