

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Simpulan pada penelitian ini adalah:

- 1) Berdasarkan hasil analisis data dan temuan penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi hambatan berolahraga dengan tingkat aktivitas fisik mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia pada masa pandemi coronavirus di Indonesia.

5.2 Implikasi dan Rekomendasi

Implikasi dan rekomendasi pada penelitian ini adalah:

5.1.1 Implikasi

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi untuk penelitian selanjutnya. Dan juga menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya. Selain itu diharapkan hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya dalam pembahasan persepsi hambatan berolahraga dan aktivitas fisik. Dalam penelitian ini masih jauh dari kata sempurna dan mesti perlu di kembangkan dengan sampel yang lain dan didalami lebih lanjut dengan melibatkan berbagai pihak yang bersangkutan. Serta dengan referensi atau rujukan yang lebih varian dan lebih abnyak lagi.

5.1.2 Rekomendasi

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya lebih meningkatkan kualitas penelitian. Serta menggunakan rujukan jurnal yang bervariasi, dan dengan kuantitas serta kualitas yang baik, sesuai dengan penelitian yang akan di teliti oleh peneliti selanjutnya.

Demikian simpulan, implikasi dan rekomendasi yang peneliti sampaikan setelah melakukann penelitian mengenai hubungan persepsi hambatan berolahraga dengan tingkat aktivitas fisik, semoga penelitian ini bermanfaat dan menjadi referensi untuk seluruh mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir.