BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Atlit penyandang tunadaksa adalah atlit yang mengalami kecelakaan lalu lintas, kecelakaan dalam pertandingan dan kecelakaan kerja. Kecelakaan yang menyebabkan atlit penyandang tunadaksa menimbulkan respon negatif seperti trauma, *down, shock,* rendah diri, tidak percaya diri dan panik untuk itu atlit penyandang tunadaksa membutuhkan resiliensi agar dapat mengatasi masalah dan dapat terus menjadi atlit setelah terjadinya kecelakaan.

Resiliensi pada atlit penyandang tunadaksa adalah kemampuan atlit untuk beradaptasi dari perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri atlit akibat kecelakaan yang menyebabkan hilangnya kemampuan fisik atau hilangnya organ fisik atlit sehingga atlit dapat melalui hambatan dalam hidupnya dan tetap mengembangkan potensi yang dimiliki sebagai atlit penyandang tunadaksa yang berprestasi.

Resiliensi pada atlit dapat memunculkan perasaan positif berupa pengambilan hikmah, optimis, percaya diri, memiliki keyakinan diri, terus berlatih, menyesuaikan diri dan menerima diri sehingga tunadaksa bukanlah hambatan untuk terus mencapai prestasi baik di bidang olahraga dan non olahraga pada tingkat daerah Nasional dan internasional.

B. Saran

1. Saran untuk Atlit Penyandang Tunadaksa

Diharapkan bagi atlit penyandang tunadaksa meningkatkan resiliensi yang telah dimiliki dan mengembangkan prestasi selanjutnya dengan terus berlatih dan berjuang dalam penerimaan diri serta penyesuaian diri agar dapat tercapai pembuktian diri pada olahraga yang ditekuni. Atlit penyandang tunadaksa diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam melakukan pertandingan dan tidak menjadikan kekurangan fisik sebagai hambatan untuk terus meraih prestasi. Untuk *National Paralympic Comitte* Indonesia tidak hanya mengadakan pelatihan atlit penyandang tunadaksa dalam bidang fisik tetapi juga mengadakan *workshop* untuk meningkatkan resiliensi bagi atlit penyandang tunadaksa.

2. Saran untuk Penelitian Selanjutnya

Peneliti menemukan dinamika resiliensi pada atlit penyandang tunadaksa dan dapat dilihat juga oleh peneliti selanjutnya dengan melakukan penelitian pada dinamika resiliensi pada atlit penyandang tunadaksa dengan menemukan faktor yang mempengaruhi resiliensi. Penelitian selanjutkan diharapkan dapat melakukan pengkajian tentang atlit penyandang tunadaksa dan resiliensi pada atlit penyandang dissabilitas lainnya.