

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data pada pembahasan bab sebelumnya, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa

1. Kondisi interaksi social pelaku aktivitas olahraga aerobis dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial pelaku olahraga aerobis di Sarana olahraga Bima Cirebon meliputi Imitasai 82,22%, Sugesti 82,00%, Identifikasi 82,67 %, Simpati 77,33 %, Kontak sosial 80,53%, Komunikasi 81,33%, Kerjasama 76,00%, Persaingan 68,33%, Pertikaian 75,00% dan akomodasi sebesar 76,00%.
2. Kondisi interaksi social pelaku aktivitas olahraga anaerobis dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial pelaku olahraga anaerobis di Sarana olahraga Bima Cirebon meliputi Imitasai 81,33%, Sugesti 76,00%, Identifikasi 87,11 %, Simpati 68,00 %, Kontak sosial 81,78%, Komunikasi 75,46%, Kerjasama 76,89%, Persaingan 69,33 %, Pertikaian 57,67% dan akomodasi sebesar 71,33%.
3. "Terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi interaksi sosial pelaku aktivitas olahraga aerobis dengan pelaku aktivitas olahraga anaerobis di sarana olahraga Bima Cirebon". Hal ini ditunjukkan nilai t hitung  $> t$  tabel ( $6.298 > 2,048$ ) dan signifikansi ( $0,000 < 0,05$ ), maka  $H_0$  ditolak, artinya bahwa ada perbedaan antara rata-rata nilai interaksi

sosial pelaku olahraga aerobik dengan nilai rata-rata interaksi sosial pelaku olahraga anaerobic.

## **B. Saran**

Sehubungan dengan penelitian yang telah dilakukan berkenaan dengan hasil penelitian yang telah diperoleh dan berdasarkan kesimpulan yang telah diungkapkan di atas, serta untuk penyempurnaan hasil penelitian, maka penulis mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Kepada pemerintah kota Cirebon agar menjaga dan merawat sarana olahraga Bima Cirebon, karena itu merupakan tempat pembinaan olahraga yang dapat menunjang perkembangan aktivitas olahraga bagi masyarakat kota Cirebon.
2. Kepada anggota Masyarakat untuk ikut berolahraga bersama disarana Olahraga Bima Cirebon, karena dengan olahraga bukan saja bisa meningkatkan dan menjaga kesehatan namun aktivitas olahraga juga merupakan salah satu bentuk aktivitas yang dapat mengeratkan rasa persaudaraan dan persahabatan dalam bentuk interaksi sosial.
3. Kepada para peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian tentang interaksi social pelaku olahraga hendaknya dengan jumlah sampel yang lebih banyak daripada jumlah sampel penelitian yang telah peneliti lakukan, kemudian untuk pemilihan sampel hendaknya dari beberapa tempat, dan hendaknya mengungkap lebih dalam permasalahan berkaitan dengan penelitian ini, serta hendaknya disamakan kriteria respondennya, baik dari usia, latar belakang pendidikan dan lain-lain.

