

BAB VI

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Adapun demikian penelitian mengenai gaya hidup pada komunitas ibu senam di kelurahan Ngronggo Kota Kediri dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gaya hidup yang ditunjukkan oleh komunitas ibu senam kelurahan Ngronggo yakni aktivitas berpergian dan menjadi member di sanggar senam, menjadi member di tempat olahraga *gym*, mengikuti trend sepeda gowes, dan nongkrong di café ataupun tempat makan tertentu, mengikuti trend fashion yang modis, timbul perilaku konsumtif dan penerapan hidup dan adapula kegiatan dalam komunitas itu sendiri seperti halal bihalal, senam diluar tempat, makan bersama dan liburan bersama serta timbul minat perilaku konsumtif dan mengikuti trend fashion. Hal ini dilakukan untuk mencapai rasa puas untuk di kenal di masyarakat.
2. Dalam proses pembentukan gaya hidup ini melalui tiga proses yaitu:
 - a. Proses eksternalisasi dimana komunitas senam mulai mengenal dunia olahraga senam karena terpengaruh oleh lingkungan sekitar dan media sosial.
 - b. Proses objektivikasi dimana komunitas mulai menyerapi makna dari kegiatan senam yaitu senam sebagai bentuk kegiatan yang positif untuk ibu rumah tangga, menjadi ibu rumah tangga yang produktif, 85 persen senam mempengaruhi gaya hidup, adanya gerakan senam yang berfungsi untuk menjaga daerah kewanitaan dan menjaga keharmonisan dalam berumah tangga. Dari pemaknaan tersebut ditunjukkan dengan menjadi anggota tetap komunitas senam aerobic.

- c. Proses internalisasi dimana komunitas ibu senam melakukan tindakan atau membentuk gaya hidup seperti suka bermain tik tok, suka kumpul atau nongkrong bersana tema, ikut senam di sanggar, timbul perilaku konsumtif.