

ABSTRAK

Risma Pangesti Sukma¹, Mohammad Najib², Adin Mu`afiro

**PENGARUH *BRAIN GYM* TERHADAP TINGKAT KONSENTRASI BELAJAR
UNTUK KELANGSUNGAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK
USIA SEKOLAH PADA SISWA KELAS VI SD**

1x + 116 Halaman + 9 Tabel + 16 Lampiran

Konsentrasi belajar merupakan faktor penting dalam keberhasilan siswa, terutama pada anak usia sekolah dasar. Penurunan konsentrasi dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik dan perkembangan kognitif anak. Salah satu upaya meningkatkan konsentrasi adalah melalui Brain Gym, yaitu serangkaian gerakan sederhana untuk menstimulasi kerja otak

Penelitian ini menerapkan desain quasy-eksperimen dengan model satu kelompok yang diberi *pretest* dan *posttest* sebanyak 52 siswa kelas VI diukur tingkat konsentrasinya sebelum dan sesudah intervensi Brain Gym menggunakan instrumen Grid Concentration Test (GCT).

Sebelum intervensi, sebagian besar siswa (55,8%) memiliki skor konsentrasi rendah, 21,2% sedang, 17,3% sangat rendah, 3,8% baik, dan 1,9% sangat baik. Setelah intervensi, terjadi peningkatan: 40,4% rendah, 36,5% sedang, 17,3% baik, dan 5,8% sangat baik. Uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,00 (< 0,05)$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor sebelum dan sesudah intervensi..

Brain Gym memiliki dampak positif terhadap peningkatan konsentrasi belajar siswa serta berpotensi menunjang perkembangan kognitif pada anak usia sekolah.

Kata Kunci: *Brain Gym*, Konsentrasi Belajar, Perkembangan Kognitif

Daftar Bacaan: 30 buku (2016 – 2024)

ABSTRACT

Risma Pangesti Sukma¹, Mohammad Najib², Adin Mu`afiro

***THE EFFECT OF BRAIN GYM ON LEARNING CONCENTRATION
LEVELS FOR THE CONTINUITY OF COGNITIVE DEVELOPMENT IN SCHOOL-AGE
CHILDREN IN GRADE VI ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS***

1x + 116 Pages + 9 Tables + 16 Appendices

Learning concentration is essential for students' success, particularly in elementary school. A lack of concentration can negatively impact academic achievement and cognitive development. One method to enhance concentration is Brain Gym, a series of simple physical movements designed to stimulate brain function.

This study applied a quasi-experimental one-group pretest-posttest design involving 52 sixth-grade students. The Grid Concentration Test (GCT) was used to assess students' concentration levels before and after the Brain Gym intervention. Before the intervention, 55.8% of students had low concentration scores, 21.2% moderate, and 17.3% very low. Only 3.8% and 1.9% had good and very good scores, respectively. After Brain Gym, results improved: 40.4% had low scores, 36.5% moderate, 17.3% good, and 5.8% very good. The Wilcoxon test showed a p-value of 0.00 (< 0.05), indicating a significant difference between pretest and posttest scores.

Brain Gym effectively improves learning concentration in students and shows potential as a supportive approach for cognitive development in school-aged children.

Keywords: *Brain Gym, Learning Concentration, Cognitive Development*

References: 30 books (2016 – 2024)