

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada perbedaan pemberian yoga anak terhadap konsentrasi belajar anak usia prasekolah pada kelompok eksperimen.
2. Tidak ada perbedaan tanpa pemberian yoga anak terhadap konsentrasi belajar anak usia prasekolah pada kelompok kontrol.
3. Pemberian perlakuan yoga anak (kelompok eksperimen) lebih efektif untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada anak usia prasekolah dibandingkan dengan tanpa pemberian perlakuan yoga (kelompok kontrol) dengan *p-value* 0,002.

B. Saran

1. Orang Tua

Orang tua dapat mengikuti yoga anak supaya dapat menerapkan yoga kepada anaknya untuk mengatasi kurangnya konsentrasi belajar

2. Guru

Diharapkan guru dapat menerapkan pada siswa tentang yoga anak supaya dapat membantu siswa dalam berkonsentrasi di ruang kelas

3. Institusi Pendidikan

Agar bisa menerapkan yoga anak untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada anak usia prasekolah

4. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan agar dapat melanjutkan penelitian selanjutnya tentang yoga anak untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada anak usia prasekolah.