

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan disajikan mengenai hasil penelitian dan pembahasan yang meliputi data umum dan data khusus. Data umum meliputi gambaran umum lokasi penelitian dan karakteristik demografi responden. Sedangkan data khusus meliputi data konsentrasi belajar siswa sebelum dan dilakukan senam otak.

4.1 Data Umum

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

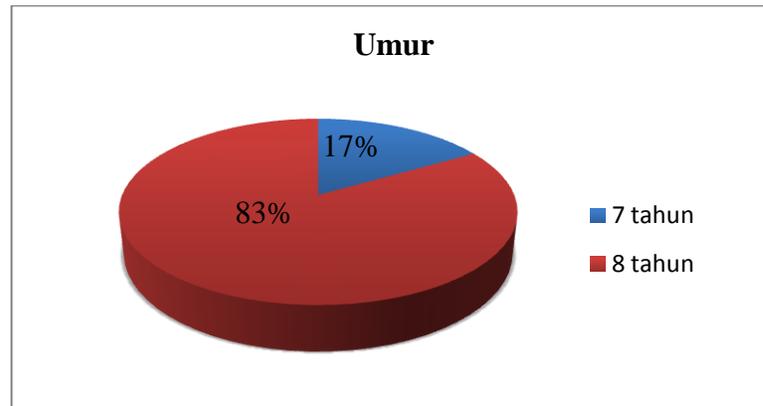
Penelitian dilakukan di SD. Angkasa Kenjeran, Surabaya No NPSN : 20531942 No NSS/NIS : 104056018024. Gedung sekolah terletak di Jalan Kolonel Sukardi III Komplek AU, Kelurahan Sukolilo Baru, Kecamatan Bulak, Kota Surabaya, Provinsi Jawa Timur. Sekolah ini didirikan pada tahun 1969 Jumlah tenaga pengajar sebanyak 17 orang yang terdiri atas guru kelas 6 orang, guru bidang studi 7 orang, dan guru ekstrakurikuler sebanyak 4 orang. Jumlah kelas yang terdapat di sekolah dasar ini adalah 6 kelas dengan jumlah siswa keseluruhan sebanyak 321. Adapun ruang belajar yang ada di sekolah ini sebanyak 6 ruangan dengan waktu belajar pagi. Fasilitas lain yang dimiliki sekolah dasar ini adalah ruang kepala sekolah, ruang guru, UKS, perpustakaan, lab komputer, kantin sekolah, dan lapangan upacara.

Kegiatan yang berlangsung di SD ini digolongkan menjadi kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan belajar rutin yang telah tersusun, sedangkan kegiatan ekstrakurikuler meliputi kegiatan kepramukaan.

4.1.2 Karakteristik Demografi Responden

4.1.2.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Gambar 4.1 Diagram Pie, Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas di SD. Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya.

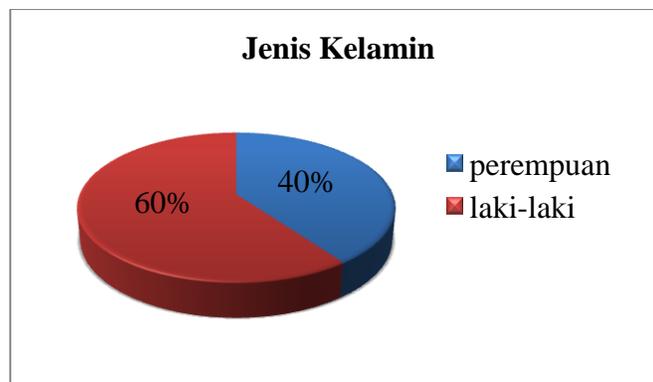


Sumber : SD. Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya, 2016

Berdasarkan gambar 4.1 menunjukkan bahwa lebih dari setengah dari responden berumur 8 tahun sebanyak 25 orang (83%), sedangkan sebagian kecil responden berumur 7 tahun sebanyak 5 orang (17%) dari 30 responden.

4.1.2.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Gambar 4.2 Diagram Pie, Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SD. Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya.

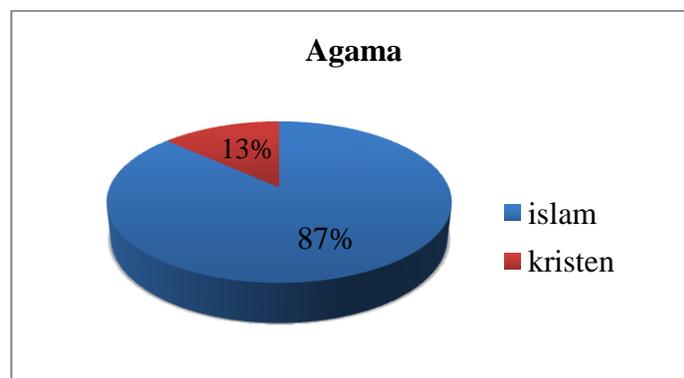


Sumber: SD. Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya, 2016

Berdasarkan gambar 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar distribusi responden berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 12 anak (40%) sedangkan hampir setengahnya adalah laki-laki sebanyak 18 anak (60%) dari 30 responden.

4.1.2.3 Distribusi Responden Berdasarkan Agama

Gambar 4.3 Diagram Pie, Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Agama di SD. Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya.



Sumber : SD. Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya, 2016

Berdasarkan gambar 4.3 menunjukkan bahwa lebih dari setengah dari responden beragama Islam sebanyak 26 orang (87%), sedangkan yang beragama Kristen sebanyak 4 orang (13%) dari 30 responden.

4.1.3 Data Khusus

1. Tingkat Konsentrasi Belajar sebelum dilakukan Senam Otak (*Brain Gym*) pada anak usia sekolah

Tabel 4.1 Karakteristik Konsentrasi Belajar sebelum dilakukan Senam Otak (*Brain Gym*) pada anak usia sekolah di SD. Angkasa Kecamatan Bulak Kota Surabaya pada tanggal 2016 sampai

Konsentrasi Belajar	Frekuensi	Persentase%
Baik	8	27%
Cukup	15	50%
Kurang	7	23%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian konsentrasi belajar responden sebelum dilakukan senam otak sebagian besar tergolong cukup yaitu sebanyak 15 responden (50%) dan sebagian kecil tergolong kurang yaitu sebanyak 7 responden (23%) dan sebanyak 8 responden (27%) tergolong mempunyai konsentrasi baik dari 30 responden.

4.1.3.2 Konsentrasi Belajar Siswa Sesudah Dilakukan Senam Otak

2. Tingkat Konsentrasi Belajar sesudah dilakukan Senam Otak (*Brain Gym*) pada anak usia sekolah

Tabel 4.2 Karakteristik Konsentrasi Belajar sesudah dilakukan Senam Otak (*Brain Gym*) pada anak usia sekolah di SD. Angkasa Kecamatan Bulak Kota Surabaya pada tanggal 2016 sampai

Konsentrasi Belajar	Frekuensi	Persentase%
Baik	20	67%
Cukup	8	27%
Kurang	2	6%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian konsentrasi belajar responden sesudah dilakukan senam otak lebih dari separuh tergolong konsentrasi belajar baik yaitu sebanyak 20 responden (67%) sebagian kecil tergolong konsentrasi cukup yaitu sebanyak 8 responden (27%) dan yang tergolong konsentrasi belajar kurang sebanyak 2 responden (6%) dari 30 responden.

4.1.3.3 Pengaruh Senam Otak (*Brain Gym*) Terhadap Konsentrasi Belajar

Tabel 4.3 Distribusi Konsentrasi Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Dilakukan Senam Otak (*Brain Gym*) di SD.Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya.

Konsentrasi Belajar	Pre Test		Post Test	
	N	%	N	%
Baik	8	27%	20	67%
Cukup	15	50%	8	27%
Kurang	7	23%	2	7%
Jumlah	30	100%	30	100%

$\rho = 0,000 < \alpha = 0,05$
Wilcoxon Signed Rank Test

Sumber : SD. Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya pada tanggal... 2016

Berdasarkan uji statistik *Wicoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan konsentrasi belajar sebelum dan sesudah diberikan intervensi senam otak menunjukan hasil dengan signifikansi $\rho=0,000$ dengan derajat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya ada pengaruh senam otak (*brain gym*) terhadap motivasi belajar siswa di SD.Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Konsentrasi Belajar Siswa di SD.Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya Sebelum Dilakukan Senam Otak (*Brain Gym*)

Berdasarkan hasil penelitian *pre-test* tabel 4.1 menunjukkan bahwa hasil penelitian konsentrasi belajar responden sebelum diberikan intervensi senam otak (*brain gym*) memiliki konsentrasi belajar yang tergolong cukup dari 30 responden terdapat 15 responden (50%). Dan yang tergolong kurang dari 30 responden terdapat 7 responden (23%). Mereka banyak yang lebih suka berbicara sendiri, perhatian menyebar, dan kurangnya pemusatan pikiran dan perhatian.

