

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Perumahan Mendalo Asri pada Mahasiswa Universitas Jambi sebanyak 50 orang, kesimpulan dalam penelitian ini dari hasil perhitungan dapat diketahui minat dan motivasi olahraga dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Universitas Jambi termasuk dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 52.0% yang mana nilai tersebut berada dalam rentang interval antara 87.52 – 113.77.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat dan motivasi olahraga dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Universitas Jambi di Perumahan Mendalo Asri :secara keseluruhan: sangat tinggi 40.0% (20 orang), tinggi 52.0% (26 orang), rendah 6.0% (3 orang), sangat rendah 2.0% (1 orang). Jika dilihat dari beberapa indikator yaitu; 1) indikator perhatian: sangat tinggi 30.0% (15 orang), tinggi 24.0% (12 orang), rendah 28.0% (14.0 orang), sangat rendah 18.0% (9 orang); 2) indikator rasa suka dan tertarik: sangat tinggi 54.0% (27 orang), tinggi 44.0% (22 orang), rendah 2.0% (1 orang), sangat rendah 0% (orang); 3) indikator lingkungan dan orang tua : sangat tinggi 48.0% (24 orang), tinggi 50.0% (25 orang), rendah 2.0% (1 orang), sangat rendah 0% (orang). Minat dan motivasi olahraga dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Universitas Jambi masuk dalam kategori tinggi.

Berdasarkan rumusan masalah dalam penelitian ini bagaimana minat dan motivasi olahraga dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahsiswa Universitas Jambi di Perumahan Mendalo Asri, maka dari hasil data yang diperoleh minat dan motivasi

dalam melakukan aktivitas olahraga dalam kategori tinggi. Dalam keterbatasan waktu dan tempat penelitian dan belum ada data sebelumnya tentang minat dan motivasi olahraga Mahasiswa Universitas Jambi dalam melakukan aktivitas olahraga, maka penulis hanya mengidentifikasi berdasarkan tiga (3) faktor indikator yaitu; 1) perhatian; 2) rasa suka dan tertarik; dan 3) lingkungan dan orang tua.

Berdasarkan tiga faktor indikator diatas minat dan motivasi dalam melakukan aktivitas olahraga berpengaruh dan yang paling tinggi persentasenya adalah faktor rasa suka dan tertarik

## **5.2 Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian maka disarankan dilakukan penelitian lanjutan guna mengidentifikasi olahraga yang di minati oleh Mahasiswa Universitas Jambi yang berada di Perumahan Mendalo Asri untuk dapat dikembangkan serta dapat menjadi motivasi untuk Mahasiswa-mahasiswi lainnya, karena aktivitas olahraga itu sangat penting baik dari segi kesehatan ataupun prestasi.