

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk mengembangkan kemampuan dan mencerdaskan kehidupan bangsa serta mewujudkan cita-cita bangsa. Keberhasilan suatu proses belajar dipengaruhi oleh kemampuan individu memusatkan perhatian terhadap objek yang sedang di pelajari. Berhasil atau tidaknya suatu yang ditetapkan dalam pembelajaran bergantung dari proses pelaksanaan pembelajaran itu sendiri (Astuti *et al*, 2018).

Terdapat dua indikator yang dapat dijadikan sebagai tolak ukur keberhasilan suatu proses pembelajaran yaitu daya serap terhadap mata pelajaran dan tingkah laku peserta didik (Asmani, 2013). Adapun salah satu faktor yang mempengaruhi rendahnya daya serap peserta didik adalah konsentrasi (Idrus, 2018).

Masalah terbesar yang dialami anak selama pembelajaran adalah kurang konsentrasi. Hasil survey yang didapatkan 73% anak sekolah dasar merasa kurang berkonsentrasi (UNICEF, (2020). Skala Internasional hasil studi *IEA (International Association for the Evaluation of Education Achievement)* memberikan hasil bahwa konsentrasi dan keterampilan membaca siswa kelas IV SD di Indonesia berada pada tingkat terendah. Rata-rata untuk skor tes membaca untuk siswa SD: 74,55% (Hongkong), 74,0% (Singapura), 61,1% (Thailand), 52,6% (Filipina), 51,7% (Indonesia). Berdasarkan BPS (Badan Pusat Statistik) Tahun 2021, mengenai pendidikan di Indonesia, kategori angka mengulang atau di tinggal SD/Sederajat menunjukkan bahwa Jawa Tengah memiliki presentase 4,64% sedikit dibawah presentase Indonesia. Anak-anak indonesia hanya mampu menguasai 30% dari materi bacaan dan sulit menjawab soal-soal berbentuk uraian yang memerlukan penalaran (Megawati *et al*, 2017).

Penurunan konsentrasi pada anak kebanyakan terjadi pada usia 10-13 tahun yang biasanya duduk dikelas IV-VI SD. Dimana pada masa itu timbul beberapa masalah, terutama pada anak kelas V SD yang cenderung mengalami

penurunan konsentrasi, hal itu disebabkan oleh meningkatnya tingkat kesukaran pelajaran yang mereka terima berkaitan dengan pelajaran yang akan menjadi materi dalam Ujian Nasional (Naufal, 2016).

Salah satu faktor yang dapat membawa keberhasilan anak dalam mencapai tujuan pembelajarannya adalah dengan konsentrasi yang baik. Dengan berkonsentrasi, maka segala hal yang telah diterima dapat terekam sebaik-baiknya di dalam memori otak dan selanjutnya dengan mudah dapat dikeluarkan pada saat-saat dibutuhkan. (Ikbal *et al*, 2017).

Salah satu penyebab menurunnya konsentrasi pada anak adalah terlalu lama duduk dengan satu posisi. Anak merasa tegang karena pada saat proses pembelajaran sehingga ketegangan tersebut mengakibatkan kurangnya asupan energi ke otak dapat dilihat ketika anak mudah mengalami kebosanan dan mudah merasa mengantuk ketika guru sedang menerangkan pelajaran. Perhatian anak akan meningkat pada 15-20 menit pertama dan kemudian akan menurun pada 15-20 menit kedua. Jika daya konsentrasi mengalami penurunan, maka akan mengalami hambatan dalam menerima materi selama kegiatan pembelajaran berlangsung (Prasanti, 2015).

Akan tetapi hal tersebut dapat dicegah dengan memperbanyak aktifitas gerak dan pemikiran yang melibatkan otak bagian kanan dan otak bagian kiri. Fenomena yang terjadi di lapangan diketahui bahwa penurunan konsentrasi pada anak belum mendapatkan penanganan yang maksimal. Dalam hal ini tentunya diperlukan suatu metode yang menyenangkan yang membuat anak rileks dalam belajar. Upaya untuk mengaktifkan semua dimensi otak bisa dilakukan dengan Senam Otak atau *Brain Gym* (Maunaturrohmah, 2017). *Brain gym* merupakan kumpulan gerakan sederhana yang bertujuan menghubungkan atau menyatukan akal dan tubuh. *Brain gym* tidak saja akan memperlancar aliran darah dan oksigen ke otak, tetapi juga gerakan-gerakan yang bisa merangsang kerja otak dan berfungsi otak secara optimal (Surutan, 2020; Panzilion *et al*, 2020).

Terdapat beberapa metode yang dapat meningkatkan konsentrasi salah satunya adalah dengan *ice breaking* (pemecah suasana menjadi santai dan rileks). Tetapi pada teknik *ice breaking* ini diperlukan penerapan yang harus

disesuaikan dengan kondisi tempat masing-masing, menghabiskan banyak waktu apabila konselor tidak dapat mengatur waktunya dengan baik dan membutuhkan kreativitas yang tinggi untuk konselor dalam menciptakan dan melaksanakan *ice breaking*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode *brain gym* dikarenakan *brain gym* telah diakui sebagai salah satu teknik belajar yang paling baik oleh “*National Learning Foundation USA*” karena *brain gym* ini memberikan beberapa keuntungan yaitu : (1) Memungkinkan belajar yang nyaman tanpa stress, (2) Dilakukan dalam waktu yang singkat kurang dari 5 menit, (3) Bisa dilakukan dimana saja tanpa memerlukan bahan atau tempat yang khusus, (4) Dapat dilakukan dalam situasi belajar atau kehidupan sehari-hari, (5) Meningkatkan kepercayaan diri, (6) Menunjukkan hasil dengan segera, (7) Sangat efektif dalam penanganan seorang yang mengalami hambatan dan stress belajar, (8) Memandirikan seorang dalam belajar dan mengaktifkan seluruh potensi dan keterampilan yang dimiliki oleh seseorang (Damayanti *et,al* 2020).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan menunjukkan bahwa SD Negeri Kerten II Surakarta merupakan sekolah yang memiliki jumlah peminat paling sedikit dibanding dengan SD lain. Hal ini dikarenakan minimnya fasilitas yang dimiliki oleh SD Negeri Kerten II Surakarta seperti belum memiliki akses internet, sehingga kalah bersaing dan kalah populer dengan SD yang lain. Salah satu strategi yang dilakukan untuk menarik minat bersekolah di SD Negeri Kerten II Surakarta adalah dengan menambah *ekstrakurikuler*. Mulai dari pramuka, baca tulis Al-Qur’an, tari tradisional dan lain-lain. Dengan menambahkan metode baru yaitu *brain gym* untuk konsentrasi harapan peneliti anak akan mendapatkan pengalaman baru dan konsentrasi yang baik sehingga kedepannya SD Negeri Kerten II Surakarta mampu mencetak prestasi dan mampu bersaing dengan SD lain serta dapat membuat daya tarik untuk bersekolah di SD Negeri Kerten II Surakarta.

Berikut tabel daya tampung dan diterima dari beberapa sekolah SD di Surakarta :

Tabel 1.1 Data Daya Tampung Dan Diterima

No	Sekolah	Daya Tampung				Diterima			
		Inklusi	Afirmasi	Zonasi Perpindahan	Jml	Inklusi	Afirmasi	Zonasi Perpindahan	Jml
1.	SD Negeri Yosodipuro No.104	1	27	1	28	1	9	0	10
2.	SD Negeri Tegal Ayu	2	25	1	28	2	5	0	7
3.	<u>SD Negeri Kerten II Surakarta</u>	0	27	1	28	0	0	0	0
4.	SD Negeri Sriwedari No.197	1	26	1	28	1	0	0	1
5.	SD Negeri Pajang II	0	27	1	28	0	10	0	10
6.	SD Negeri Kartodipuran	0	27	1	28	0	2	0	2
7.	SD Negeri Ketelan No.12	0	27	1	28	0	2	0	2

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada juni 2022 dengan guru di SD Negeri Kerten II Surakarta yaitu guru yang mengajar dikelas 4,5 dan 6 mengungkapkan bahwa masih ada anak yang mengalami gangguan konsentrasi pada saat proses pembelajaran ditandai dengan anak yang sering mengantuk, tidak memperhatikan saat kegiatan belajar berlangsung dan sering mengobrol sesama teman sehingga menyebabkan ketidakfokusan pada saat pembelajaran. Salah satu guru juga menyatakan bahwa belum mengenal dan belum pernah dilakukan penelitian mengenai senam otak (*brain gym*) di SD Negeri Kerten II Surakarta sebelumnya.

Beberapa hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata tingkat konsentrasi sesudah dilakukan *brain gym* sebesar

7,01 dengan standar deviasinya adalah 1,291. Analisis bivariat menunjukkan bahwa peningkatan rata-rata sebesar 7,09 dibuktikan dengan $p\ value\ 0,001 < 0,05$ (Heni,2021). Lebih lanjut hasil penelitian Fajriani menunjukkan H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya terdapat pengaruh positif dan signifikan antara senam otak dengan konsentrasi (Fajriani,2020).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Pengaruh Senam Otak (*Brain Gym*) Terhadap Konsetrasi Pada Anak” di SD Negeri Kerten II Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada Pengaruh Senam Otak (*brian gym*) Terhadap Konsetrasi Pada Anak di SD Negeri Kerten II Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui Pengaruh Senam Otak (*brian gym*) Terhadap Konsentrasi Pada Anak.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi konsentrasi anak sebelum diberikan *brain gym*.
- b. Mengidentifikasi konsentrasi anak setelah diberikan *brain gym*.
- c. Menganalisis pengaruh senam otak (*brain gym*) terhadap konsentrasi pada anak.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain :

1. Bagi Guru

Dapat menjadi sumber informasi dalam upaya meningkatkan konsentrasi dengan metode *brain gym*.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini sebagai referensi untuk mengambil tindakan yang berkaitan dengan konsentrasi pada anak.

