

**UPAYA MENINGKATKAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA 5-6
TAHUN MELALUI AKTIVITAS SENAM OTAK (*BRAIN GYM*)
DI TAMAN KANAK-KANAK MARDISIWI REJOSARI
KECAMATAN KEMIRI KABUPATEN PURWOREJO**



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana (S1)

RIA PUTRI AGNESTI

2301110009

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA
DINI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
TAHUN 2025**

HALAMAN PENGESAHAN

**Upaya Meningkatkan Konsentrasi Pada Usia Anak 5-6 Tahun Melalui
Aktivitas Senam Otak (*Brain Gym*) Di Taman Kanak-Kanak Mardisiwi
Rejosari Kecamatan Kemiri Kabupaten Purworejo**

Dipersiapkan dan disusun oleh

RIA PUTRI AGNESTI

NIM. 2301110009

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

DEWAN PENGUJI

1. Ketua : **Dr. Labib Sajawandi, M.Pd.**

NIK. 2160644

2. Anggota I : **Tatik Ariyati, M.Pd.**

NIK. 2160545

3. Anggota II : **Dr. Desti Pujiati, M.Pd.**

NIK. 2160544

Purwokerto, 3 Juli 2025

Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan



Edy Hasan Sadeli, M.Pd.
NIK. 2160467

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**UPAYA MENINGKATKAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA 5-6
TAHUN MELALUI AKTIVITAS SENAM OTAK (BRAIN GYM) DI
TAMAN KANAK-KANAK MARDISIWI REJOSARI KECAMATAN
KEMIRI KABUPATEN PURWOREJO**

Disusun oleh:

RIA PUTRI AGNESTI

NIM : 2301110009

Purwokerto, 20 Juni 2025

Ketua PRODI PG PAUD

Dosen Pembimbing



Dr. Labib Sajawandi, M.Pd.

Dr. Desti Pujiati, M.Pd.

NIK. 2160644

NIK. 2160544

SURAT PERNYATAAN ORISIONALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : RIA PUTRI AGNESTI

NIM : 2301110009

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto,

Menyusun Skripsi dengan judul :

Upaya Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Aktivitas Senam Otak (*Brain Gym*) Di Taman Kanak-Kanak Mardisiwi Rejosari Kecamatan Kemiri Kabupaten Purworejo

menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 3 Juli 2025

Yang membuat pernyataan



RIA PUTRI AGNESTI

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Selaku anggota akademis dari Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan dengan tujuan untuk pengembangan bidang ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RIA PUTRI AGNESTI
NIM : 2301110009
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan Hak Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto terhadap hasil karya ilmiah saya yang berjudul :

**UPAYA MENINGKATKAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA 5-6
TAHUN MELALUI AKTIVITAS SENAM OTAK (*BRAIN GYM*) DI
TAMAN KANAK - KANAK MARDISIWI REJOSARI KECAMATAN
KEMIRI KABUPATEN PURWOREJO**

Dengan adanya bebas Royalti dan Non Eksklusif ini, Universitas Muhammadiyah Purwokerto diberikan Hak untuk menyimpan, mengonversi format, mengelola dalam bentuk pangkal data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya. Hak ini tetap mencakup pemberian pengakuan nama saya sebagai penulis, pencipta dan pemilik hak cipta.

Purwokerto, 23 April 2024



RIA PUTRI AGNESTI
NIM. 2301110009

MOTTO

- ✳️ “Bersyukur atas apa yang ada, berusaha untuk lebih baik”
- ✳️ ” SENYUM adalah kekuatan, ciptakan kebahagiaan di sekitarmu”



**Upaya Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Usia 5-6 Tahun Melalui
Aktivitas Senam Otak (*Brain Gym*) Di Taman Kanak - Kanak
Mardisiwi Rejosari Kecamatan Kemiri Kabupaten Purworejo**

