

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Anak sekolah dasar adalah anak yang berusia 7-12 tahun, memiliki fisik lebih kuat mempunyai sifat individual serta aktif dan tidak bergantung dengan orang tua. Banyak ahli menganggap masa ini sebagai masa tenang atau masa latent, yang telah terjadi dan dipupuk pada masa-masa sebelumnya akan berlangsung terus untuk masa-masa selanjutnya. Memasuki masa Sekolah Dasar (SD) salah satu hal penting yang perlu dimiliki anak dalam kematangan sekolah, tidak saja meliputi kecerdasan dan ketrampilan motorik, bahasa, tetapi juga hal lain seperti memiliki tanggung jawab akan tugas, patuh pada peraturan dan dapat mengendalikan emosi. Setiap orang tua menginginkan anaknya menjadi pintar sehingga dapat bermanfaat bagi kehidupan di masa mendatang. Selain aktivitas di rumah, di sekolah, anak juga harus bergelut dengan agenda pembelajaran. Rutinitas seperti itu yang membuat anak mengalami kesulitan belajar, dan akan berusaha keras dalam belajar sehingga mengakibatkan terjadi stres di otak, dan dapat menyebabkan mekanisme integrasi otak melemah dan bagian-bagian otak tertentu kurang berfungsi. Memaksakan otak untuk bekerja sangat keras akan membuat ketidakseimbangan dalam otak antara otak kanan dan otak kiri, dan dapat menyebabkan kelelahan pada otak sehingga konsentrasi dalam belajar anak menjadi menurun. (Ayinosa, 2009; Gunarsa, 2006).

Secara keseluruhan kesulitan belajar pada anak usia sekolah mempunyai insidensi bervariasi. Di Negara maju seperti Amerika Serikat dan Eropa insidens kesulitan belajar kurang lebih 10-15% dari populasi anak sekolah. Di Indonesia

jumlah anak usia Sekolah Dasar (SD) menurut data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) menurut provinsi se-Indonesia pada tahun 2013/2014 sebesar 26.504.160 anak dan khususnya pada daerah Jawa Timur sebesar 3.104.113 anak. Pada penelitian sebelumnya jumlah anak yang mengalami kesulitan belajar di daerah Surabaya tahun 2004/2005 khususnya pada pendidikan dasar terlihat jumlah murid Sekolah Dasar Negeri atau Swasta yang mengulang sebanyak 40.954 dari total 231.377 atau sekitar 17,7% (Dinas Pendidikan dan Kesehatan Kota Surabaya). Masalah kesulitan belajar apabila tidak ditangani secara cepat dan tepat, siswa lambat laun berpotensi untuk “drop out” pada jenjang kelas yang rendah di SD.

Keberhasilan suatu proses belajar dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk memusatkan perhatian terhadap objek yang sedang dipelajarinya. Terkait dengan hal tersebut maka konsentrasi merupakan aspek yang penting bagi siswa dalam mencapai keberhasilan belajar. Siswa yang tidak mampu berkonsentrasi dalam belajar berarti ia tidak dapat memusatkan pikirannya terhadap hal yang dipelajarinya. Menurut Slameto (2003) konsentrasi merupakan pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan mengenyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan. Sedangkan konsentrasi menurut Mierke (Scholz, 2006), yakni konsentrasi merupakan suatu kemampuan yang tercermin di berbagai kegiatan dalam kehidupan sehari-hari terutama saat belajar, siswa membutuhkan fokus perhatian untuk memperhatikan setiap pelaksanaan pembelajaran, dan dapat memahami setiap materi pelajaran yang telah diberikan.

Pada umumnya siswa kelas 1 ini berusia 7-8 tahun, pada masa ini anak sudah mampu memberikan respon terhadap apa yang diinginkan orang lain, sehingga anak

