

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka ditentukan bahwa kesimpulan dalam penelitian ini adalah :

1. Menemukan lima model pertahanan diri.
2. Kelayakan pengembangan model pertahanan diri bagi perempuan pada cabang olahraga karate dojo memperoleh kriteria sangat baik sehingga model ini dapat di gunakan.
3. Dalam revisi ahli ini sudah tidak ada lagi revisi yang dilakukan ahli, maka produk model pertahanan diri bagi perempuan dalam cabang olahraga karate sudah layak.
4. Lima model tersebut dapat digunakan bagi pertahanan diri bagi perempuan

5.2. Implikasi Penelitian

Implikasi dalam penelitian ini adalah :

1. Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan solusi kepada pelajar perempuan dalam bersikap dan berperilaku ketika menangani suatu masalah, khususnya kecemasan dalam diri.

2. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan para pelajar perempuan.
3. Hasil dari penelitian ini dapat mempertahankan diri bagi perempuan

5.3.Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka ditentukan yang menjadi saran dalam penelitian ini adalah :

1. Kepada perempuan, perlu untuk mempelajari model pertahanan diri dalam cabang olahraga karate karena untuk meningkatkan kesiapan diri ketika dihadapkan dengan kriminalitas.
2. Kepada orang tua dan keluarga, agar mendukung perempuan untuk mempelajari pertahanan diri.
3. Kepada peneliti selanjutnya, agar penelitian ini dapat dijadikan pembanding dan sumber teori

THE
Character Building
UNIVERSITY