

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan, maka kesimpulan yang dapat ditarik adalah hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri atlet bulutangkis dalam bertanding. Artinya, semakin banyak dukungan sosial yang diterima seorang atlet dari orang lain, semakin mereka akan merasa percaya diri dalam bertanding. Namun, kurangnya dukungan sosial memiliki efek negatif pada kepercayaan diri seorang atlet bulutangkis dalam bertanding.

6.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan, maka peneliti dapat memberikan saran-saran, yaitu;

6.2.1. Bagi Atlet Bulutangkis

Bagi atlet bulutangkis yang memiliki kepercayaan diri yang rendah diharapkan untuk terus diberikan semangat ketika akan bertanding supaya kepercayaan diri meningkat sehingga dapat meraih kesuksesan dalam pertandingan.

6.2.2. Bagi Orang Tua Atlet

Bagi orang tua atlet diharapkan dapat meluangkan waktu untuk hadir ketika atlet sedang bertanding supaya kepercayaan diri atlet dapat meningkat.

6.2.3. Bagi pelatih bulutangkis

Bagi pelatih bulutangkis diharapkan dapat memberikan dukungan sosial berupa petunjuk dan strategi yang benar pada saat bertanding guna meningkatkan kepercayaan diri atlet.

6.2.4. Bagi teman sebaya

Bagi teman sesama atlet diharapkan saling memberikan perhatian dan kepedulian ketika ada atlet lain yang mengalami kegagalan atau kalah dalam bertanding.

6.2.5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang memiliki ketertarikan pada penelitian serupa mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri atlet bulutangkis dalam bertanding diharapkan dapat mengembangkan lebih lanjut penelitian-penelitian sebelumnya, dengan mengaitkan faktor-faktor lain yang berkaitan, seperti konsep diri, harga diri, dan lingkungan. Tujuan mengaitkan faktor-faktor lain yang relevan supaya penelitian serupa dapat lebih bervariasi dan memperkaya referensi di bidang psikologi olahraga.