

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Olahraga permainan yang diberikan dengan durasi 30 menit 5 kali perminggu selama 7 minggu secara rutin, meningkatkan skor IQ yang setara dengan kelompok yang melakukan aktivitas fisik secara bebas ($p=0,213$).
2. Tidak terdapat peningkatan skor IQ secara bermakna pada kelompok yang diberi intervensi Olahraga Permainan.

B. Saran

1. Keberhasilan olahraga dapat diukur dengan indeks kebugaran jasmani anak
2. Penelitian membutuhkan waktu lebih lama untuk terlihat adanya perubahan skor IQ pada anak.