

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Klub Spartan Atletik dengan atlet sebanyak 20 orang, kesimpulan dalam penelitian ini hasil perhitungan dapat diketahui motivasi atlet mengikuti latihan di tengah wabah covid-19 di klub Spartan atletik termasuk dalam kategori tinggi dengan persentase 75% yang mana nilai tersebut berada dalam rentang 87,51 – 113,75.

Ada juga beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi atlet spartan atletik dalam menjalani latihan di tengah pandemi covid-19, dari tujuh faktor indikator yang dibahas di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi atlet klub Spartan atletik mengikuti latihan di tengah pandemi ini lebih dominan pada indikator respon atau *feedback* daripada atlet tersebut, dimana respon ini muncul dari dalam diri sendiri. Keberhasilan seseorang dalam melakukan suatu aktivitas atau kegiatan muncul ketika ada motivasi atau dorongan yang muncul dari diri sendiri. Dilihat dari beberapa indikator diatas semua dalam kategori tinggi dan tingkat motivasi dalam mengikuti latihan sangat tinggi.

5.2 Saran

Adapun saran dalam penelitian ini adalah:

1. Bagi Atlet, berdasarkan penelitian ini diharapkan agar atlet Spartan lebih bersemangat dalam mengikuti latihan demi meningkatkan prestasi meskipun dalam kondisi wabah Covid-19. Karena kepuasan seorang atlet ketika dia berhasil dalam menyelesaikan program latihan tanpa rasa mengeluh.
2. Bagi Pelatih, hendaknya untuk selalu memberikan program latihan meskipun dalam situasi wabah Covid-19, dan selalu memberikan dukungan ataupun motivasi guna membangun rasa percaya diri para atlet.

3. Bagi peneliti selanjutnya, hendaknya digunakan dengan sampel yang berbeda dan populasi yang lebih luas, dengan demikian tingkat motivasi para atlet-atlet yang berada di Provinsi Jambi dapat diketahui, sehingga para pelatih dapat mengetahui apa yang kurang dari atlet-atletnya dan dapat dijadikan sebagai sumber dalam mengubah pola latihan dan keinginan para atlet.