Hal itu disebabkan karena mereka merasa bosan dengan proses pembelajaran di dalam kelas, yang dominan lebih banyak dilakukan saat mereka memasuki usia sekolah (7 tahun - 8 tahun) dibandingkan saat berada di sekolah taman kanak-kanak pada usia pra sekolah (4 tahun – 6 tahun) itu menyebabkan kurangnya perhatian dan pemusatan anak sehingga berpengaruh terhadap konsentrasi belajar. Konsentrasi. Salah satu faktor yang dipercaya dapat membawa keberhasilan anak didik dalam mencapai tujuan pembelajarannya adalah konsentrasi yang baik. Dengan berkonsentrasi, maka segala hal dapat terekam sebaik-baiknya di dalam memori otak dan selanjutnya dengan mudah dapat dikeluarkan pada saat-saat dibutuhkan.

Ketika seseorang sedang berkonsentrasi, objek yang difokuskan hanya objek yang menjadi target utama konsentrasi, tidak memperdulikan objek lain, sehingga informasi yang diperoleh hanyalah informasi yang telah dipilih. Fokus yang ditajamkan dapat meningkatkan kemungkinan seseorang menyerap dan memahami informasi yang dipilih. (Mierke Scholz, 2006).

Hal yang sama juga disampaikan oleh Djamarah (2008) yang mengungkapkan bahwa konsentrasi adalah pemusatan fungsi jiwa terhadap suatu objek seperti konsentrasi pikiran, perhatian dan sebagainya. Dalam belajar dibutuhkan konsentrasi dalam bentuk perhatian yang terpusat pada suatu pelajaran. Orang yang memiliki konsentrasi belajar yang kurang akan berusaha sangat keras yang mengakibatkan stress di otak melemah dan bagian-bagian otak tertentu akan mengalami penurunan fungsi. Sehingga informasi yang diterima di otak belakang sulit di ekspresikan.

Menurut Prasanti (2007) di dalam penelitian Murliana Mustika Sari S.A (2013) otak anak usia 7-8 tahun besarnya dua per tiga otak orang dewasa, dan memiliki banyak sambungan antar neuron, jika tidak digunakan saat itu enzim tertentu dilepaskan dan melarutkan semua jalur atau “urat” yang tidak termeilnasi dengan baik. Jalur ini memungkinkan kemampuan otak kiri dan otak kanan untuk saling mempengaruhi, buruknya perkembangan jembatan ini mempengaruhi komunikasi tidak efektif antara belahan otak kanan dan kiri. Diduga inilah penyebab timbulnya kesulitan perhatian dan belajar pada anak.

Berdasarkan data hasil observasi yang saya temukan dilapangan, responden yang mempunyai konsentrasi belajar yang kurang sebelum diberikan intervensi senam otak disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif, suasana yang ramai diakibatkan karena perasaan jenuh. Beban pelajaran yang ditanggung oleh siswa, apalagi mereka harus mengikuti kegiatan belajar tambahan sehingga siswa merasa lelah dan hal itu tentu saja dapat mengganggu konsentrasi belajar mereka. Selain itu suasana yang ramai tentu saja dapat mengganggu siswa yang ingin belajar dalam situasi yang tenang.

4.2.2 Konsentrasi Belajar Siswa di SD.Angkasa II Kecamatan Bulak Kota Surabaya Sesudah Dilakukan Senam Otak (*Brain Gym*)

Berdasarkan hasil penelitian *post-test* tabel 4.2 menunjukkan bahwa hasil penelitian konsentrasi belajar responden sesudah dilakukan senam otak (*brain gym*) lebih dari separuh tergolong konsentrasi belajar baik yaitu sebanyak 20 responden (67%) sebagian kecil tergolong konsentrasi cukup yaitu sebanyak 8 responden (27%) dan yang tergolong konsentrasi belajar kurang sebanyak 2 responden (6%) dari 30 responden.

Pernyataan yang disampaikan oleh Paul E Dennison dan Gail Dennison (2007) bahwa individu dari berbagai usia menggunakan program belajar yang dikenal *Brain Gym* untuk memperoleh perbaikan yang cepat dan sering kali dramatis dalam memfokuskan dan menjaga pikiran terhadap suatu hal yang terpusat pada pelajaran. Hal ini karena dengan melakukan gerakan-gerakan *Brain Gym* tiga dimensi otak distimulasi (dalam istilah *Brain Gym* dikenal dengan dimensi pemusatan, laterasi, dan pemfokusan). Dimensi pemusatan terkait dengan fungsi bagian atas otak, apa yang dipelajari harus bisa dihibungkan dengan perasaan dan pemberian makna.

Menurut riset yang dilakukan oleh Ayinosa (2009), latihan pada *Brain Gym* dapat memberikan pengaruh positif pada peningkatan konsentrasi, atensi, kewaspadaan Efektivitas *Brain Gym* dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar pada Anak dan kemampuan fungsi otak untuk melakukan perencanaan, respon dan membuat keputusan. *Brain Gym* dapat meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar tanpa batasan umur (Ayinosa, 2009).

