

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai keterlibatan mahasiswa dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) bidang olahraga pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan angkatan 2023, dapat disimpulkan bahwa tingkat partisipasi mahasiswa masih tergolong rendah. Dari total 138 responden yang mengisi kuesioner melalui Google Form, hanya 9% (13 mahasiswa) yang mengikuti UKM yang dinaungi oleh Universitas Jambi, sedangkan 19% (27 mahasiswa) terlibat dalam UKM yang belum terikat secara resmi dengan universitas. Sementara itu, mayoritas mahasiswa, yaitu 72% (98 mahasiswa), tidak mengikuti UKM olahraga sama sekali.

Meskipun tingkat keterlibatan dalam UKM masih rendah, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tetap memiliki motivasi dalam bidang olahraga dengan berbagai alasan positif. Motivasi utama yang ditemukan dalam penelitian ini adalah dorongan dari teman-teman yang berprestasi, semangat kekeluargaan dalam UKM, serta manfaat kesehatan dan kebugaran yang diperoleh dari aktivitas olahraga. Selain itu, beberapa mahasiswa termotivasi untuk meningkatkan keterampilan, memperluas relasi, dan mencari pengalaman baru meskipun belum bergabung secara resmi dalam UKM.

Faktor-faktor lain yang memengaruhi keterlibatan mahasiswa dalam UKM olahraga meliputi motivasi pribadi (52,2%), minat terhadap olahraga (42%), serta

bakat yang dimiliki mahasiswa (54,3%). Selain itu, manajemen waktu menjadi salah satu kendala utama, dengan hanya 44,9% mahasiswa yang merasa mampu mengatur waktu untuk berpartisipasi dalam UKM. Fasilitas dan sarana olahraga juga menjadi faktor yang cukup berpengaruh, di mana 44,9% mahasiswa merasa puas dengan fasilitas yang tersedia, sementara 55,1% merasa kurang puas. Dukungan sosial dan lingkungan kampus juga memiliki peran dalam keterlibatan mahasiswa, dengan persentase 44,2% mahasiswa merasa didukung, sedangkan 55,8% merasa kurang mendapat dukungan.

Selain itu, UKM olahraga memberikan dampak positif bagi mahasiswa, seperti pengembangan potensi individu (67,4%), pembinaan karakter (60,1%), peningkatan kesehatan mental (71,7%), serta peluang untuk berpartisipasi dalam kompetisi (60,1%). Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan dalam UKM olahraga memiliki manfaat yang signifikan bagi mahasiswa, baik dalam aspek akademik, sosial, maupun pengembangan diri.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan untuk meningkatkan keterlibatan mahasiswa dalam UKM olahraga, antara lain:

1. Peningkatan Sosialisasi dan Promosi UKM

Perlu adanya sosialisasi yang lebih intensif mengenai manfaat dan pentingnya keterlibatan dalam UKM olahraga, baik melalui media sosial, seminar, maupun kegiatan kampus. Dengan demikian, mahasiswa dapat lebih memahami manfaat dari partisipasi dalam UKM.

2. Pengembangan Fasilitas dan Sarana Olahraga

Universitas Jambi diharapkan dapat meningkatkan fasilitas dan sarana olahraga agar lebih memadai, sehingga dapat meningkatkan minat mahasiswa untuk bergabung dalam UKM olahraga.

3. Pendampingan dan Pembinaan Mahasiswa

Diperlukan adanya pendampingan bagi mahasiswa yang masih ragu atau kurang percaya diri untuk bergabung dalam UKM. Pendekatan berbasis mentoring dan pelatihan dapat membantu mahasiswa dalam mengembangkan keterampilan dan kepercayaan diri mereka.

4. Pengelolaan Waktu yang Lebih Baik

Mahasiswa diharapkan dapat mengelola waktu dengan baik agar dapat menyeimbangkan antara akademik dan kegiatan ekstrakurikuler. Pelatihan manajemen waktu dapat diberikan sebagai bagian dari program pengembangan mahasiswa.

5. Peningkatan Dukungan Sosial dan Lingkungan Kampus

Kampus diharapkan dapat lebih aktif dalam memberikan dukungan terhadap kegiatan UKM, baik melalui pemberian dana, pembimbingan, maupun penghargaan bagi mahasiswa yang aktif dalam UKM