

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisis data dan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan secara umum bahwa analisis *Sport Development Index* Kecamatan Silat Hilir Kabupaten Kapuas Hulu dalam katagori baik. Secara khusus dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut.

1. Tingkat partisipasi masyarakat melakukan aktivitas olahraga di Kecamatan Silat Hilir Kabupaten Kapuas Hulu khususnya di Desa Perigi dan Desa Baru ditinjau dari Sport Development Index adalah sebesar 0,0512188, dengan demikian maka kedalam kategori Sedang
2. Tingkat kebugaran jasmani masyarakat Desa Perigi dan Desa Baru di Kecamatan Silat Hilir Kabupaten Kapuas Hulu ditinjau dari Sport Development Index adalah sebesar 0,907, dengan demikian maka masuk kedalam kategori Tinggi.

#### **B. Saran**

Berdasarkan dengan kesimpulan diatas dapat diajukan saran-saran sebagai berikut.

1. Bagi masyarakat

Angka partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat yang masih masuk kedalam kategori sedang, maka sebaiknya masyarakat lebih meningkatkan kesadaran akan pentingnya melakukan kegiatan olahraga, karena mengingat dengan berolahraga masyarakat bisa mendapatkan kebugaran dan kesehatan untuk menunjang disegala aspek kegiatan sehari-hari.

2. Bagi Pemerintah

Bagi pemerintah diharapkan bisa meningkatkan program – program yang dapat merubah pola pikir masyarakat untuk berolahraga. Serta meningkatkan sarana prasana olahraga yang memadai untuk masyarakat

umum di Kecamatan Silat Hilir

### 3. Bagi Peneliti Lain

Dalam penelitian ini karena sampel penelitian masih terbatas dan ruang lingkup penelitiannya juga yang masih tingkat Kecamatan sehingga disarankan kepada peneliti lain untuk memperbanyak sampel dan memperluas ruang lingkup penelitiannya.