

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Motivasi Remaja Starball Football Club dalam Melaksanakan Aktivitas Olahraga Sepak Bola di Kelurahan Lasiana Kota Kupang, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Motivasi remaja Starball Football Club dalam melaksanakan aktivitas olahraga sepak bola berada pada kategori **sangat tinggi**, dengan persentase sebesar **89,58%**.
2. Motivasi intrinsik remaja berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini ditunjukkan oleh tingginya minat dan kesenangan remaja dalam mengikuti latihan sepak bola, keinginan untuk meningkatkan kemampuan bermain, menjaga kebugaran jasmani, serta harapan untuk meraih prestasi dalam olahraga sepak bola.
3. Motivasi ekstrinsik remaja juga berada pada kategori sangat tinggi. Faktor-faktor yang berpengaruh meliputi dukungan orang tua, dukungan pelatih, dukungan teman sebaya, serta kesempatan mengikuti pertandingan dan kompetisi sepak bola.
4. Kegiatan sepak bola yang dilaksanakan secara rutin di Starball Football Club memberikan dampak positif terhadap perkembangan remaja, baik dari aspek keterampilan bermain sepak bola maupun aspek psikologis dan sosial, seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama tim, dan kepercayaan diri.

5. Starball Football Club telah berperan sebagai wadah pembinaan olahraga yang efektif dalam mengembangkan minat, bakat, dan motivasi remaja untuk berpartisipasi dalam aktivitas olahraga sepak bola di Kelurahan Lasiana, Kota Kupang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Remaja Starball Football Club

Remaja diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan motivasi yang dimiliki dengan mengikuti latihan secara teratur, menjaga disiplin, serta terus mengembangkan kemampuan teknik, fisik, taktik, dan mental agar mampu mencapai prestasi yang lebih baik.

2. Bagi Pelatih

Pelatih diharapkan terus memberikan motivasi, bimbingan, dan program latihan yang terencana sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan pemain sehingga proses pembinaan dapat berjalan secara optimal.

3. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan tetap memberikan dukungan moral, perhatian, dan motivasi kepada anak-anak yang mengikuti kegiatan sepak bola, sehingga mereka dapat berlatih dengan semangat dan mengembangkan potensinya secara maksimal.

4. Bagi Pengurus Starball Football Club

Pengurus klub diharapkan terus meningkatkan kualitas pembinaan melalui penyediaan sarana dan prasarana latihan yang memadai, pengelolaan program latihan yang baik, serta memperluas kesempatan mengikuti turnamen dan kompetisi sepak bola.

5. Bagi Pemerintah dan Instansi Terkait

Pemerintah daerah, organisasi olahraga, dan instansi terkait diharapkan dapat memberikan dukungan terhadap pembinaan olahraga usia muda melalui penyediaan fasilitas olahraga, bantuan pembinaan, dan penyelenggaraan kompetisi yang berkelanjutan.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melibatkan jumlah responden yang lebih banyak, menambahkan variabel penelitian yang berkaitan dengan motivasi olahraga, atau melakukan penelitian pada klub sepak bola yang berbeda sehingga diperoleh hasil yang lebih luas dan komprehensif.