

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Karakteristik responden pada penelitian ini sebagian besar berjenis kelamin laki-laki, siswa kelas V Sekolah Dasar dan berusia 10 tahun.
2. Pada siswa Sekolah Dasar kelas IV dan V di SD Negeri 13 Sungai Pisang memiliki Indeks Massa Tubuh baik.
3. Hasil tingkat kebugaran jasmani siswa kelas IV dan V di SD Negeri 13 Sungai Pisang sebagian besar termasuk kategori kurang.
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Indeks Massa Tubuh terhadap tingkat kebugaran jasmani.

7.2 Saran

1. Penelitian selanjutnya diharapkan bisa mencakup populasi penelitian yang lebih luas.
2. Pengontrolan berat badan dan upaya peningkatan tingkat kebugaran jasmani pada anak diperlukan untuk pencegahan terjadinya obesitas dan penyakit degeneratif saat usia dewasa.

