

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan kesehatan mahasiswa prodi keperawatan memiliki gambaran dengan kriteria baik.
2. Partisipasi mahasiswa prodi keperawatan dalam olahraga memiliki gambaran dengan kriteria baik.
3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat pengetahuan kesehatan mahasiswa dengan partisipasi dalam olahraga.

B. Saran-saran

Saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penulis berharap kepada pengajar untuk selalu memberikan pengetahuan tentang kesehatan karena ini di rasa penting dan untuk selalu mengingatkan kepada mahasiswanya untuk rutin berolahraga.
2. Peneliti menyarankan kepada para pembaca khususnya pada mahasiswa untuk terus meningkatkan pengetahuan kesehatan mereka agar partisipasi dalam olahraga dapat sejalan dengan baik dan memiliki kesadaran yang tinggi akan pentingnya pengetahuan dan manfaat olahraga agar rutin berolahraga.
3. Kepada para peneliti selanjutnya penulis mengajurkan apabila akan melakukan penelitian sebaiknya mencari literatur-literatur yang beragam demi kelancaran penelitian serta menentukan permasalahan yang jelas.