

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Percaya diri NP pada tahap awal (pertama) timbul dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu:
  - a. Setelah melihat penyandang disabilitas lainnya yang mengalami disabilitas lebih berat baik dari jenis dan derajat kecacatannya.
  - b. Dukungan dari keluarga terutama ibu yang selalu memberi semangat disaat NP merasa rendah diri dan malu akibat disabilitas yang dialaminya.
  - c. Keinginan NP untuk bisa membantu ibunya sejak ayah NP meninggal dunia pada saat NP berusia 7 tahun.
2. Percaya diri NP pada tahap ke dua, setelah bergabung dengan BPOC/NPC-SU timbul dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu:
  - a. NP sudah membuktikan diri bahwa para disabilitas juga mampu mandiri dan melakukan aktifitas yang positif.
  - b. Setelah mengikuti diklat di PSBD, NP mampu memiliki keterampilan menjahit dan membuka usaha menjahit.
  - c. Saat NP mampu beradaptasi dengan bentuk dan beban latihan angkat berat yang diberikan pelatih
  - d. Saat NP mampu memperoleh medali emas pada Porcanas ke XV di Palembang tahun 2004.
  - e. Saat NP mampu memperoleh medali emas pertama kali tingkat Internasional.

## B. **Saran**

### 1. Bagi atlet disabilitas NPC-SU

Melihat dari pengalaman NP, dengan berbekal rasa percaya diri yang tinggi diharapkan atlet disabilitas khususnya dari NPC-SU berlatih dengan semangat agar dapat meraih prestasi yang terbaik.

### 2. Bagi NPC (*National Paralympic Committe*) Sumatera Utara

NPC sebagai wadah bagi atlet disabilitas, agar dapat membangun rasa percaya diri atlet atau calon atlet untuk memiliki keyakinan bahwa para disabilitas bisa dan mampu meraih prestasi.

### 3. Bagi IKOR FIK UNIMED

Sebagai informasi khususnya bagi Jurusan IKOR, untuk dilakukan penelitiain lanjut dan dapat berperan serta didalam pembinaan atlet NPC-SU.

### 4. Dapat merubah pola pikir penyandang disabilitas agar tetap bersemangat dalam meraih prestasi.