

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Partisipasi dalam aktifitas fisik bagi masyarakat Kota Bandung sering digunakan sebagai wadah untuk mencari kegiatan sosialisasi. Sosialisai olahraga merupakan sebuah proses yang melalui keterlibatan individu dalam berolahraga, mengajarkan dan memperkuat pengetahuan, nilai dan norma yang penting untuk berpartisipasi. Partisipasi dalam kegiatan olahraga bersepeda di Kota Bandung dapat menjadi gaya hidup bagi beberapa orang. Oleh karena itu pada penelitian ini terdapat korelasi yang positif dan signifikan antara tingkat partisipasi dengan kualitas interaksi sosial pada komunitas sepeda di Kota Bandung, yaitu dengan nilai korelasi 0,942 berada pada hubungan sangat tinggi. Seseorang dapat berpartisipasi dalam suatu komunitas disebabkan oleh faktor internal yang merupakan keadaan jiwa dan keadaan pikiran yang dipersiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang diorganisasi melalui pengalaman dan mempengaruhi secara langsung pada perilaku. Sedangkan pada faktor eksternal adanya *external regulation* yaitu kelompok yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap sikap dan perilaku seseorang.

Partisipasi berperan dalam membangun keterlibatan seorang individu dengan individu yang lain, hal ini didasari oleh dimensi *Self esteem*. Keterhubungan tingkat partisipasi dengan *Self esteem* pada komunitas sepeda dapat didasari oleh kemampuan atau keinginan individu untuk dapat melakukan suatu kegiatan yang pantas, berharga, menyenangkan, dan menyelesaikan tantangan. Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa terdapat korelasi yang positif dan signifikan antara tingkat partisipasi dengan *self esteem* pada komunitas sepeda di Kota Bandung dengan nilai korelasi sebesar 0,979 berada pada hubungan sangat tinggi. Oleh karena itu dari kegiatan bersepeda, dengan adanya rekan sesama pesepeda maka akan timbul rasa untuk menunjukkan kemampuan kepada orang lain, dalam penelitian ini menemukan bahwa unjuk diri dalam menyelesaikan tantangan rute bersepeda ataupun berkompetisi dalam kelompok dipengaruhi oleh *Self esteem*.

Interaksi sosial dan *self esteem* pada komunitas sepeda di Kota Bandung mempunyai hubungan yang sangat tinggi, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,980. Hal ini bahwa dalam komunitas sepeda terjalinnya komunikasi antara individu dengan individu, individu dengan kelompok, maupun kelompok dengan kelompok yang didasari adanya penerimaan diri dari orang lain, pengakuan, dan penyelesaian tantangan. Sehingga menyebabkan kepedulian satu sama lain lebih dari yang seharusnya, dimana dalam sebuah komunitas terjadi relasi pribadi yang erat antar para anggota komunitas tersebut karena adanya kesamaan interest atau values.

B. Implikasi

Tingkat Partisipasi dalam kegiatan olahraga khususnya bersepeda dapat memberikan hubungan terhadap kualitas interaksi sosial, oleh karena itu dengan kondisi kegiatan tersebut dapat memberikan manfaat bukan hanya kesehatan fisik, melainkan sehat sosial.

Partisipasi dalam komunitas sepeda turut serta memberikan hubungan tentang bagaimana sebagai seorang individu dapat mengenali dirinya dan orang lain melalui *self esteem*. Untuk membentuk *self esteem* maka dalam proses pembelajaran harus memperhatikan aspek psikologis demi terwujudnya tujuan pembelajaran dan pendidikan.

Memberi pengetahuan bagi penentu kebijakan akan pentingnya kegiatan olahraga yang melibatkan partisipasi masyarakat dalam penggunaan sepeda.

C. Rekomendasi

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan pemerintah dapat lebih dan memfasilitasi pembuatan jalur khusus sepeda di Kota Bandung, disamping itu pula pemerintah dapat menjadikan objek wisata di Kota Bandung dengan program *Edu Cycling*, *Sport Tourism* melalui kegiatan bersepeda, oleh karena itu pelaksanaan program bandung juara pada poin ketiga yaitu jum'at bersepeda Jumat bersepeda adalah program dimana warga Bandung pada hari jumat untuk pergi melakukan aktifitasnya seperti pergi ke kantor ataupun bersekolah menggunakan sepeda hal ini bertujuan untuk mengajak warga Bandung untuk cinta lingkungan, selain itu mengurangi jumlah volume kendaraan, mengurangi kemacetan, serta mengajak warga Bandung untuk hidup lebih sehat. Melalui

penelitian ini, masyarakat diharapkan lebih sadar akan pentingnya kesehatan fisik, sosial, dan mental, dengan bergabung pada komunitas sepeda, kesehatan secara sosial dan mental dapat dikembangkan dengan menambah jumlah frekuensi bersepeda dalam satu pekan dengan rutin. Penelitian terkait suatu komunitas olahraga pada keadaan kota yang modern dapat menjadi suatu rujukan untuk melakukan suatu penelitian lanjutan dalam mengembangkan kualitas interaksi sosial dan *self esteem* ataupun aspek sosial dan psikologi lainnya yang terlibat pada suatu komunitas olahraga.