

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan, serta hasil penelitian yang sudah dilaksanakan dengan judul “Hubungan *Self-Efficacy* Terhadap *Performa* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Penuh dengan SMA Negeri 3 Sungai Penuh” maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. *Self-Efficacy* memiliki hubungan yang kuat terhadap *Performa* Pemain Futsal. Hasil tersebut dapat dilihat dari nilai korelasi *Self-Efficacy* sebesar 0,663 mengandung arti bahwa variabel *Self-Efficacy* memiliki hubungan 66,30% terhadap variabel *Performa* Pemain Futsal dan berkorelasi kuat, nilai t-hitung sebesar 3,756 dengan signifikan sebesar 0,001. Oleh sebab itu nilai t-hitung sebesar 3,756 pada level probabilitas (kepercayaan) 0,05 diperoleh t-tabel sebesar 2,110 yang artinya t-hitung > t-tabel dan hipotesis diterima adanya hubungan antara *Self-Efficacy* dan *Performa* Pemain Futsal.
2. SMA Negeri 1 Sungai Penuh dapat memenangkan pertandingan Salah satu Event Akbar di Kota Sungai Penuh “pertandingan liga Futsal CUP yang di buka oleh IPMR (Ikatan Pelajar Mahasiswa Rawang Jambi)” yaitu pertandingan antar sekolah sekota Sungai penuh dikarenakan mereka juga memiliki *Self-Efficacy* yang lebih tinggi daripada SMA Negeri 3 Sungai Penuh dan juga terlihat *Performa* mereka meningkat karena *Self-Efficacy* yang tinggi.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang di peroleh ada beberapa saran yang dapat di berikan sebagai berikut :

1. Bagi Siswa Pemain Futsal

Perlu di perhatikan *Self-Efficacy* dalam meningkatkan *performa* Pemain Futsal terutama pada teknik dasar *passing*, *dribbling*, dan *shooting* untuk mencapai hasil yang maksimal melalui latihan yang terjadwal dan terarah

2. Bagi Pembaca

Bagi pembaca di harapkan dengan membaca penelitian ini bisa berbagi kepada orang yang belum mengetahui berapa pentingnya memiliki *Self-Efficacy* yang baik untuk meningkatkan *Performa* Pemain Futsal.

3. Bagi Pelatih Futsal

Bagi pelatih Futsal diharapkan selalu memberikan semangat agar menumbuhkan rasa kepercayaan diri pemain nya pada saat bertanding dan untuk meningkatkan *Performa* nya dengan pemain harus menguasai teknik dasar terutama *passing*, *dribbling*, dan *shooting*.

4. Bagi Sekolah

Sekolah harus selalu memperhatikan kemampuan yang dimiliki oleh siswa-siswanya dalam olahraga terutama pada Futsal. Siswa-siswa memiliki kemampuan yang baik pada bidang Futsal dan harus diasah supaya memiliki *performa* yang baik dengan cara melaksanakan latihan 3 kali dalam seminggu.