Dalam memaksimalkan konsentrasi peneliti menggunakan dimensi pemfokusan dalam gerakan *Brain Gym*. Fokus adalah kemampuan menyeberangi “garis tengah partisipasi” yang memisahkan bagian belakang dan depan tubuh, dan juga bagian belakang (*occipital*) dan depan otak (*frontal lobe*). Jika semua terhubung dengan baik maka perhatian atau konsentrasi anak menjadi meningkat dalam belajar. Namun jika sambungan tersebut tidak terhubung dengan baik maka anak akan mengalami penurunan konsentrasi. Dalam sebuah penelitian disebutkan bahwa 78% anak laki-laki dan 63% perempuan menghabiskan waktu istirahat mereka dalam aktivitas fisik (Beighle, 2008). *Brain Gym* bisa dilakukan untuk menyegarkan fisik dan pikiran siswa setelah menjalani proses pembelajaran yang membutuhkan konsentrasi tinggi yang mengakibatkan kelelahan pada otak.

Berdasarkan data hasil observasi yang saya temukan konsentrasi belajar responden baik sesudah dilakukan intervensi senam otak kemungkinan disebabkan oleh gerakan-gerakan *Brain Gym* yang mampu mengaktifkan potensi kedua belahan otak, adanya kerjasama tersebut maka informasi dari kedua belahan otak, adanya kerjasama tersebut maka informasi dari kedua belahan otak semakin cepat menyilang dan menghasilkan komunikasi timbal balik dari kedua belahan otak dan bertujuan untuk memusatkan anak untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar disekolah dan menolong para siswa agar memanfaatkan seluruh potensi belajar alamiah melalui gerakan tubuhnya.

Setelah dilakukan intervensi senam otak siswa terlihat lebih konsentrasi, fokus, tidak banyak bercanda dan mengobrol dengan temannya hal ini dipengaruhi oleh gerakan meregangkan otot yang menunjang untuk menerima hal baru dan

menyampaikan apa yang sudah diketahui. Pada saat siswa lebih konsentrasi untuk belajar terlihat saat siswa dilakukan test konsentrasi mereka lebih cepat dan tepat dalam mengerjakan yang sudah ditentukan dalam batas waktu tertentu. Hal ini dipengaruhi oleh gerakan untuk meningkatkan energi yang mana neuron diaktifkan agar dapat berfungsi baik dalam memberikan informasi ke otak.

4.2.3 Pengaruh Senam Otak Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SD. Angkasa Kecamatan Bulak Kota Surabaya

Berdasarkan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbandingan motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah diberi intervensi senam otak didapatkan hasil signifikan menunjukkan $p = 0,000$ dengan $\alpha < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya ada pengaruh senam otak terhadap konsentrasi belajar siswa di SD. Angkasa Kecamatan Bulak Kota Surabaya.

Brain Gym digunakan oleh guru dan para ahli terapi dalam suatu program yang ditujukan untuk membantu anak yang mengalami kesulitan dalam perkembangan dan pembelajaran. Apalagi *Brain Gym* dilakukan teratur dalam kegiatan pembelajaran di kelas, akan menghasilkan efek positif, seperti (*mind focusing*) konsentrasi pikiran, (*ice breaking*) yang pada akhirnya membantu memfokuskan dan menjaga pikiran terhadap suatu hal, mampu menyerap dan memahami informasi yang dipilih, dan tidak terpengaruh oleh hal-hal lain yang tidak ada hubungannya dengan proses belajar.

Hasil dari penelitian sebelumnya Murliana Mustika Sari S.A (2013) menyimpulkan bahwa “**Brain Gym Dapat Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SDN. Gladak Anyar V Pamekasan Madura**” terbukti secara empiris bahwa *brain gym* memiliki pengaruh positif terhadap motivasi seseorang karena beberapa gerakan *barin gym* dirancang khusus dalam mengaktifkan otak untuk meningkatkan motivasi belajar. Keadaan ini menggambarkan bahwa kegiatan *brain gym* merupakan suatu kegiatan yang dapat mempengaruhi kinerja dari otak kanan dan kiri. Dengan diberikan intervensi *Brain Gym* ini maka responden memiliki konsentrasi belajar yang baik karena motivasi belajarnya yang kuat, salah satu yang dapat mempengaruhi adanya konsentrasi belajar yang baik yaitu motivasi belajar. Hal ini sesuai dengan tujuan akhir dari kegiatan belajar mengajar disekolah maupun dirumah.