

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari pengujian Pengaruh Virtual activity for physical activity terhadap aktivitas fisik mahasiswa di era pandemi covid-19 maka dapat disimpulkan bahwa: terdapat pengaruh/peningkatan yang signifikan terhadap peningkatan Aktivitas fisik selama masa pandemi covid-19.

5.2 Implikasi dan Rekomendasi

5.2.1 Implikasi

1. Diharapkan penelitian menjadi salah satu refferensi bagi akademisi atau masyarakat umum untuk meningkatkan penelitian tentang aktivitas fisik.
2. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi refferensi untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran dengan melakukan aktivitas fisik.

5.2.2 Rekomendasi

1. Pada penelitian selanjutnya, diharapkan untuk dapat mengambil ukuran sampel yang lebih banyak.
2. Sebaiknya untuk penelitian lebih lanjut, agar mencari referensi yang lebih banyak dan terbaru.

Demikian simpulan, implikasi dan rekomendasi dari penelitian ini yang berjudul Pengaruh virtual community for physical activity terhadap aktivitas fisik mahasiswa di era pandemi covid-19. Hasil penelitian yang telah dipaparkan oleh peneliti, diharapkan dapat bermanfaat bagi para Masyarakat yang peneliti khusunya.