

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Terdapat korelasi antara tingkat kecemasan dengan performa atlet wushu *taolu*, yang dibuktikan melalui uji korelasi nonparametrik Spearman Rank dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.642 dan nilai signifikansi < 0.001 .
2. Korelasi antara tingkat kecemasan dan performa atlet berada dalam kategori hubungan kuat dan searah, yang menunjukkan bahwa peningkatan kecemasan diikuti peningkatan performa dalam pertandingan.

Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya korelasi antara tingkat kecemasan dengan performa atlet wushu taolu pada Babak Kualifikasi PORPROV Jawa Tengah XVII/2026 dinyatakan diterima.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Peneliti selanjutnya disarankan mengkaji faktor psikologis lain yang berhubungan dengan performa atlet wushu dan menggunakan metode yang berbeda. Selain itu, perlu dilakukan penelitian dengan mengklasifikasikan jumlah nomor pertandingan.
2. Bagi Atlet Wushu
Atlet diharapkan dapat mengendalikan kecemasan dan menjaga konsentrasinya agar mampu menampilkan performa yang optimal saat bertanding.
3. Bagi Pelatih
Pelatih diharapkan dapat memberikan perhatian tidak hanya latihan fisik dan teknik, tetapi juga melatih mental atlet guna membantu atlet mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesiapan bertanding.