

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Peningkatan kewaspadaan setelah bermain *rhythm game* selama 30 menit lebih tinggi dibandingkan dengan tidak bermain *rhythm game*.
2. Peningkatan kewaspadaan setelah bermain *rhythm game* selama 60 menit tidak berbeda bila dibandingkan dengan tidak bermain *rhythm game*.
3. Terdapat perbedaan peningkatan kewaspadaan antara bermain *rhythm game* selama 30 menit dengan bermain *rhythm game* selama 60 menit.
4. Peningkatan ketelitian setelah bermain *rhythm game* selama 30 menit lebih tinggi dibandingkan dengan tidak bermain *rhythm game*.
5. Peningkatan ketelitian setelah bermain *rhythm game* selama 60 menit tidak berbeda bila dibandingkan dengan tidak bermain *rhythm game*.
6. Terdapat perbedaan peningkatan ketelitian antara bermain *rhythm game* selama 30 menit dengan bermain *rhythm game* selama 60 menit.

5.2 Saran

1. Disarankan untuk bermain *rhythm game* dengan durasi 30 menit terutama bila melakukan aktivitas yang membutuhkan kewaspadaan dan ketelitian yang tinggi.
2. Dapat dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai efek bermain *rhythm game* terhadap waktu reaksi.
3. Dapat dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai efek bermain *rhythm game* terhadap atensi.