

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

1. kecerdasan emosional anak sebelum diberikan terapi yoga sebanyak 9 responden (60.0%) paling dominan menunjukkan tingkat kecerdasan emosional rendah dan sesudah diberikan terapi yoga sebanyak 8 responden (53.3%) paling dominan menunjukkan tingkan kecerdasan emosional tinggi. Dari hasil *uji wilcoxon* di peroleh nilai ( $0.01 < 0,05$ ) artinya ada pengaruh terapi yoga dalam meningkatkan kecerdasan emosional anak prasekolah sebelum dan sesudah diberi terapi pada kelompok eksperimen.
2. kecerdasan emosional anak sebelum diberikan terapi yoga sebanyak 14 responden (93.3%) paling dominan menunjukkan tingkat kecerdasan emosional rendah dan sesudah diberikan terapi yoga sebanyak 14 responden (93.3%) palin dominan menunjukkan tingkat kecerdasan emosional anak rendah sesudah di berikan terapi yoga pada kelompok kontrol. Dari hasil *uji wilcoxon* di peroleh nilai ( $1.000 > 0,05$ ) artinya tidak ada pengaruh terapi yoga dalam meningkatkan kecerdasan emosional anak prasekolah sebelum dan sesudah diberi terapi pada kelompok kontrol.
3. Dari hasil uji *Mann Whitney* hasil nilai  $0.117 > 0.05$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa  $H_o$  diterima dan  $H_a$  ditolak artinya Tidak ada perbedaan

pengaruh yoga anak dalam meningkatkan kecerdasan emosional anak pada kelompok eksperimen dan kontrol sebelum diberikan terapi yoga.

4. Dari hasil *uji Mann Whitney* hasil nilai  $0.000 < 0.05$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa  $H_o$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya ada perbedaan pengaruh yoga anak dalam meningkatkan kecerdasan emosional anak pada kelompok eksperimen dan kontrol.

## **B. Saran**

1. Bagi Keluarga

Orang tua hendak menyempatkan mengajarkan yoga kepada anaknya agar kecerdasan anak dapat berkembang dengan baik.

2. Institusi tempat penelitian

Tingkatkan pengajaran tentang belajar dan gerakan yoga untuk meningkatkan kecerdasan emosional anak prasekolah, dan diharapkan tenaga pendidik memberitahukan dan mengajarkan kepada orang tua.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya melalui jumlah responden yang lebih besar dan jumlah variabel.