

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 37 Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung lebih banyak yang memiliki derajat *Grit* tinggi.
2. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung yang memiliki derajat *Grit* tinggi, menunjukkan usaha yang tinggi untuk mencapai tujuan jangka panjangnya dan berusaha untuk bertahan menghadapi tantangan dan rintangan. Atlet juga berusaha untuk mempertahankan minatnya dalam bidang bulutangkis dan cenderung tidak mudah teralihkan dengan bidang lainnya.
3. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung yang memiliki derajat *Grit* rendah, memiliki usaha yang rendah untuk bekerja dan bertahan dalam menghadapi tantangan dan rintangan, serta Atlet mudah teralihkan dengan minat lainnya dan cenderung mudah mengubah minatnya.
4. Secara keseluruhan, sebagian besar Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung lebih mampu mempertahankan minatnya (*Passion*), dibandingkan dengan mempertahankan ketekunan usaha khususnya dalam bekerja keras untuk mencapai tujuan jangka panjangnya (*Perseverance*).
5. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung yang berada di tahapan perkembangan *Emerging Adulthood* lebih banyak yang memiliki *Grit* rendah dibandingkan dengan Atlet yang berada di tahapan perkembangan *Adolecent*.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti variabel yang sama, dapat meneliti faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *Grit* yaitu *interest*, *daily practice*, *purpose*, *hope*, *Perenting*, *culture of Grit*, dan *the playing field of Grit* agar didapatkan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai *Grit*.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti variabel yang sama disarankan untuk menambahkan dan mengukur data penunjang, yaitu tujuan jangka panjang yang ingin dicapai oleh individu agar didapatkan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai *Grit*.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti variabel yang sama, dapat melakukan penelitian pada Atlet di bidang olahraga lainnya sehingga didapatkan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai *Grit*.

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung disarankan untuk meningkatkan ketekunan usahanya dan minatnya dengan berlatih lebih keras dan berusaha untuk dapat fokus pada tujuannya sehingga Atlet dapat mencapai tujuan jangka panjangnya.
2. Bagi pengurus dan pelatih di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dan acuan untuk menyusun program pelatihan yang dapat mendorong Atlet untuk lebih bekerja keras dalam berlatih sehingga Atlet lebih dapat meningkatkan *Grit* yang dimilikinya.