3. Bagi Institusi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Dapat menjadi sumber informasi untuk mendukung konsentrasi anak dengan cara memodifikasi metode pembelajaran dengan metode *brain gym*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi dan literatur dalam pelaksanaan penelitian dimasa yang akan datang.

E. Keaslian Penelitian

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Heni dan Nurlika 2021 dengan judul “Tingkat Konsentrasi Belajar Anak Pada Siswa Kelas IV SD Melalui *Brain Gym* (Senam Otak)” Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental design* dengan menggunakan *one group pre-test and post-test design*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat konsentrasi belajar pada siswa kelas IV SD sebelum dilakukan *brain gym* sebesar 6,18 dengan standar deviasinya adalah 1,632. Sedangkan, rata-rata tingkat konsentrasi belajar pada siswa kelas IV SD sesudah dilakukan *brain gym* sebesar 7,01 dengan Standar deviasinya adalah 1,291. Analisis bivariat menunjukkan bahwa peningkatan rata-rata sebesar 7,09 dibuktikan dengan p value $0,001 < 0,05$. Simpulan, *brain gym* berpengaruh terhadap tingkat konsentrasi belajar anak pada siswa kelas IV SD di SDN Cimalaka II Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang.

Persamaan : Variabel

Perbedaan : Metode penelitian, responden dan tempat penelitian

2. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Arianti *et al.*,2021 dengan judul penelitian “Penggunaan Terapi Senam Otak Pada Anak Dengan Masalah Penurunan Konsentrasi Belajar di Desa Rawajitu Selatan” dengan metode penelitian Kuantitatif. Pelaksanaan pemberian terapi senam otak dilaksanakan pada tanggal 02 Mei 2020 s/d 13 Mei 2020. Penelitian dilakukan selama 12 hari, setelah dilakukan pemberian terapi selama 12 hari didapatkan peningkatan konsentrasi belajar.

Persamaan : Variabel

Perbedaan : Tempat penelitian, jumlah sampel

3. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Wahyu Megawati *et al.*, 2017 dengan judul penelitian “Pengaruh Senam Otak (Brain Gym) Terhadap Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Kelas IV SDN Wonoayu Kecamatan Pilangkenceng Kabupaten Madiun Jawa Timur” Desain Penelitian ini dengan menggunakan *one grup pre dan post test design*. Subyek yang diteliti pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV di SDN Wonoayu yang berjumlah 27 siswa. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner berupa *pretest* dan *posttest* yang diberikan kepada siswa. Data hasil belajar siswa diperoleh dari nilai *pretest* dan *posttest* dan dianalisa menggunakan uji *wilcoxon* $\alpha < 0,05$. Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil sebelum dilakukan senam otak sebagian besar responden 14 (52%) dengan kategori sedang setelah dilakukan senam otak diperoleh hasil sebagian besar responden 15 (56%) dengan kategori sedang, Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* diperoleh hasil sebesar $0,00 < 0,05$ yang berarti H_1 diterima sehingga ada pengaruh senam otak *brain gym* terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa kelas IV SDN Wonoayu Kecamatan Pilangkenceng Kabupaten Madiun Jawa Timur.

Persamaan : Variabel, metode penelitian

Perbedaan : Responden, tempat penelitian, jumlah sampel

4. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sarianti 2019 dengan judul penelitian “Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Peningkatan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas IV di SDN Mojolangu 02” metode yang digunakan adalah *Quasi Experiment Design* yaitu dengan *The One Group Pretest-Posttest*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 37 siswa SDN Mojolangu 02, yang diambil dengan teknik *Nonprobability Sampling* yaitu *Total Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Test Army Alpha*. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai Z sebesar -5,332 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 berarti nilai signifikansi $< 0,05$ dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat konsentrasi belajar siswa kelas IV sebelum dilakukan *Brain Gym* dengan setelah dilakukan *Brain Gym*. Dalam penelitian ini *Brain Gym* dilakukan selama 5

kali pertemuan dan selama 1 hari pertemuan dilakukan 1 kali *Brain Gym* durasi dilakukan *Brain Gym* adalah 15 menit.

Persamaan : Variabel, metode penelitian

Perbedaan : Jumlah sampel, Instrumen dan tempat penelitian