RIA PUTRI AGNESTI

NIM : 2301110009

Email : putrialenta07@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan konsentrasi anak usia dini melalui kegiatan senam otak (*brain gym*) di TK Mardisiwi Rejosari, Kecamatan Kemiri, Kabupaten Purworejo. Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat konsentrasi anak, yang ditandai dengan perilaku seperti mudah terdistraksi, tidak menyelesaikan tugas, serta kurang memperhatikan arahan dari guru. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tahapan meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah 13 anak berusia 5-6 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan konsentrasi anak secara signifikan setelah mengikuti kegiatan senam otak, mulai dari pra tindakan hingga siklus I dan II. Peningkatan tersebut tampak dari bertambahnya jumlah anak yang dapat fokus selama kegiatan berlangsung, mampu menyelesaikan tugas, serta mengikuti arahan guru dengan baik. Dengan demikian, senam otak (*brain gym*) terbukti menjadi strategi pembelajaran yang efektif dalam mendukung peningkatan konsentrasi pada anak usia dini.

Kata kunci: *Konsentrasi, Anak Usia Dini, Senam otak (Brain Gym), Penelitian Tindakan Kelas*

**IMPROVING CONCENTRATION IN CHILDREN AGED 56 YEARS
THROUGH BRAIN GYM ACTIVITIES AT MARDISIWI REJOSARI
KINDERGARTEN, KEMIRI SUB-DISTRICT, PURWOREJO REGENCY**

By RIA PUTRI AGNESTI

Universitas Muhammadiyah Purwokerto

ABSTRACT

This study aims to enhance the concentration of early childhood learners through brain gym activities at TK (Kindergarten) Mardisiwi Rejosari, Kemiri Sub-district, Purworejo Regency. The underlying issue for this research is the low level of concentration observed in children, indicated by behaviors such as being easily distracted, not completing tasks, and not paying attention to the teacher's instructions. The research is a Classroom Action Research (CAR) conducted in two cycles, each consisting of planning, action implementation, observation, and reflection. The subjects of this study were 13 children aged 56 years. Data collection techniques included observation and documentation, while data analysis was carried out using qualitative descriptive methods. The results showed that brain gym activities significantly improved the childrens concentration from the pre-action phase to Cycle I and Cycle II. This improvement was reflected in the increasing number of children who were able to focus during activities, complete tasks, and listen to and follow the teachers instructions. Therefore, brain gym activities can serve as an effective alternative learning strategy to improve concentration in early childhood.

Keywords: Concentration, Early Childhood, Brain Gym, Classroom Action Research

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur alhamdulillah kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul :” **Upaya Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Aktivitas Senam Otak (*Brain Gym*) Di Taman Kanak-Kanak Mardisiwi Rejosari Kecamatan Kemiri Kabupaten Purworejo**”.

Penyusunan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu syarat penyelesaian studi S1 guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Pendidikan Guru PAUD Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan pihak-pihak baik yang secara langsung maupun tidak langsung dari proses awal hingga terselesaikannya proposal skripsi ini. Untuk itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Elly Hasan Sadeli, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Univesitas Muhammadiyah Purwokerto Yang telah memberikan ijin penelitian skripsi
2. Dr. Labib Sajawandi, M.Pd., sebagai Ketua Prodi PG PAUD Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Yang telah memberikan arahan selama penyusunan proposal skripsi ini
3. Dr. Desti pujiati, M.Pd sebagai Dosen Pembimbing yang telah memberikan dukungan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi dan telah meluangkan waktu untuk membimbing peneliti.
4. Seluruh Dosen Program Studi PG PAUD beserta Staf TU Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Purwokerto.
5. Almarhum dan Almarhumah Bapak Ibu yang insyaalloh sudah berada di surga firdaus Alloh SWT, yang menjadi semangat untuk penulis meneruskan pendidikan ini, semoga kalian berdua bangga dengan pencapaian ini.
6. Terimakasih kepada keluarga kecilku (suami dan anak-anak tercinta) yang selalu mendukung dan mendoakan, serta keluarga besar, kakak adik dan keponakan atas semua dukungan dan doanya.
7. Sulastri, S.Pd. sebagai kepala Sekolah serta rekan guru TK Mardisiwi

Rejosari yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dan dukungan serta doa.

