

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil pengolahan dan analisis data dapat ditarik kesimpulan bahwa motif *member* terlibat dalam aktivitas olahraga di *Fitness View* Bandung 46 responden yaitu memilih berolahraga untuk menjaga kesehatan tubuh, menaikkan produktivitas, dan memperoleh tubuh yang menarik.

*Member* yang beraktivitas di *Fitness View* dominannya adalah laki-laki 33 responden yaitu sebesar 71.74 %. Untuk umur 17-24 tahun memiliki motif sebesar 21 responden yaitu 45.65 %. Untuk tingkat terakhir pendidikan yang memiliki motif sebesar 30 responden yaitu dominannya S1 sebesar 65.22 %. Begitupula untuk pekerjaan yang dominannya adalah mahasiswa 15 responden atau sebesar 32.61 %. Sedangkan untuk berpenghasilan dibawah lima juta rupiah sebanyak 27 responden yaitu sebesar 58.7%. Dari keseluruhan motif *member* terlibat dalam aktivitas olahraga di *Fitness View* Bandung dikatakan baik sebanyak 23 responden atau 50 %.

#### **B. Saran**

Dari keseluruhan motif *member* terlibat dalam aktivitas olahraga di *Fitness View* Bandung dikatakan baik sebanyak 23 responden atau 50 %.

Untuk menunjang motivasi *member* secara maksimal penulis menyarankan kepada :

1. Khususnya perusahaan agar lebih diperhatikan lagi kebutuhan *member* yang beraktivitas sesuai dengan motifnya sehingga *member* dapat mencapai keinginannya.
2. Untuk *Personal Training* (PT) agar dapat melatih sesuai dengan keinginan *member* sehingga dapat mencapai kepuasan dalam latihan.

Disini penulis sangat berharap agar hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan pemikiran dalam meningkatkan keinginan berolahraga bukan hanya di tempat *fitness* tapi di tempat-tempat lain yang sudah disiapkan oleh pemerintah daerah. Karena olahraga adalah aktivitas yang menunjang kehidupan dan sosial.