

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti, bahwa terdapat pengaruh aktivitas fisik terhadap kebugaran jasmani korban penyalahgunaan NAPZA di Balai Rehabilitasi Sosial Pamardi Putera Provinsi Jawa Barat.

1.2 Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan korban penyalahgunaan NAPZA dapat memelihara derajat sehat dinamis, melalui aktivitas fisik yang terukur dan terstruktur atau aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dan terprogram. Dengan melakukan aktivitas fisik akan memelihara derajat sehat dinamis yang merupakan gambaran dari kebugaran jasmani seseorang.

1.3 Rekomendasi

Terkait dengan kesimpulan dan implikasi yang telah diungkapkan oleh peneliti sebagai upaya untuk mengembangkan hasil penelitian ini, maka dari itu peneliti mengajukan saran sebagai berikut :

1. Diharapkan adanya pengembangan penelitian lebih lanjut terkait dengan kebugaran jasmani korban penyalahgunaan NAPZA di balai.
2. Diharapkan kepala balai membuat program aktivitas fisik yang terukur dan terprogram guna meningkatkan atau menjaga kebugaran jasmani korban penyalahgunaan NAPZA di balai.
3. Diharapkan kepala balai mengadakan penyuluhan guna timbul kesadaran diri klien untuk melakukan aktivitas fisik agar dapat menjaga derajat sehat dinamis.

Yudhi Dwi Nusantara, 2015

PENGARUH AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEBUGARAN JASMANI KORBAN PENYALAHGUNAAN NAPZA DI BALAI REHABILITASI SOSIAL PAMARDI PUTERA PROVINSI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Yudhi Dwi Nusantara, 2015

***PENGARUH AKTIVITAS DISIK TERHADAP KEBUGARAN JASMANI KORBAN PENYALHGUNAAN
NAPZA DI BALAI REHABILITAS SOSIAL PAMARDI PUTERA PROVINSI***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu