

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan, diolah, dan dianalisis sebagai mana yang telah dijelaskan, terdapat perbedaan yang signifikan antara fungsi kognisi yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga futsal, taekwondo, basket, softball, dan voli di SMA Negeri 4 Cimahi

B. Implikasi dan Rekomendasi

1. Setelah melalui rangkaian penelitian ini ditemukan bahwa ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 4 Cimahi terdapat perbedaan fungsi kognisi. Ekstrakurikuler olahraga yang melakukan latihan dengan jadwal yang lebih sering memiliki fungsi kognisi yang tinggi dari pada siswa ekstrakurikuler yang lain, dengan demikian sebaiknya frekuensi latihan ekstrakurikuler lebih di perbanyak.
2. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai fungsi kognisi dengan melibatkan lebih banyak sampel.
3. Dapat melakukan penelitian tentang ekstrakurikuler olahraga ataupun juga mengenai fungsi kognisi pada siswa secara lebih mendalam, atau dikaitkan dengan variabel-variabel yang lain.
4. Bagi rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian, mengenai kegiatan ekstrakurikuler olahraga ataupun aktivitas fisik lainnya, ataupun fungsi kognisi pada siswa baik di tingkat SD, SMP, atau juga SMA. Penulis merekomendasikan atau menyarankan, karena penelitian mengenai pendekatan saintifik masih jarang dan belum banyak yang meneliti.