

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan wawancara langsung dengan informen atau narasumber menghasilkan jawaban terkait pertanyaan motivasi bersepeda pada *Road Bike Sumenep Cyling Club (RSCC)* di masa pandemi covid-19 tahun 2021 maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Dari pertanyaan yang di ajukan kepada informan mengenai survei motivasi bersepeda pada *Road Bike Sumenep Cyling Club (RSCC)* di masa pandemi covid-19 tahun 2021, mendapatkan banyak alasan yang disampaikan oleh informan diantaranya yaitu, sebagian besar motivasi bersepeda pada informen yaitu dibangkitkan salahsatunya dikarenakan adanya situasi pandemic karena merupakan salah satu cara untuk menjaga imunitas pada tubuh.

Kemudian salah satu alasan motivasi informan yaitu karena melihat beberapa manfaat yang terdapat pada aktivitas bersepeda yaitu selain menjaga kebugaran tubuh juga bisa menikmati keindahan alam sekitar selain itu banyak informan menyampaikan bahwa sanya bersepeda merupakan aktivitas yang sangat ramah terhadap lingkungan sekitar.

Dan juga timbulnya motivasi informan sebagian besar ditimbulkan karena faktor intrinsik dan ekstrinsik yaitu dorongan dari dalam individu dan dorongan dari luar induvidu salahsatu dari dukungan keluarga informen yang mendukung terhadap aktivitas bersepeda yang dilakukannya. Karena semua orang menilai aktivitas bersepeda merupak aktivitas yang sangat hemat terhadap kebutuh yang tetntunya dilihata dari bertuk sepeda yang tidak menggunakan bahan bakar jadi meskipun aktivitas bersepeda dilakukan tiap hari atau tiap waktu tidak akan banyak mengeluarkan biaya, jadi bisa menjadi acuan bagi keluarga terhadap mendukungnya aktivitas

bersepeda pada seluruh informen Penelitian karena melihat akan banyak keuntungan-keuntungan yang akan diperoleh terhadap bersepeda.

## **B. Saran**

Berdasarkan Simpulan diatas, maka peneliti dapat mengungkapkan beberapa saran untuk dijadikan sebagai bahan pertimbangan. Adapun saran-saran yang diutarakan, sebagai berikut:

1. Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan para atlet sepeda mampu meyakinkan motivasinya untuk bersepeda dan jauhi lah alasan dikarenakan adanya faktor situasi atau pun kondisi.
2. Untuk memenuhi keinginan atau motivasi yang baik maka diperlukan keteguhan dalam berlatih dan kesemangatan itupun tanpa adanya faktor apapun yang tidak bisa menjamin untuk mengejar keinginan atlet untuk lebih baik.
3. Perlu adanya tinjauan yang lebih lanjut dengan sampel dan vareabel yang lebih baik agar hasil yang diperoleh lebih meyakinkan lagi.
4. Terus lah beraktivitas olahraga bersepeda meskipun situasi pandemi covid -19 berakhir agar lebih menguatkan minat dan motivasinya. Dan bisa memberikan gambaran baik kepada masyarakat.