

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Data yang dikumpulkan dari penelitian yang dilakukan di SMPN 2 Sunggal, dianalisis pada Bab IV, memungkinkan kita mengambil kesimpulan sebagai berikut sebagai jawaban atas pertanyaan penelitian. Penelitian menemukan adanya hubungan yang signifikan antara disiplin gaya hidup dengan prestasi futsal pada siswa SMPN 2 Sunggal. Hal ini didukung dengan hasil analisis korelasi yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,042 ($< 0,05$) dan r hitung sebesar 0,649 yang menunjukkan adanya korelasi yang kuat antar variabel penelitian. Korelasi antara kedua variabel dimaknai ketika kedisiplinan pola hidup tinggi, maka prestasi futsal juga tinggi. Sedangkan jika kedisiplinan pola hidup rendah, maka prestasi futsal siswa juga rendah.

5.2. Saran

Rekomendasi yang diberikan peneliti berdasarkan temuan dan kesimpulan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Agar menanamkan kedisiplinan pola hidup yang lebih baik lagi agar semakin memudahkan untuk meraih prestasi dalam bidang ekstrakurikuler futsal.

2. Bagi peneliti masa depan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya, memberikan kontribusi bagi kemajuan lebih lanjut di bidangnya dan menghasilkan hasil penelitian yang lebih komprehensif.

