

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan nilai awal yang setara sebelum intervensi neurofeedback pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, sehingga kedua kelompok berada pada titik awal yang sebanding sebelum diberikan perlakuan. Setelah menerima intervensi terjadi perubahan pada kelompok intervensi menunjukkan penurunan nilai mean gelombang P300 pada Fz yang lebih dibandingkan dengan kelompok kontrol yang menandakan neurofeedback efektif membantu proses stimulus otak yang lebih cepat dan efisien, sehingga mengindikasikan peningkatan fungsi eksekutif.

5.2 Saran

a. Universitas

Universitas dapat memperluas dukungan terhadap riset neurofeedback dengan menyediakan fasilitas laboratorium neurofisiologi yang lengkap serta memperkuat kurikulum terkait regulasi otak, psikofisiologi, dan neurosains terapan. Institusi juga perlu mendorong kolaborasi antar program studi, sehingga penelitian tentang neurofeedback dapat dilakukan secara multidisipliner dan menghasilkan protokol intervensi yang lebih kuat.

b. Mahasiswa

Mahasiswa yang berminat meneliti neurofeedback disarankan memperdalam pemahaman mengenai dasar-dasar EEG, ERP, dan analisis

komponen P300. Mahasiswa juga perlu memperhatikan aspek desain penelitian yang dilakukan memiliki validitas yang baik.

c. Peneliti

Peneliti diharapkan untuk merancang studi lanjutan dengan jumlah sesi neurofeedback yang lebih banyak dan ukuran sampel yang lebih besar untuk meningkatkan kekuatan statistik.