

BAB V

KESIMPULAN, DAN SARAN

1.1. Kesimpulan

5.1.1 Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan penelitian, analisis data dan pembahasan yang dipaparkan pada bab terdahulu, Motivasi olahraga pada Gaya hidup dan status ekonomi berbeda – beda, setiap masyarakat yang melakukan aktifitas olahraga memiliki motivasi yang beragam, keyakinan dan fakta motivasi memainkan peranan yang sangat penting dalam meunnjang prilaku aktifitas masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga.

Berdasarkan perspektif teori self-determination dari (Deci & Ryan, 2000), motivasi merupakan sebuah konstruk multidimensional yang dibangun oleh tiga dimensi atau faktor yaitu amotivasi, motivasi ekstrinsik, dan motivasi intrinsik. Ketiga faktor dielaborasi menjadi tujuh indikator, yaitu external regulation, introjections regulation, identified regulation, intrinsic motivation to know, intrinsic motivation toward, intrinsic motivation to experience stimulation, dan amotivation. Berkenaan dengan struktur faktor tersebut, telah dilakukan berbagai upaya untuk mengokohkan validitas dan reliabilitas struktur faktor tersebut, terutama sebelum sebuah instrumen dibuat dan digunakan dalam setting populasi dalam hal ini masyarakat kota Bandung

1.2. Saran

Saran Setelah melakukan penelitian Model Motivasi Kontekstual Olahraga, ada beberapa hal yang dijadikan saran oleh peneliti kepada pembaca yang diharapkan menjadi pertimbangan dan masukan dimasa mendatang yaitu :

1. Jumlah responden yang mengisi Skala sebaiknya ditambah agar hasil yang didapat lebih valid.
2. Menentukan responden dengan akurat agar ketika proses ke lapangan tidak memakan waktu yang sangat lama
3. Pemerintah kota Bandung agar merawat dan lebih meningkatkan sarana dan fasilitas yang sudah ada supaya masyarakat lebih nyaman

4. untuk melakukan aktivitas olahraga sehingga tercipta nya masyarakat yang sehat dan lebih termotivasi untuk melakukan aktivitas olahraga
5. Masyarakat agar menjaga dan merawat fasilitas yang sudah ada seperti menjaga kebersihan di sekitar kawasan olahraga,tidak merusak alat atau sarana yang tersedia dan menggunakannya dengan baik