

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data yang telah peneliti lakukan, maka dalam penelitian ini peneliti dapat menyimpulkan bahwa :

1. Pada motif olahraga prestasi, usia anak-anak memiliki nilai motif olahraga prestasi yang tinggi dibandingkan dengan usia remaja, usia dewasa dan usia lansia serta terdapat perbedaan yang signifikan antara motif berolahraga prestasi berdasarkan usia.
2. Pada motif olahraga rekreasi, usia dewasa dan remaja memiliki nilai motif olahraga rekreasi yang tinggi dibandingkan dengan usia anak-anak, usia dan usia lansia serta terdapat perbedaan yang signifikan antara motif berolahraga rekreasi berdasarkan usia.
3. Pada motif olahraga kesehatan, usia dewasa memiliki nilai motif olahraga kesehatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan usia anak-anak, usia remaja dan usia lansia serta tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara motif berolahraga kesehatan berdasarkan usia.

B. Implikasi dan Rekomendasi

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh selanjutnya peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat digunakan sebagai pemahaman dan literatur tambahan bagi pelaku olahraga :

1. Peneliti berharap masyarakat yang melakukan aktivitas olahraga kiranya dapat mengetahui dan memahami tentang dorongan melakukan olahraga tersebut yang pada akhirnya akan tercapai dari tujuan olahraga yang dilakukan serta mampu menjadikan olahraga sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari.

2. Penelitian ini diharapkan bermanfaat dan dapat dijadikan pengetahuan dan rujukan bagi lembaga terkait, khususnya Program Studi Ilmu Keolahragaan guna menganalisis motif masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga.
3. Peneliti berharap kepada penyedia sarana dan prasarana olahraga baik itu kepemilikan pemerintah maupun swasta, agar penelitian ini dapat dijadikan informasi dan rekomendasi terhadap penyediaan sarana dan sarana olahraga.
4. Penelitian ini terbatas pada gambaran motif masyarakat melakukan aktivitas olahraga prestasi, rekreasi dan kesehatan berdasarkan usia. Peneliti menyarankan dan berharap kepada peneliti berikutnya untuk meneliti mengenai motif masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga yang lebih luas.