

## **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 anak (kelompok kontrol) dengan *p-value* 0.000.

#### **B. Saran**

1. Orang Tua

Diharapkan dapat mempraktikkan dirumah kepada anaknya tentang yoga anak supaya bisa konsentrasi dalam belajar.

2. Guru

Diharapkan guru dapat menerapkan pada siswa tentang yoga anak supaya dapat membantu siswa dalam berkonsentrasi diruang kelas.

3. Institusi Pendidikan

Agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai sarana untuk mengedukasi peserta didik memahami tentang yoga anak untuk meningkatkan konsentrasi belajar.

#### 4. Peneliti Selanjutnya

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