

**PENGARUH SENAM OTAK (*BRAIN GYM*) TERHADAP PERKEMBANGAN  
MOTORIK HALUS ANAK USIA PRASEKOLAH  
(4-6 TAHUN) DI TK DHARMA WANITA PERSATUAN LANDUNGSARI  
KABUPATEN MALANG**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**HENI MARLYATI INA**

**NIM. 2014610060**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI  
MALANG**

**2018**

## RINGKASAN

Anak umur prasekolah merupakan motivasi agar bisa meningkatkan motorik halus anak dalam melaksanakan senam otak (*brain gym*), yang bermanfaat untuk fasilitasi otak anak supaya bisa bekerja secara mampu untuk mengembangkan sistem emosi dan gerak motorik halus anak. Tujuan peneliti agar dapat melihat pengaruh senam otak (*brain gym*) terhadap kemampuan motorik halus anak pra sekolah di TK Dharma Wanita Persatuan Landungsari Malang. Desain peneliti ini menggunakan desain eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam peneliti ini sebanyak 30 responden usia prasekolah dengan penentuan sampel penelitian menggunakan *total sampling* sehingga peneliti dapat mengambil seluruh anak-anak untuk dijadikan sampel peneliti. Cara pengambilan informasi digunakan sesuai kurikulum pendidikan. dalam mengolah data digunakan uji *paired t test* dan digunakan aplikasi SPSS. Dari hasil pengamatan sebelum diberikan (*brain gym*) sebagian besar 19(63,3%) responden memiliki kemampuan sistem motorik halus kurang terhadap anak usia 3-5 tahun dan setelah diberi (*brain gym*) hampir seluruhnya 25(83,3%) responden memiliki kemampuan motorik halus baik pada anak umur 3-5 tahun. Hasil uji *paired t test* didapatkan *p value* = (0,000) < (0,050) sehingga bisa disimpulkan bahwa ada pengaruh dalam pemberian senam otak (*brain gym*) terhadap perkembangan motorik halus anak umur 3-5 tahun di TK Dharma Wanita Persatuan Landungsari Malang. Sesudah melakukan pengamatan maka dihasilkan adanya perubahan tingkat perkembangan motorik halus anak dan didampingi guru dan orang tua.

***Kata Kunci: Anak Umur Pra Sekolah, Kemampuan Motorik Halus, (Brain Gym)***

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar belakang**

Umur anak TK adalah pertumbuhan anak antara 3-5 tahun. Pada umur ini anak-anak mengalami perbaikan yang sangat penting dalam persiapan untuk masuk sekolah dengan perbandingan antara perkembangan tubuh anak, mental, kejiwaan, kognitif, prestasi sosial, motorik anak usia 3-5 tahun memiliki perbedaan. Setiap anak memiliki kemampuan dan perkembangan yang berbeda-beda dalam menangkap apa yang diajarkan oleh gurunya, terutama pada motorik halus pada anak. Hockenberry dan Wilson (2009)

Pihak kesehatan dunia (WHO) menyampaikan bahwa 5-25 persen anak-anak umur 3-5 tahun mengalami masalah dalam pertumbuhan motorik (WHO Sidiarto,2011). Menurut Depkes RI (2006) bahwa di Indonesia terdapat 0,4 juta (16%) anak usia 3-5 tahun mengalami masalah perkembangan motorik, kecerdasan kurang, masalah pendengaran, dan keterlambatan dalam berkomunikasi. Berdasarkan data yang didapat dari Dinkes Propinsi Jawa Timur 2010, untuk mengetahui tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun di Jawa Timur didapatkan 80 persen tetapi cakupan diperiksa 40-59 persen dan mengalami perkembangan kurang optimal sebanyak 0,14%. (Yunita Syaiful, 2012).

Menurut Aquarisnawati, Mustami'ah, & Riskasari (2011) memberikan hasil (a) sebesar 58,6% sampel penelitian didapatkan (17 responden) mampu melakukan motorik halus dengan nilai di atas rata-rata antara 90-95%; (b) sebesar 31 % (9 anak) memiliki kemampuan motorik halus yang berada dalam nilai antara 75-80%; dan (c) sebanyak 10,3 % (3 anak) mampu melakukan motorik halus dengan nilai di atas rata-rata antara 40-60%. Hasil penelitian Indraswari (2012) mengatakan bahwa kemampuan motorik halus anak di TK Pembina Agama masih sangat rendah.

