

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka penulis memperoleh beberapa kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pola komunikasi interpersonal *personal trainer* dan *member* Gym RPM Budi Langgeng. Maka kemudian peneliti dapat menarik kesimpulan yaitu tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pola komunikasi interpersonal *personal trainer* terhadap efektivitas latihan *member* di gym.

Keefektifan komunikasi interpersonal terjalin dengan baik, dapat dipastikan dengan menggunakan analisis teori De Vito dimana semua aspek terpenuhi dengan baik. Seperti keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan juga kesetaraan, walau ada beberapa aspek yang belum sempurna seperti kurangnya pemahaman satu sama lain, namun semua aspek lainnya sudah terpenuhi jadi dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal sudah mencapai efektif.

Pola Komunikasi interpersonal yang terjalin pada *personal trainer* dan *member* Gym RPM Budi Langgeng adalah pola komunikasi dua arah, pola ini melibatkan komunikasi timbal balik antara pengirim dan penerima, dengan umpan balik dan respons dari kedua belah pihak. Interaksi lebih dinamis dan partisipatif. Dalam hal ini *personal trainer* berdiskusi dengan *member* tentang tujuan, jadwal latihan, memberikan saran, dan menerima masukan dari *member*. Hal ini dapat digambarkan dengan pola komunikasi dua arah.

#### 5.2 Saran

Peneliti dengan rendah hati menerima kritikan dan masukan serta saran dalam penelitian ini demi sebuah kemajuan. Dengan memberikan saran-saran bukan berarti peneliti merasa benar, namun peneliti saling berbagi saran bagi *personal trainer* dan *member* Gym RPM Budi Langgeng.

##### 1. Saran akademik

Peneliti mengharapkan dengan adanya penelitian ini bisa dilakukan pengembangan ilmu komunikasi di dalam suatu organisasi

ataupun komunitas.

## 2. Saran Praktis

1. Sebisa mungkin hambatan dalam berkomunikasi khususnya pada saat pelaksanaan kegiatan latihan dapat dicegah dengan melakukan komunikasi interpersonal dengan baik dan benar sehingga hambatan dalam komunikasi dapat dicegah dan mencapai komunikasi interpersonal yang baik dan efektif.
2. Untuk Peneliti selanjutnya penulis memberi saran untuk menambah lebih banyak narasumber berupa 5-6 narasumber untuk menambah kekuatan data

