

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data mengenai motivasi masyarakat dalam mengikuti program *car free day* di kota Bandung maka penulis mengambil kesimpulan bahwa:

1. Motivasi masyarakat remaja dalam mengikuti program *car free day* di kota Bandung berdasarkan angket yang disebarakan oleh peneliti sangat bervariasi, mulai yang memiliki motivasi tinggi, hingga rendah. Faktor rasa aman merupakan faktor motivasi tertinggi yang mempengaruhi masyarakat remaja mengikuti program *car free day* dengan persentase 85%.
2. Mayoritas masyarakat dewasa untuk mengikuti program *car free day* di kota Bandung terbilang memiliki motivasi rendah, Sub variabel aktualisasi diri dan faktor fisiologi merupakan dua faktor yang banyak mempengaruhi motivasi masyarakat dewasa dalam mengikuti program *car free day* di kota Bandung, tercatat 82,8% dan 82,6% masing masing mewakili ke dua sub variabel tersebut.
3. Pada masyarakat manula nilai motivasi sangat bervariasi, faktor fisiologi dan rasa aman merupakan faktor yang memiliki nilai tertinggi yang masing-masing memotivasi masyarakat manula hingga 90,8% dan 88,1%.

#### **B. Saran**

Sehubungan dengan penelitian yang telah dilakukan di kawasan *car free day* Bandung, yang berkenaan dengan motivasi masyarakat dalam mengikuti program *car free day* di kota Bandung, berdasarkan kesimpulan yang diperoleh yang telah diungkapkan diatas, serta untuk menyempurnakan hasil penelitian, maka penulis mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Kepada pemerintah kota Bandung agar merawat, menjaga dan menegakan ketertiban di Kawasan *car free day* guna kenyamanan masyarakat, untuk

meningkatkan partisipasi masyarakat dalam olahraga yang dapat menunjang aktivitas fisik dan kesehatan masyarakat. Selain itu diharapkan pemerintah Kota Bandung lebih tegas untuk menertibkan dan menjalankan aturan agar masyarakat serta pedagang lebih tertib sehingga memberikan rasa aman dan nyaman bagi masyarakat.

2. Kepada dinas perhubungan kota Bandung agar memaksimalkan penggunaan kawasan *car free day* dan jika memungkinkan menambah kawasan *car free day* di daerah lain nya sehingga dapat menekan kadar polusi udara dan guna memberikan ruang terbuka bagi masyarakat untuk beraktivitas jasmani.
3. Kepada masyarakat untuk lebih meningkatkan kesadaran akan kebutuhan gerak tubuh dan menggunakan kawasan *car free day* sebagaimana mestinya serta turut menjaga ketertiban, dan kenyamanan di kawasan *car free day*.
4. Bagi Program studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi agar dapat turut serta dalam upaya menyadarkan masyarakat akan pentingnya gerak dan memaksimalkan ruang yang disediakan pemerintah kota Bandung untuk berolahraga.
5. Bagi para peneliti selanjutnya, mengingat penelitian ini sangat jauh dari sempurna maka penulis mengharapkan peneliti berikutnya untuk dapat melengkapi pembahasan untuk aspek yang tidak terjangkau dalam penelitian ini.