

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, terdapat beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. ODHA di Tim Dalam Kaum Rumah Cemara Kota Bandung memiliki tingkat *Self-Efficacy* untuk menjadi atlet sepakbola yang tergolong tinggi, meskipun dihadapkan dengan tuntutan-tuntutan kompetensi yang membebani
2. *Enactive MasTery Experience* memiliki keterkaitan yang besar dalam memperkuat *Self-Efficacy* yang dimiliki *TE* dan *GK*.
3. Aspek *Self-Efficacy* yang paling menonjol dari kedua responden adalah keyakinan ODHA akan pemilihan terhadap rangkaian tindakan yang ingin diraih dalam sepakbola.
4. Aspek *Self-Efficacy* yang paling rendah dari kedua responden adalah keyakinannya untuk mengenali bahaya pada emosinya dalam sepakbola.

## 5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas dan dengan menyadari adanya keterbatasan pada hasil penelitian yang telah diperoleh, maka peneliti merasa perlu untuk mengajukan beberapa saran, yaitu:

### 5.2.1 Saran Teoretis

- 1 Perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan variabel yang sama tetapi pada salah satu kompetensi untuk menjadi atlet sepakbola, sehingga dapat menggali lebih dalam keyakinan diri subyek

Mengingat penelitian ini hanya dilakukan pada subyek dewasa awal, perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan mengambil subyek penelitian dari rentang usia perkembangan yang lain agar diketahui apakah terdapat dinamika *Self-Efficacy* yang berbeda.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan refleksi bagi ODHA di Tim Dalam Kaum Rumah Cemara mengenai *Self-Efficacy* yang ia miliki untuk menjadi atlet sepakbola. Bagaimana cara mereka mempertahankan aspek yang positif yang ia miliki (keyakinan akan pemilihan terhadap rangkaian tindakan yang ingin diraih

dalam sepakbola) dan bagaimana cara mengembangkan aspek *Self-Efficay* yang masih rendah (untuk menganali bahaya pada emosinya dalam sepakbola).

2. Penelitian ini dapat digunakan sebagai referrensi bagi kalangan akademisi yang tertarik dan ingin mengetahui informasi mengenai pentingnya *Self-Efficay* untuk menjadi atlet sepakbola pada ODHA dan bagaimana cara untuk mengembangkan *Self-Efficay* tersebut.
3. Melalui Tim, Yayasan atau Lembaga tertentu yang *concern* pada permasalahan sepakbola, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi ODHA agar mampu mengembangkan *Self-Efficay* yang ia miliki dalam kegiatan sepakbola

