

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pada bab ini, peneliti menguraikan simpulan penelitian dan saran yang disusun berdasarkan seluruh kegiatan observasi mengenai pelatihan Fisik, Mental, dan Disiplin di LPK PT. Miraino Hashi Jaya. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan. Pelatihan fisik yaitu olahraga yang dilakukan setiap hari senin – sabtu yang dilakukan pada jam 5.00 setelah solat subuh, pelatihannya berupa berlari di sekitar LPK PT. Miraino Hashi Jaya lalu di lanjut *push up*, *sit up*, dan *jumping jack*, sedangkan pelatihan mental, yaitu pemberian motivasi, dan hal yang harus dilakukan seperti berinisiatif, introspeksi diri, mapu berjuang hingga masa pelatihan selesai sudah dilakukan dan diterapka guru / *sensei* dan siswa. Lalu peraturan yang telah dibuat dan poin – poin pelanggaran telah dimengerti siswa.

Namun masih banyak kendala yang ada, seperti kurangnya karyawan yang mengakibatkan tidak menyeluruhnya pemberian motivasi kepada siswa, lokasi pelatihan dan asrama yang berbeda, dan kesadaran siswa tentang hal yang harus dilkakukan seperti berinisiatif, mampu berjuang hingga pelatihan selesai, dan mematuhi peraturan – peraturan yang telah dibuat. Membuat pihak LPK PT. Miraino Hashi Jaya menambah karyawan dan berencana pindah lokasi yang strategis untuk memindahkan Gedung / lokasi pada bulan Oktober tahun 2020, dan saat ini sedang mengurus dokumen yang dibutuhkan sehingga pelatihan fisik, mental, dan disiplin menjadi lebih terkontrol.

Dengan adanya rencana pemindahan lokasi Gedung yang baru yang akan direalisasikan pada bulan Oktober tahun 2020, pelatihan Fisik, Mental, dan Disiplin akan berpengaruh terhadap meningkatnya kualitas pelatihan tersebut.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan, ada beberapa hal yang perlu dilakukan untuk meningkatkan kualitas pelatihan Fisik, Mental, dan Disiplin di LPK PT. Miraino Hashi Jaya.

Penulis mencoba merekomendasikan hasil yang didapat agar menjadi bahan pertimbangan untuk dijadikan referensi bagi beberapa pihak mengenai pelatihan Fisik, Mental, dan Disiplin di LPK PT. Miraino Hashi Jaya.

1. Bagi LPK PT. Miraino Hashi Jaya.

LPK diharapkan agar merundingkan kembali tentang waktu pelatihan Fisik, Mental, dan Disiplin, dikarenakan hari dan waktu pelatihan terlalu berlebihan, setidaknya pelatihan dilakukan 4 kali dalam seminggu, dan juga waktu pelatihannya lebih baik dilakukan pada siang hari, dikarenakan cuaca yang panas pun merupakan bagian dari pelatihan mental, dan juga variasi olahraga harus diadakan, dengan begitu siswa tidak monoton melakukan olahraga yang sama setiap harinya.

Untuk pakaian olahraga seharusnya diberikan 2 atau 3 pasang seragam olahraga, dengan intensitas pelatihan yang setiap harinya seragam olah raga yang diberikan tidak memenuhi kebutuhan, sehingga setiap pelatihan fisik/olahraga tidak selalu menggunakan seragam yang sama.

2. Bagi Sekolah Tinggi Bahasa Asing JIA

Lembaga diharapkan menyediakan buku-buku yang menunjang tentang kegiatan Lembaga Pelatihan Kerja ke Jepang. Serta diharapkan memfasilitasi wadah untuk mahasiswa dalam melakukan observasi atau magang agar mempermudah mahasiswa dalam melakukan penelitian.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih dalam mengenai Pelatihan Fisik, Mental, dan Disiplin. Menggali potensi yang dihasilkan dari pelatihan fisik, mental dan disiplin, serta pengaruhnya terhadap proses pembelajaran.