Motorik halus adalah pertumbuhan anak yang harus di kembangkan dalam usia prasekolah, motorik halus hanya digerakkan pada bagian bagian yang dapat dilaksanakan oleh otot yang kecil saja tambah dengan tenaga. Dalam kemampuan motoric anak, anak sudah dapat berkreaitif untuk menggunting kertas, menggambar, mewarnai, serta dapat mengseimbangkan otak kiri dan otak kanan. Namun setiap pertumbuhan motorik halus anak berbeda –beda, yang dapat mengakibatkan sejumlah jenis perilaku malas menulis, minat belajar menurun, bosan dalam ruangan kelas dan sering was-was menghadapi lingkungan disekitarnya. Berdasarkan gangguan motorik halus yang terjadi pada anak–anak saat ini salah satu yang disebabkan oleh fungsi otak, untuk mengatasi permasalahan motorik anak usia 3-5 tahun, dapat diterapkan untuk membantu perkembangan motorik halus anak dengan salah satu cara yaitu dengan cara memberikan senam otak.

*Brain gym* ialah ilmu penggerakan otak yang digunakan untuk fungsi otak kanan dan kiri bisa bekerja secara seimbang.Pada pemusatan, mobilisasi senam otak dapat merangsang organ-organ yang berkaitan dengan perasaan atau emosi, yaitu pada otak besar. Dimensi lateralis, yang merangsang pada perkembangan otot, sedangkan dalam dimensi memfokuskan, senam otak pun bermanfaat untuk merileksasi otak bagian depan dan belakang. Pelaksanaan gerakan senam otak terdiri dari gerakan keseimbangan, keterampilan motoric dalam melakukan gerak otot (Saichudin 2009).

Hasil penelitian Prihastuti(2009) menjelaskan bahwa pengaruh senam otak (*brain gym*)dapat meningkatkan kecakapan berhitung pada siswa sekolah dasar.Diperoleh hasil bahwa terdapat beberapa siswa rata-rata tes dalam berhitung yang sangat berbeda sebelum dan setelah diberi perlakuan senam otak. Menurut Sudiarto (2013) menjelaskan bahwa senam otak ini bisa meningkatkan perkembangan motorik halus pada anak usia 4-5 tahun. Selain itu, Festi (2010) juga menjelaskan bahwa (*brain gym*) dapat

mengembangkan fungsi kognitif lansia. Demikian juga, penelitian (Ranew, 2007) tentang *Effects of Brain Gym Exercises in a High School U.S. History Class* dengan hasil adanya pengaruh pemberian (*brain gym*) terhadap sikap, partisipasi dan prestasi belajar siswa. Penelitian selanjutnya juga mengatakan bahwa senam otak (*brain gym*) dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam membaca (Chernick, 2009).

Sesuai hasil observasi pada guru di TK Dharma Wanita Persatuan Landungsari Kota Malang pada tanggal 09, april 2018 jumlah anak –anak ada 60 orang anak, 30 kelas A dan 30 kelas B. Setelah melakukan wawancara di Tk Dharma Wanita Landungsari ditemukan 15 anak belum mampu memegang pensil dengan baik, belum bisa mengancing baju sendiri dan jenis – jenis benda di sekitarnya, serta 10 anak lain kemampuan motorik halus nya baik. Perkembangan motorik halus anak saat ini sangat penting untuk pembelajaran anak – anak selanjutnya. Sesuai latar belakang tersebut di atas pengamat tergoda dalam menjalankan meneliti selanjutnya mengenai “ Pengaruh senam otak (*brain gym*) terhadap kemampuan motorik halus pada anak usia pra sekolah di TK Dharma Wanita Persatuan Landungsari

## **1.2 Rumusan masalah**

Sesuai latar belakang di atas, pengamat ingin melihat apakah ada “ pengaruh dalam pemberian (*Brain gym*) terhadap kemampuan motorik halus anak usia pra sekolah di TK Dharma Wanita Persatuan Landungsari”

## **1.3 Tujuan penelitian**

### **A. Tujuan umum**

Dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “ pengaruh senam otak (*Brain gym*) terhadap kemampuan motorik halus anak usia prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan Landungsari



