

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan Pendidikan, Jasmani Olahraga dan Kesehatan terhadap perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba pada kelompok yang diberikan perlakuan berupa materi-materi perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba (Kelompok Eksperimen).
2. Tidak terdapat Pengaruh yang signifikan Pendidikan, Jasmani Olahraga dan Kesehatan terhadap perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba pada kelompok yang tidak diberikan perlakuan berupa materi-materi perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba (Kelompok kontrol).
3. Terdapat perbedaan skor yang signifikan antara Pendidikan, Jasmani Olahraga dan Kesehatan terhadap perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba pada kelompok eksperimen yang diberikan materi-materi dengan kelompok Kontrol yang tidak diberikan materi.

B. Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini, terdapat beberapa hal yang dapat direkomendasikan oleh peneliti, diantaranya :

1. Bagi guru mata pelajaran Pendidikan, Jasmani Olahraga dan Kesehatan, dapat memberikan materi-materi mengenai perilaku hidup sehat dan pencegahan

penyalahgunaan narkoba dengan sebaik-baiknya, agar siswa dapat mengetahui perilaku hidup sehat yang baik dan pencegahan penyalahgunaan narkoba, setelah mengetahui siswa harus mempunyai sikap yang positif terhadap hidup sehat dan narkoba, dan yang terakhir agar siswa benar-benar melakukan tindakan terhadap pengetahuan dan sikapnya.

2. Bagi siswa, dalam mengikuti mata pelajaran Pendidikan, Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya materi perilaku hidup sehat dan narkoba agar dapat dijadikan pengetahuan sehingga siswa termotivasi untuk melaksanakan pola hidup sehat dan mencegah penyalahgunaan narkoba.
3. Bagi pemegang kebijakan dalam ruang lingkup pendidikan, agar perlu diperhatikan bahwa penelitian ini dilaksanakan sebanyak 12 pertemuan secara intensif sehingga terdapat peningkatan pada perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba. Sedangkan yang sedang berjalan pada saat ini untuk tingkat SMA Kelas X sampai Kelas XII di silabus hanya 2 pertemuan untuk pola hidup sehat dan 1 pertemuan untuk pencegahan penyalahgunaan narkoba. Dengan data yang ada saya sebagai peneliti memberikan Tiga rekomendasi bagi para pemegang kebijakan pada ruang lingkup pendidikan, 1) Agar jam pertemuan yang membahas perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba agar ditambah minimal 12 pertemuan, 2) Agar pada setiap pertemuan PJOK dapat diberikan materi-materi mengenai perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba walaupun hanya beberapa menit, 3) Jika tidak bisa ditambah jam pertemuan dengan alasan materi yang sudah banyak sehingga tidak ada jam lebih, maka materi perilaku hidup sehat dan pencegahan penyalahgunaan narkoba ini sebaiknya dipisahkan dari Pendidikan, Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan dibuat mata pelajaran baru.

4. Bagi peneliti selanjutnya, Disarankan melakukan penelitian dengan treatment yang sama, maksudnya jumlah pertemuannya sama dengan yang ada pada silabus.