

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

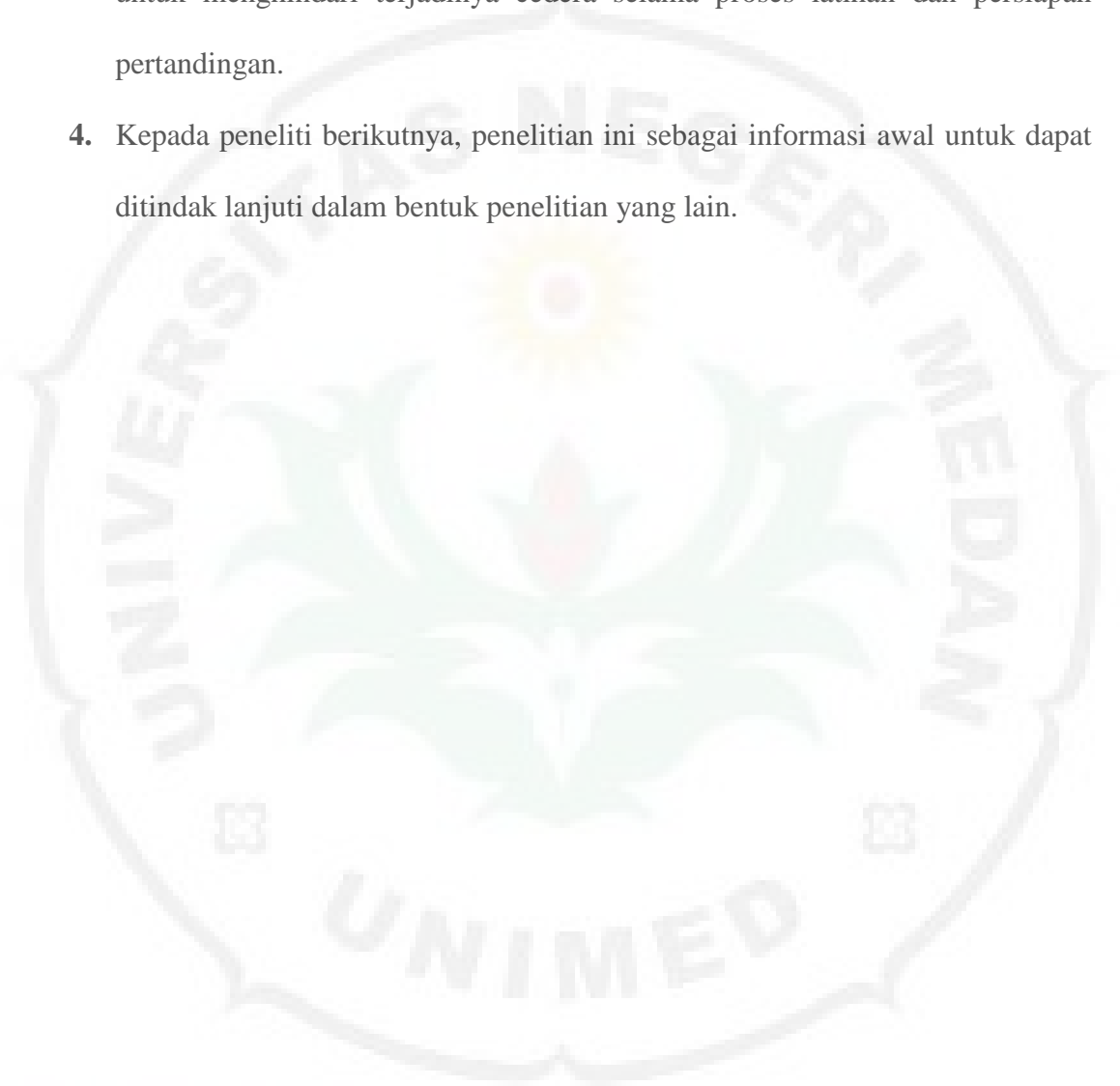
1. Aspek psikologis konsentrasi atlet Wushu Sanda Senior Sumatera Utara yang mengikuti Kejurnas Wushu pada tahun 2013 di Riau masuk kategori baik.
2. Aspek lingkungan keluarga, sekolah dan lingkungan olahraga itu sendiri memberi kontribusi yang tinggi terhadap pembentukan aspek psikologis konsentrasi atlet Wushu Sanda Senior.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, maka yang menjadi saran adalah:

1. Kepada pengurus agar lebih meningkatkan pembinaan kepada atlet sehingga atlet Wushu lebih berprestasi kedepannya
2. Kepada pelatih untuk lebih fokus melihat perkembangan kondisi atlet selama proses latihan dan persiapan pertandingan agar atlet dapat meningkatkan konsentrasinya. Pelatih juga diharapkan dapat memberikan informasi kepada keluarga dan pihak sekolah tentang proses dan kegiatan yang dijalani oleh anak atau siswa selama proses latihan, agar pihak keluarga dan sekolah dapat membantu meningkatkan konsentrasi atlet selama berlatih.

3. Pada atlet agar lebih fokus dan konsentrasi didalam mengikuti proses latihan untuk menghindari terjadinya cedera selama proses latihan dan persiapan pertandingan.
4. Kepada peneliti berikutnya, penelitian ini sebagai informasi awal untuk dapat ditindak lanjuti dalam bentuk penelitian yang lain.



THE
Character Building
UNIVERSITY