

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 :

1. Terdapat perbedaan aktivitas fisik siswa di daerah pesisir pantai dengan di daerah pegunungan di kabupaten subang”.
2. Terdapat perbedaan kebugaran jasmani siswa di daerah pesisir pantai dengan di daerah pegunungan di kabupaten subang”.

B. Saran

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh, selanjutnya peneliti mengajukan saran yang dapat digunakan sebagai pemahaman dan literatur tambahan:

1. Penelitian ini hanya terbatas pada gambaran hasil hubungan. Untuk itu peneliti merekomendasikan kepada peneliti berikutnya untuk dapat menghasilkan gambaran tentang perbandingan supaya dapat mengetahui secara detail kebugaran jasmani di daerah pesisir pantai atau pegunungan yang lebih bagus.
2. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini hanya anak-anak smp saja, oleh karena itu peneliti merekomendasikan untuk menggunakan sampel dengan tingkatan yang berbeda seperti anak-anak SMA dan Mahasiswa.