

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa,

- 1 Terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa baru melalui jalur Jalur SBMPTN dengan Undangan FIK Unimed Tahun 2013”.
- 2 Tingkat kebugaran jasmani mahasiswa baru melalui jalur SBMPTN lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa jalur Undangan.
- 3 Tingkat kebugaran jasmani mahasiswa baru jalur SBMPTN jurusan IKOR lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa baru jurusan PKO.
- 4 Tingkat kebugaran jasmani mahasiswa Jalur SBMPTN baru jurusan IKOR lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa baru jurusan PJKR.
- 5 Tingkat kebugaran jasmani mahasiswa baru jalur SBMPTN jurusan PKO lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa baru jurusan PJKR.
- 6 Tidak terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa baru melalui jalur undangan jurusan IKOR dengan jurusan PKO.
- 7 Tingkat kabugaran jasmani mahasiswa baru jalur Undangan jurusan IKOR lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa baru jurusan PJKR.
- 8 Tingkat kebugaran jasmani mahasiswa baru jalur Undangan jurusan PKO lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa baru jurusan PJKR.

Begitu juga dengan hasil pelaksanaan tes kesehatan yang dilakukan bagi mahasiswa baru melalui jalur undangan dengan jalur SBMPTN FIK Unimed tahun 2013 bahwa keseluruhan mempunyai kesehatan normal.

Berdasarkan hasil pengukuran berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) bagi mahasiswa baru melalui jalur undangan yang memenuhi standart sebesar 80,76 % sedangkan yang memenuhi standart berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) mahasiswa baru melalui jalur SBMPTN sebesar 85,80%. Untuk mahasiswa baru melalui jalur undangan yang tidak memenuhi standart BB dan TB sebanyak 28,84% sedangkan mahasiswa baru melalui jalur SBMPTN sebanyak 17,90%.

## **B. Saran**

1. Diharapkan kepada pihak sekolah agar mengontrol aktivitas siswa agar siswa dapat berprestasi dan dapat meluangkan waktu untuk berolahraga agar dapat meningkatkan kebugaran jasmani sebagai pendukung kegiatan belajar seperti ekstrakurikuler karate, silat.
2. Kepada orang tua siswa agar mengontrol aktivitas siswa di luar sekolah serta mendorong agar melakukan aktivitas kegiatan olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa sesuai program sekolah.
3. Kepada pihak universitas diharapkan untuk tetap melakukan tes kebugaran jasmani kepada calon mahasiswa jalur undangan.

