

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan pengambilan data, pengklasifikasian tipe kepribadian, dan perhitungan kuantitatif, penelitian ini mendapatkan kesimpulan sesuai dengan rumusan masalah, sebagai berikut:

1. Dari 50 sampel yang diambil dan menjadi subjek penelitian, pada tipe kepribadian *introvert*, sampel dengan jumlah terbanyak berada pada kategori sedang dengan prosentase 68 %, kemudian jumlah terbanyak kedua dengan kategori tinggi mempunyai prosentase 16 %, dan kategori rendah 16 %. Sementara pada tipe kepribadian *ekstrovert*, jumlah terbanyak berada pada kategori sedang dengan prosentase 36 %, pada kategori tinggi sebanyak 32 % dan pada kategori rendah sebanyak 8 %. Hasil ini menunjukkan tipe kepribadian *ekstrovert* dengan level tinggi lebih tinggi dibandingkan dengan tipe kepribadian *introvert*, meskipun level rendah sama-sama mendominasi.
2. tingkat motivasi berprestasi atlet pencak silat di Yayasan Darut Taqwa dengan level tinggi 28 %, kemudian level sedang 68 %, dan pada level rendah hanya 4 %. Hal ini menjelaskan bahwa tingkat motivasi berprestasi mayoritas atlet pencak silat di perguruan tersebut berada pada level sedang. Ini tentunya mengindikasikan kurang maksimalnya pembinaan mental dan psikologis pada atlet di perguruan tersebut, kaitannya dengan pentingnya motivasi berprestasi bagi atlet dalam meraih prestasi olah raga.

3. Penelitian ini menunjukkan tidak terdapat perbedaan motivasi berprestasi ditinjau dari tipe kepribadian, dengan kata lain tidak terdapat perbedaan motivasi berprestasi antara tipe kepribadian *introvert* dengan tipe kepribadian *ekstrovert*. Berbeda dengan dugaan semula bahwa dengan melihat perbedaan ciri-ciri dan sifat-sifat dalam tipe *ekstrovert* dan *introvert* diduga akan terdapat pula perbedaan dalam motivasi berprestasi

B. Saran-saran

1. Bagi Atlet Pencak Silat

Atlet pencak silat senantiasa memelihara dan memupuk motivasi dalam berprestasi. Menempatkan motivasi berprestasi dalam daftar target dan kebutuhan seorang atlet pecak silat. Berlatih pencak silat tidak lagi hanya sekadar sarana menyehatkan tubuh dan bela diri, melainkan sarana eksistensi dan berprestasi, mengingat sudah saatnya olah raga menjadi ajang prestasi sesuai dengan tujuan olah raga nasional.

2. Bagi Pelatih

Bagi para pelatih, hendaknya tidak hanya memperhatikan pola latihan dan porsi latihan yang diterapkan kepada atlet, tetapi juga sangat memperhatikan factor lain yang sangat mendukung keberhasilan atlet dalam meraih prestasi, yaitu factor mental dan psikologis. Pelatih hendaknya memberikan latihan mental yang cukup dan membangun visi kedepan yang baik di dalam cara berfikir atlet, misalnya dengan sesekali mendatangkan *trainer* atau motivator berpengalaman untuk meningkatkan motivasi berprestasi atlet. Pelatih juga harus melakukan

kajian-kajian mengenai latar belakang dan lingkungan dimana atlet bersosialisasi, mengingat atlet dalam perguruan pencak silat Yayasan Darut Taqwa berasal dari latar belakang dan lingkungan yang berbeda, yaitu lingkungan keluarga rumahan dan lingkungan pondok, untuk kemudian dilakukan tindakan dan mekanisme pembinaan yang disesuaikan.

3. Bagi Fakultas Psikologi dan Akademisi Psikologi

Fakultas psikologi dan akademisi psikologi hendaknya mulai memperhatikan secara serius perkembangan dan aplikasi psikologi dalam bidang olah raga, khususnya olah raga bela diri, mengingat hingga saat ini belum banyak penelitian dan referensi terkait dengan psikologi olah raga, utamanya dalam bidang olah raga bela diri.

Selain itu, masih ada banyak sekali sisi yang belum dikaji dalam penelitian ini, misalnya tentang agresivitas yang atlet hubungannya dengan tipe kepribadian, dan penelitian yang lebih spesifik terhadap tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*.