8. Teman – teman dari awal pertama ke UMP (Bu Pancaretno dan Bu Kinar).
Teman – teman rasa saudara (Bu Nur barokah, Bu Sofi, Bu Anisah dan Bu Umi) semangat untuk kita.
9. Teman-teman PGPAUD angkatan 2023, terimakasih atas dukungan dan motivasi sehingga penulis selalu semangat dalam mengerjakan skripsi.
10. Dan semua pihak yang telah membantu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Besar harapan penulis skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, dan kita semua. Mohon maaf apabila dalam penulisan proposal skripsi ini masih banyak terdapat kekeliruan.

Semoga limpahan rahmat dan karunia Nya senantiasa tercurah kepada kita semua. Aamiin.

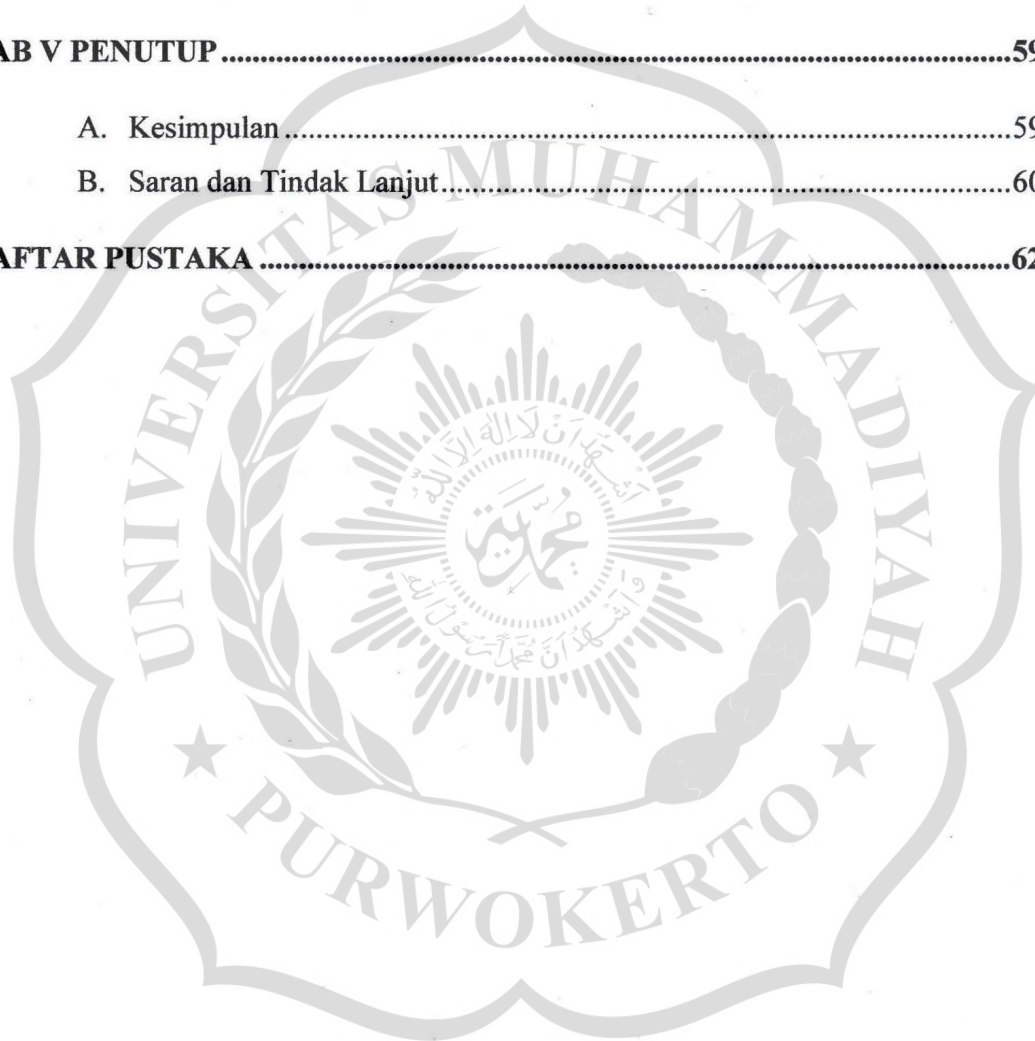
Purwokerto, 3 Juli 2025

RIA PUTRI AGNESTI

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
MOTTO.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	5
A. Konsep Konsentrasi Anak Usia Dini.....	5
1. Pengertian Konsentrasi Anak Usia Dini.....	5
2. Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi.....	7
3. Cara Meningkatkan Konsentrasi.....	7
B. Konsep <i>Brain Gym</i>	8
1. Pengertian <i>Brain Gym</i>	8
2. Manfaat <i>Brain Gym</i>	9
3. Prosedur <i>Brain Gym</i>	11
4. Gerakan <i>Brain Gym</i> (<i>Senam Otak</i>).....	11
5. Mekanisme kerja <i>Brain Gym</i>	13
C. Kriteria Keberhasilan.....	15
D. Kerangka Berpikir.....	16
E. Hipotesis Tindakan.....	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	19
A. Desain dan Prosedur Penelitian.....	19
1. Desain Penelitian.....	19
2. Prosedur Penelitian.....	19
B. Ruang Lingkup Penelitian.....	25
C. Sumber Data.....	26
D. Metode Pengumpulan Data.....	27
E. Teknik Analisis Data.....	30

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	31
A. Hasil Penelitian	31
