

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

- Mengepalkan tangan kanan saat *encoding* dan mengepalkan tangan kiri saat *recall* meningkatkan memori jangka pendek.

5.2. Saran

- Untuk pelajar dan mahasiswa dapat dibiasakan mengepalkan tangan kanan saat *encoding* pada waktu belajar dan mengepalkan tangan kiri saat *recall* agar memori jangka pendek meningkat.
- Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan metode yang lebih canggih, subjek penelitian pria, dan dengan usia berbeda.