

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang didapat berdasarkan tiap dimensi adalah sebagai berikut.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dijelaskan, dimana masalah tentang motivasi berprestasi atlet squash Universitas Negeri Jakarta dalam menghadapi *event* Jakarta Squash *League*?"

Dari penelitian ini dapat disimpulkan, bahwa adanya motivasi berprestasi atlet squash Universitas Negeri Jakarta dalam menghadapi *event* Jakarta Squash *League* sebagai berikut :

1. Berdasarkan data yang diperoleh, ditinjau dari dimensi motivasi intrinsik adalah terdapat 7 orang kategori rendah (23%), 17 orang kategori sedang (57%), dan 6 orang kategori tinggi (20%). Jadi terlihat atlet yang memiliki motivasi ditinjau dari motivasi intrinsik paling banyak berjumlah 6 orang.
2. Berdasarkan data yang diperoleh, ditinjau dari dimensi motivasi ekstrinsik adalah terdapat 3 orang kategori rendah (10%), 11 orang kategori sedang (37%), dan 16 orang kategori tinggi (53%). Jadi terlihat atlet yang memiliki

motivasi ditinjau dari motivasi ekstrinsik paling banyak berjumlah 16 orang.

Berdasarkan hasil survey, atlet squash Universitas Negeri Jakarta dalam menghadapi event Jakarta Squash League motivasi ekstrinsik lebih besar dibandingkan motivasi intrinsik yaitu masing-masing sebesar 20% dan 53%. Maka prosentase motivasi adalah 73%.

B. Saran

Dari Hasil Penelitian ini atlet squash Universitas Negeri Jakarta dalam menghadapi Jakarta *Squash League*, maka disarankan:

1. Universitas Negeri Jakarta dapat menjadi salah satu sarana untuk berolahraga khususnya olahraga squash. Sehingga dapat menjadikan atlet menghadapi *event-event Jakarta squash league* sehingga dapat meningkatkan bertanding.
2. Para atlet *squash* Universitas Negeri Jakarta agar meningkatkan prestasinya dalam bertanding.