

**PEMBERIAN *BRAIN GYM* DAN *ICE BREAKING*
UNTUK MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA
SEKOLAH DASAR**

Afifah Mujahidah, Dita Mirawati

afifahqiu5@gmail.com

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang: Konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian pada pembelajaran. Konsentrasi berkaitan erat dengan kemampuan kerja brain. Kinerja brain secara maksimal mampu meningkatkan konsentrasi. *Brain Gym* atau senam otak merupakan salah satu metode untuk melatih konsentrasi belajar pada siswa. *Brain Gym* atau senam otak itu sendiri merupakan gerakan yang dilakukan dengan cara menstimulasi gelombang otak melalui gerakan-gerakan ringan dengan melibatkan gerakan tangan dan kaki. Pembelajaran yang diselingi *ice breaking* ini memberikan semangat peserta didik untuk mengikuti pembelajaran. *Ice breaking* adalah suatu permainan atau kegiatan yang berfungsi untuk mengubah suasana kebekuan dalam kelompok. Ada beberapa jenis *ice breaking* dalam proses pembelajaran yaitu berteriak, bertepuk tangan, lagu, latihan, humor, permainan, cerita, sulap dan audiovisual. **Tujuan:** meningkatkan pengetahuan terutama bagi fisioterapis dan siswa tentang penerapan *brain gym* dan *ice breaking* untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa. **Metode:** media KIE yang dipilih yaitu video. Video dipilih sebagai media KIE karena memiliki beberapa keunggulan. **Hasil:** media video yang berjudul “Pemberian *Brain Gym* dan *Ice Breaking* untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar”. **Kesimpulan:** video yang berjudul “Pemberian *Brain Gym* dan *Ice Breaking* untuk meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar” dipilih sebagai media promosi kesehatan dengan sasaran fisioterapis, mahasiswa fisioterapi, dan siswa madrasah.

Kata Kunci: Konsentrasi Belajar, *Brain Gym*, *Ice Breaking*