

ABSTRAK

Rendra Septian

PENINGKATAN KEMAMPUAN KONSENTRASI MELALUI PENERAPAN BRAIN GYM

(Studi Eksperimen di SDN Ciparay 07 Kab. Bandung)

Permasalahan yang di ungkap adalah bagaimana meningkatkan kemampuan konsentrasi dengan penerapan metode *brain gym* ?. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan konsentrasi. Siswa di sekolah seringkali harus bergelut dengan agenda pembelajaran tidak hanya ketika di lingkungan sekolah tetapi juga di rumah. Dengan memaksakan otak untuk bekerja sangat keras maka akan terjadi ketidakseimbangan dalam otak antara otak kanan dan otak kiri, juga dapat menyebabkan kelelahan pada otak sehingga konsentrasi dalam belajar anak menjadi menurun. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV - VI Sekolah Dasar Negeri Ciparay 07 Kabupaten Bandung Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah Purposive Sampling dengan subjek sebanyak 42 orang Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain penelitian One-Group Pretest-Posttest Design. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan tes *Concentration Grid Exercise*. Hasil penghitungan uji t berpasangan. didapat nilai p-value $0.00 < 0.05$ H_0 ditolak, dengan peningkatan sebesar 30% maka terdapat pengaruh penerapan *brain gym* terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi pada siswa SDN Ciparay 07.

Kata kunci: *Brain Gym*, kemampuan konsentrasi.

ABSTRACT

Rendra Septian

IMPROVING THE ABILITY OF CONCENTRATION THROUGH THE IMPLEMENTATION OF BRAIN GYM

(Experimental Study at SDN Ciparay 07 Kab. Bandung)

The problem revealed is how to improve the ability to concentrate with the application of brain gym method ?. The purpose of this study is to improve the ability of concentration. students at school often have to wrestle with the learning agenda not only when in school but also at home. by forcing the brain to work very hard then there will be an imbalance in the brain between the right brain and left brain, can also cause fatigue in the brain so that the concentration in learning the child becomes decreased. subjects in this study are the students of grade IV - VI Ciparay Primary School 07 Kabupaten Bandung Sampling technique in this study is Purposive Sampling with a subject of 42 people The method used in this study is the experimental method with the design One-Group Pretest-Posttest Design research. measuring instrument in this study using Concentration Grid Exercise test. t paired paired test results. obtained p-value value $0.00 < 0.05$ H_0 rejected, with an increase of 30% then there is the influence of the application of the gym gym to increase the ability of concentration in the students SDN Ciparay 07.

Key word: *Brain Gym*, the ability of concentration.