

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data yang telah peneliti lakukan, maka dalam penelitian ini peneliti dapat menyimpulkan bahwa :

Tingkat kebugaran jasmani peserta rehabilitasi penyalahguna napza di Rumah Palma Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat tahun 2014 di dominasi dalam kategori cukup dari total sampel yang diteliti. Lebih lanjut terdapat hasil prosentase kebugaran jasmani yang lebih rendah dalam kategori yang kurang, kurang sekali dan dalam kategori baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, di Rumah Palma Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat mengenai profil kebugaran jasmani peserta rehabilitasi penyalahguna napza yang telah dijabarkan pada bab IV Sebagai upaya untuk mengembangkan hasil penelitian ini, penulis megajukan saran sebagai berikut :

1. Diharapkan ada pengembangan penelitian lebih lanjut mengenai tingkat kebugaran jasmani peserta rehabilitasi penyalahguna napza untuk strara jenjang pendidkan yang lebih tinggi dengan mengacu pada gambaran hasil penelitian ini.
2. Diharapkan agar pihak rehabilitasi dapat meningkatkan kualitas pelayanan rehabilitasi sesuai standar yang berkualitas, tidak hanya tercantum dalam tata tertib namun dapat terealisasikan di lapangan, sehingga tidak ada lagi kejadian-kejadian gaya hidup yang kurang mobile seperti yang penulis lihat pada saat melakukan penelitian di lapangan.
3. Diharapkan agar pihak rehabilitasi dapat menyediakan program tambahan yang dapat mendukung kegiatan untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta rehabilitasi penyalahguna napza, misalnya dengan secara rutin mengadakan kegiatan olahraga kesehatan yang didampingi oleh ahli atau instruktur yang ahli di bidangnya.