

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Pembelajaran merupakan proses penyampaian pengetahuan dari pendidik kepada peserta didik. Salah satu pendekatan yang sering digunakan dalam pembelajaran adalah metode impositif, yaitu cara menyampaikan pengetahuan secara langsung dari guru kepada siswa. Namun, pembelajaran sejatinya merupakan suatu proses yang kompleks dan terstruktur, yang melibatkan berbagai unsur seperti manusia (guru dan siswa), materi ajar, fasilitas pendukung, alat bantu, serta prosedur pelaksanaan yang saling berinteraksi untuk mencapai tujuan pembelajaran secara optimal.

Dalam proses pembelajaran, guru memiliki peran yang sangat sentral. Guru dianggap sebagai tokoh utama yang menentukan keberhasilan pembelajaran, mulai dari merencanakan materi yang akan disampaikan, menyiapkan tugas dan latihan, menetapkan aturan, menyampaikan informasi, hingga menilai perkembangan belajar siswa. Oleh karena itu, peran guru sangat dominan dalam mengarahkan dan memfasilitasi proses belajar siswa.

Salah satu aspek penting dalam keberhasilan belajar siswa adalah konsentrasi. Konsentrasi merujuk pada kemampuan individu untuk memusatkan perhatian pada suatu objek atau aktivitas tertentu, sambil mengabaikan gangguan dari hal-hal lain di sekitarnya. Sebagai contoh, saat membaca sebuah topik dari buku pelajaran, siswa perlu mengabaikan topik-topik lain yang tidak relevan agar dapat memahami isi bacaan dengan baik. Kemampuan ini sangat penting dalam kegiatan belajar, sebab tanpa konsentrasi yang baik, siswa akan kesulitan dalam menyerap dan mengingat informasi atau materi yang dipelajari.

Dimiyati mengemukakan bahwa konsentrasi belajar merupakan salah satu faktor kunci yang memengaruhi prestasi belajar seseorang. Namun demikian, banyak siswa yang mengeluhkan kesulitan dalam mempertahankan konsentrasi belajar, terutama jika kegiatan

belajar berlangsung dalam durasi yang cukup lama. Kurangnya konsentrasi dapat menghambat proses internalisasi materi dan membuat siswa gagal memperoleh hasil belajar yang diharapkan. Oleh karena itu, konsentrasi menjadi alat utama yang diperlukan untuk menyerap dan menguasai sejumlah besar materi pelajaran.

Menurut Thursan Hakim, terdapat dua faktor utama yang memengaruhi konsentrasi belajar, yaitu: Faktor internal, yakni faktor yang berasal dari dalam diri individu, seperti motivasi, kondisi fisik dan psikologis, minat, serta tingkat kelelahan. Faktor eksternal, yaitu faktor dari luar individu seperti lingkungan belajar, metode pengajaran, serta gangguan dari teman atau suasana kelas.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa konsentrasi adalah kemampuan memusatkan perhatian terhadap suatu objek atau aktivitas dengan mengesampingkan hal-hal lain yang tidak relevan. Konsentrasi sangat penting dalam kegiatan belajar, karena melalui konsentrasi yang baik, siswa akan lebih mudah memahami dan menguasai materi pembelajaran. Sebaliknya, siswa yang tidak dapat berkonsentrasi cenderung mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran.

Pada anak usia 5-6 tahun, konsentrasi yang baik ditunjukkan dengan kemampuan memusatkan perhatian selama kurang lebih 10–15 menit saat mengikuti kegiatan belajar. Namun, berdasarkan observasi awal di TK Mardisiwi Rejosari, diketahui bahwa kemampuan konsentrasi anak masih belum berkembang secara optimal. Dari 13 anak yang diamati, hanya 4 anak yang mampu berkonsentrasi selama 10–15 menit, sementara 9 anak lainnya sudah kehilangan fokus sebelum 10 menit dan mulai terlibat dalam kegiatan lain atau bermain dengan teman.

Salah satu penyebab rendahnya konsentrasi anak adalah kurangnya rangsangan yang mendukung perkembangan motorik, koordinasi, dan aktivitas yang dapat menstimulasi kerja

otak. Oleh karena itu, diperlukan strategi atau pendekatan yang mampu meningkatkan kemampuan konsentrasi anak usia dini secara menyenangkan dan efektif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Upaya Meningkatkan Konsentrasi Anak Usia 5–6 Tahun melalui Aktivitas Senam Otak (Brain Gym) di Taman Kanak-Kanak Mardisiwi, Kecamatan Kemiri, Kabupaten Purworejo.”

## **B. RUMUSAN MASALAH**

"Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah kegiatan senam otak (Brain Gym) dapat meningkatkan konsentrasi anak di TK Mardisiwi Rejosari?"

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji sejauh mana aktivitas senam otak (Brain Gym) dapat berperan dalam meningkatkan konsentrasi anak di TK Mardisiwi Rejosari.

## **D. MANFAAT PENELITIAN**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baik secara teoritis maupun praktis dalam upaya meningkatkan konsentrasi anak usia dini melalui aktivitas senam otak (Brain Gym). Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1. Manfaat Teoretis**

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan anak usia dini, dengan menambahkan kajian tentang efektivitas penggunaan senam otak (Brain Gym) sebagai salah satu metode untuk meningkatkan konsentrasi belajar anak. juga dapat dijadikan sebagai rujukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang mengkaji topik serupa.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Peserta Didik (Anak Usia Dini)

Penelitian ini diharapkan dapat membantu anak usia 5–6 tahun dalam meningkatkan konsentrasi belajar melalui kegiatan yang menyenangkan dan menstimulasi otak, yaitu senam otak (Brain Gym), sehingga dapat mendukung proses belajar mereka secara optimal.

### b. Bagi Pendidik

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan inspirasi dan inovasi dalam metode pembelajaran, khususnya dalam menciptakan strategi yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi anak selama kegiatan belajar berlangsung. Guru dapat mengadopsi senam otak sebagai bagian dari rutinitas pembelajaran di kelas.

### c. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman berharga bagi peneliti dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas (PTK), sekaligus memperluas wawasan mengenai berbagai pendekatan pembelajaran yang dapat diterapkan untuk meningkatkan konsentrasi anak usia dini. Pengetahuan ini juga dapat menjadi bekal ketika peneliti berperan sebagai pendidik di masa mendatang.