

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis dan pembahasan penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Konsentrasi siswa kelas VIII Smp Terpadu Al-Farabi Deli Serdang sebelum penerapan Brain gym menunjukkan hasil bahwa siswa belum mampu berkonsentrasi dengan baik.
2. Konsentrasi siswa kelas VIII Smp Terpadu Al-Farabi Deli Serdang setelah penerapan Brain gym menunjukkan hasil bahwa siswa telah mampu berkonsentrasi dengan baik sebanyak 17 siswa (85%)
3. Ada pengaruh penerapan brain gym dalam meningkatkan konsentrasi siswa dengan probabilitas ($P < 0,05$).

5.2. Saran

Sebagai kelanjutan dari adanya kesimpulan yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan maka peneliti menyarankan :

1. Bagi Kepala Sekolah, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan pengambilan keputusan dalam menentukan kebijakan kegiatan belajar mengajar.
2. Bagi Guru, hasil penelitian ini diharapkan guru dapat mengaplikasikan Brain gym tersebut.