mampu memberikan umpan balik disaat proses belajar mengajar berlangsung. Pada saat melakukan wawancara dengan salah satu wali kelas guru kelas 1 di SD. Angkasa, beliau mengatakan bahwa,” dari 45 siswa kelas 1 yang memiliki tingkat daya tangkap baik saat proses belajar mengajar hanya 40% atau sekitar 18 siswa, sisanya mereka lebih cenderung sibuk dengan temannya sendiri, kurang fokus, dan saat ditanya mereka tidak mampu menjawab” ujar beliau. Dari 45 siswa yang kurang memiliki tingkat konsentrasi dan daya tangkap baik sebanyak 18 siswa (40%) dan siswa yang cenderung sibuk dengan temannya sendiri, kurang fokus, dan saat ditanya sebanyak 27 siswa (60%). Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi siswa kelas 1 dalam menerima pelajaran masih kurang, terbukti dengan ketidakmampuan siswa untuk menjawab pertanyaan yang diutarakan oleh gurunya, tidak mampu menerangkan apa yang sudah dipelajari atau diterangkan oleh gurunya, dan lebih sibuk sendiri dengan temannya. Secara otomatis hal ini dapat mempengaruhi hasil belajar siswa saat mengikuti ujian yang diadakan oleh wali kelas ataupun sekolah.

Pembelajaran di Sekolah Dasar (SD) pada umumnya perlu memperhatikan kemampuan dan potensi perkembangan anak, karena anak yang dibina dalam satu kelas tertentu memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Karena adanya fenomena ini tingkat konsentrasi penting untuk ditingkatkan agar anak dapat menerima pelajaran dengan baik. Salah satu tanda akibat menurunnya tingkat konsentrasi siswa akibat kekurangan asupan energi ke otak, dilihat ketika siswa mudah mengalami kebosanan, dan mengantuk ketika guru sedang menerangkan pelajaran. Gejala lain yang muncul adalah perhatian serta pikiran siswa mudah sekali teralihkan dengan hal-hal yang tidak berkaitan dengan pembelajaran seperti mengobrol dengan teman, melamun

ataupun mengganggu temannya yang sedang memperhatikan guru. Dalam hal ini jika anak tidak dapat berkonsentrasi saat belajar maka anak tidak dapat mengoptimalkan kemampuan individu untuk memfokuskan pikiran, perasaan, kemauan, dan segenap panca indra ke satu obyek di dalam satu aktivitas tertentu.

Berdasarkan uraian diatas perawat mempunyai peranan penting dalam mengatasi masalah konsentrasi belajar pada anak usia sekolah, dimana pada usia ini anak memasuki masa *golden age*, anak mulai mengalami peningkatan perkembangan baik dari perkembangan motorik, afektif, emosional, sosial, bahasa dan spiritual. Konsentrasi belajar termasuk didalam perkembangan psikososial, dimana perkembangan komunikasi dan belajar berperan dalam tumbuh kembang anak usia sekolah. Dalam perkembangan komunikasi dan belajar tentunya dibutuhkan peran konsentrasi untuk meningkatkan kerja otak, karena konsentrasi belajar sangat berperan penting dalam mengoptimalkan kerja otak. Dalam hal ini akan mengutamakan proses perkembangan otak, dimana akan terjadi peristiwa yang disebut laterisasi pada masing-masing hemisfer yang mengolah informasi dengan spesifik. Pada bagian hemisfer kiri (*logic hemisphere*) akan menjadi pusat fungsi berbahasa, matematika, memori verbal dan analisis linear. Hemisfer kanan (*gestalt hemisphere*) menjadi pusat emosi, imajinasi, ritme, intuisi, visuospasial dan memori visual.

Dapat dipahami bahwa konsentrasi mempengaruhi proses tumbuh kembang anak, terutama dalam menentukan keberhasilan dalam proses belajar, maka setiap siswa perlu melatih konsentrasinya dalam kegiatan sehari-hari. Adanya konsentrasi dalam proses belajar akan menjadikan siswa lebih mudah untuk memahami setiap

materi yang dipelajari. Proses pembelajaran disekolah terkadang membuat fungsi otak siswa mengalami penurunan. Hal ini disebabkan adanya faktor pemicu yang dapat menyebabkan siswa mengalami kelelahan dan ketegangan selama proses belajar berlangsung. Kondisi ini dapat menyebabkan otot-otot syaraf mengalami ketegangan dan kondisi otak mengalami kekurangan energi sehingga asupan oksigen dan aliran darah menuju ke otak tidak optimal. Apabila otak kekurangan energi, dapat menyebabkan tidak berfungsi secara optimal dan dapat menyebabkan penurunan konsentrasi belajar pada siswa.

Untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada siswa, salah satu upaya untuk meningkatkan konsentrasi belajar dengan menggunakan metode senam otak atau *Brain Gym*. Metode *Brain Gym* merupakan salah satu cara yang mudah untuk membantu siswa dalam mengelola konsentrasi belajarnya. *Brain Gym* dikembangkan oleh Paul Dennison dan istrinya Gail Dennison yang merupakan pelopor pendidikan di Amerika Serikat dalam penelitian penerapan otak. Dennison menjelaskan, “*Brain Gym* adalah serangkaian gerakan sederhana yang menyenangkan yang digunakan oleh para murid *Educational Kinesiology* (Edu-K) untuk meningkatkan kemampuan belajar mereka dengan menggunakan keseluruhan otak” (Dennison, 2009).

Fakta yang terjadi di SD. Angkasa II ini tidak dilakukan senam otak (*brain gym*), hanya dilakukan senam SKJ yang hanya dilakukan pada setiap hari jumat, yang belum terbukti dapat meningkatkan konsentrasi. Dari penelitian sebelumnya telah disebutkan bahwa *Brain Gym* dapat meningkatkan konsentrasi, menyegarkan fisik, dan pikiran siswa setelah menjalani proses pembelajaran yang mengakibatkan kelelahan dan ketegangan pada otak sehingga akan menurunkan konsentrasi belajar

pada siswa (Dennison, 2008). Terdapat manfaat dari *Brain Gym*, seperti yang diungkapkan oleh Septiari menyatakan: Gerakan-gerakan dalam senam otak atau *Brain Gym* memiliki manfaat seperti menyeimbangkan otak kanan dan kiri, sehingga logika maupun kreativitas anak menjadi seimbang, dapat membangun kepercayaan diri, serta berpengaruh positif terhadap peningkatan konsentrasi, daya ingat, dan mengendalikan emosi anak (Dennison, 2012).

Gerakan-gerakan yang dilakukan dalam senam otak, seperti melalui olah tangan dan kaki yang dapat memberikan rangsangan atau stimulus ke otak. Stimulus itulah yang dapat meningkatkan kemampuan kognitif, misalnya kewaspadaan, konsentrasi, dan kecepatan dalam proses belajar, serta memori, pemecahan masalah, ataupun kreativitas. Pada intinya metode *Brain Gym* menitikberatkan pada penggunaan aktivitas gerakan-gerakan untuk menarik keluar seluruh potensi seseorang sehingga diharapkan dengan gerakan-gerakan dalam *Brain Gym* dapat memperlancar aliran darah dan merenggangkan otot-otot saraf akibat kelelahan dan stres belajar yang berlebihan.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh senam otak terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa anak usia sekolah kelas 1 di SD. Angkasa Kecamatan Bulak Kota Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mempelajari pengaruh senam otak terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak usia sekolah siswa kelas 1 SD. ANGKASA Kecamatan Bulak Kota Surabaya.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengukur tingkat konsentrasi belajar siswa kelas 1 SD.Angkasa Kecamatan Bulak Kota Surabaya sebelum dilakukan senam otak.
2. Mengukur tingkat konsentrasi belajar siswa kelas 1 SD.Angkasa Kecamatan Bulak Kota Surabaya setelah dilakukan senam otak.
3. Menganalisa nilai pengaruh senam otak terhadap tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah siswa kelas 1 SD.Angkasa Kecamatan Bulak Kota Surabaya.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Teoritis

1. Mendukung konsep Brain Gym dapat meningkatkan konsentrasi belajar pada anak.
2. Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan wacana pada dunia keperawatan, tentang upaya meningkatkan konsentrasi belajar untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak usia sekolah.

1.4.2 Praktis

1. Bagi Institusi Sekolah
 - a. Masukan bagi institusi pendidikan SD.ANGKASA Kecamatan Bulak Kota Surabaya dalam upaya meningkatkan kualitas dan minat belajar siswa dan sebagai bentuk inspirasi guru untuk meningkatkan pembelajaran dalam proses belajar mengajar.
 - b. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam menentukan kebijakan kegiatan belajar mengajar.

c. Hasil penelitian ini diharapkan guru dapat mengaplikasikan kegiatan Brain Gym saat kegiatan belajar mengajar.

2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat diaplikasikan di sekolah untuk mengatasi kurangnya konsentrasi saat belajar.

3. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai cara bagi orang tua kepada anaknya saat memasuki usia sekolah sebagai awal untuk mengatasi konsentrasi belajar.