## **B. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi kemampuan motorik halus anak sebelum senam otak (*Brain gym*) usia prasekolah di Tk Dharma Wanita Persatuan Landungsari
- b. Mengidentifikasi gambaran kemampuan motorik halus anak sesudah (*Brain gym*) pada anak di TK Dharma wanita Persatuan Landungsari
- c. Menganalisis pengaruh (*Brain gym*) terhadap kemampuan motorik halus pada anak usia prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan Landungsari

### **1.4 Manfaat penelitian**

#### 1. Bagi peneliti

dari hasil pengamatan memberi pengalaman bagi pengamat sehingga pengamat dapat mengkombinasikan dengan teori yang diperoleh dari kampus untuk menerapkan di lahan praktek

#### 2. Bagi Praktisi

Sebagai masukan bagi guru – guru, orang tua dan peneliti selanjutnya bisa diterapkan untuk melakukan penelitian selanjutnya berhubungan dengan perkembangan motorik halus pada anak.

#### 3. Bagi Teoritis

Sebagai data dalam perkembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan dan pendidikan terutama serta untuk peneliti selanjutnya terutama tentang motorik halus pada anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2012. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atlet Muda Berbakat* dalam tesis Penambahan Senam Otak Pada Aktivitas Fungsional dan Rekreasi (AFR) Lebih Baik daripada Aktivitas
- Aryati Nuryana dan Setiyo Purwanto, *Efektivitas Brain Gym dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Anak*, h. 91.
- Allen dan Marotz. 2012. *Profil perkembangan Anak*. Jakarta : indexs
- Afrilia (2013). *Tingkatkan Kualitas Kecerdasan Anak Dengan Brain Gym*. <http://mag.icreativelabs.com/ibudanbalita/pojokcerdas/tingkatkan-kualitas-kecerdasan-anak-dengan-brain-gym/540>, diakses pada bulan April 2014 Jam 16.24 WIB.
- Dennison, Paul E. *Brain Gym and Me*. Jakarta : Grasindo, 2008.
- Diana, Sulis, dkk. *Pengaruh Senam Otak Terhadap Peningkatan Perkembangan Motorik Halus, Kasar dan Prestasi Belajar pada Anak Usia PraSekolah usia 4-6 tahun di PAUD Al-Kholifah Desa Selorejo Mojowarno Jombang*, 2016. Diakses pada tanggal 15 Agustus 2017.
- Hidayat, A.2011. *Pengantar ilmu keperawatan Anak I*.Jakarta : salemba Medika  
Muhammad, As'adi. *Dahsyatnya Senam Otak*. Yogyakarta : DIVA Press, 2011.
- Nursalam. 2011. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Paul E. Dennison, *Buku Panduan Lengkap Senam Otak*, h. 7
- Paul E. Dennison, *Brain Gym dan Aku : Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, (Jakarta:Grasindo, 2008), h. 112.
- Purwanto, dkk, *Manfaat Senam Otak (Brain Gym) dalam Mengatasi Kecemasan dan Stres pada Anak Sekolah*, h. 82.
- Ryan(2013). *PengertianBrain Gym atau Senam Otak dan Gerakan-Gerakannya*.<http://Webcache.googleusercontent.com>
- Saichudin. (2009). *Respon Fisiologi Senam Otak Terhadap Kecepatan Motorik bagi Calon*
- Sudiarto, 2012. *Perkembangan Anak usia Dini*. Jakarta. Prenata Media Group
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta



Supriasa.2011. gambaran perilaku makan Anak prasekolah. Jakarta: Psikobuana.

Sudiarto, 2013. *Pengaruh senam otak terhadap peningkatan Motorik halus anak usia 4-5 tahun di RA Baitul Mukmin. Malang*

Susanto,2011. *Perkembangan Anak Usia Dini pengantar Dalam Berbagai Askepnya Jakarta : PT Kencana Perdana Media Group*

Yanuarita, Andri. *Memaksimalkan Otak Melalui Senam Otak (Brain Gym)*.Yogyakarta: TeranovaBooks, 2012.

Yunita Saiful, 2012.*Pengaruh terapi bermain origami terhadap perkembangan motorik halus, kognitif anak pra sekolah*