1. Deskripsi Kondisi Awal	31
2. Pelaksanaan Pra Tindakan Kelas	32
3. Pelaksanaan Tindakan Siklus I	36
4. Pelaksanaan Tindakan Siklus II	41
B. Pembahasan	51
BAB V PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran dan Tindak Lanjut	60
DAFTAR PUSTAKA	62



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Indikator konsentrasi	16
Tabel 3. 2 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	26
Tabel 3, 3 Lembar Observasi	28
Tabel 4. 1 Hasil Pengamatan Awal Konsentrasi Anak	33
Tabel 4. 2 Hasil Rekapitulasi Perkembangan Anak Usia Dini pada Pra Tindakan	34
Tabel 4. 3 Hasil perkembangan konsentrasi siklus I.....	38
Tabel 4. 4 Hasil rekapitulasi data konsentrasi anak siklus I.....	38
Tabel 4. 5 Hasil perkembangan konsentrasi siklus II.....	43
Tabel 4. 6 Hasil rekapitulasi data konsentrasi anak siklus II.....	43
Tabel 4. 7 Hasil Rekapitulasi data konsentrasi dari pra tindakan, siklus I, Siklus II.....	46
Tabel 4. 8 Data Hasil Kenaikan Pra Siklus, siklus I, siklus II.....	47
Tabel 4. 9 Data kemampuan konsentrasi Tiap Anak pada Pra siklus, siklus I, siklus II...47	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	17
Gambar 4.1 Diagram Hasil Rekapitulasi Perkembangan Konsentrasi anak.....	34
Gambar 4. 2 Grafik Hasil Rekapitulasi Perkembangan Konsentrasi Anak.....	35
Gambar 4. 3 Diagram Hasil Rekapitulasi Perkembangan KOnsentration Anak siklus I.....	39
Gambar 4. 4 Grafik Hasil Rekapitulasi Perkembangan Konsentrasi Anak Siklus I.....	39
Gambar 4. 5 Diagram Hasil Rekapitulasi Perkembangan Konsentrasi Anak Siklus II....	44
Gambar 4. 6 Grafik Hasil Rekapitulasi Perkembangan Konsentrasi Anak siklus II.....	44
Gambar 4. 7 Diagram Hasil Rekapitulasi Perkembangan Konsentrasi pra tindakan, siklus I, dan Siklus II.....	46

