

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara stres dan nyeri, Artinya semakin berat nyeri yang dirasakan oleh seorang atlet, maka akan semakin tinggi tingkat stres yang dialami. Sebaliknya semakin rendah nyeri yang dirasakan oleh seorang atlet maka semakin rendah pula tingkat stres yang dialami oleh atlet.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat sumbangsih stres dengan nyeri adalah 14,9% sisanya 85,1% lagi di pengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, ada beberapa saran yang dapat dikemukakan oleh peneliti, yaitu:

1. Bagi Atlet

Bagi Atlet diharapkan untuk selalu siap fisik maupun mental. Kesiapan mental dapat dilakukan dengan memiliki persepsi yang positif dalam menghadapi berbagai macam pertandingan, dengan cara belajar untuk memiliki harapan positif dan dapat memusatkan pada kekuatan yang dimiliki. Sedangkan kesiapan fisik dapat dilakukan dengan pemanasan yang sesuai porsi dan asupan gizi yang sesuai.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya juga disarankan untuk meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi stres seperti kecemasan, tingkah laku. Kepada peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai salah satu sumber referensi yang berkaitan dengan nyeri dengan stres.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

