

**Senam Otak Untuk Meningkatkan Konsentrasi
Pada Murid TK**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Magister Profesi Psikologi**

**Program Studi Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Mayor Pendidikan**

**Diajukan oleh :
Ludia Swastika Rumengan
11.92.0049**



**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI PSIKOLOGI
JENJANG MAGISTER
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2017**

Senam Otak Untuk Meningkatkan Konsentrasi Pada Murid TK

Ludia Swastika Rumengan
11.92.0049

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi pada tanggal :

Semarang, 24 Agustus 2017

Ketua Program

Dr. Endang Widyorini MS, Psikolog

Penguji :

1. Dr. Wisjnu Martani, SU., Psikolog ()
2. Dr. Endang Widyorini MS, Psikolog ()
3. Dra. Praharesti Eriany, M.Si, Psikolog ()

**Senam Otak Untuk Meningkatkan Konsentrasi
Pada Murid TK**

Ludia Swastika Rumengan
11.92.0049

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi pada tanggal :

Mengesahkan,
Dosen Pembimbing

1. Dra. Emiliana Primastuti, M.Si., Psikolog ()
2. Cicilia Tanti Utami, S.Psi., MA, Psikolog ()

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Semarang, 24 Agustus 2017

(Ludia Swastika Rumengan)

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus karena akhirnya penyusunan tesis ini telah selesai setelah melalui proses yang panjang. Tuhan Yesus telah memberikan karunia berupa semangat dan pemikiran-pemikiran ketika ide peneliti mengalami kebuntuan dan membuka jalan dan pintu kemudahan ketika peneliti mengalami hambatan. Selama penyusunan tesis ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Widyorini Endang MS, Psikolog selaku Ketua Program Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
2. Ibu Dra. Emiliana Primastuti, M. Si, Psikolog selaku dosen pembimbing utama yang memberikan semangat, serta pengetahuan kepada peneliti dalam menyelesaikan penyusunan tesis ini
3. Ibu Cicilia Tanti Utami, S.Psi, M.A, Psikolog selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberi banyak masukan kepada peneliti
4. Bapak Drs. Haryo Goeritno, M.Si, Psikolog yang telah membantu menganalisa data statistik
5. Seluruh Dosen Program Magister Profesi Psikologi UNIKA Soegijapranata yang telah memberikan ilmu kepada peneliti
6. Ibu Dr. Wisjnu Martani, SU., Psikolog selaku penguji tesis dari HIMPSI
7. Staf TU Program Magister UNIKA Soegijapranata yang selalu membantu urusan administasi

8. Kepala sekolah dan segenap guru TK PGRI 27 Puspoyudo Semarang yang telah memberikan ijin dan kemudahan penelitian
9. Murid TK PGRI 27 Puspoyudo Semarang sebagai subjek penelitian
10. Orang tua murid TK PGRI 27 Puspoyudo Semarang yang telah memberikan ijin dan kemudahan penelitian
11. Lily Chelfia S.E, M.Si yang telah membantu penelitian dan sebagai instruktur senam otak
12. Septiana Dwi Retnaningrum yang telah membantu dan mendukung penelitian ini
13. Keluarga besar yang telah memberikan dukungan sehingga penyusunan tesis ini terselesaikan
14. Dan semua pihak yang telah membantu penelitian dan tesis ini

Semoga Tuhan senantiasa melimpahkan berkat kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada peneliti. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat bermanfaat dan menjadi inspirasi bagi banyak orang.

Semarang, 24 Agustus 2017

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Pengesahan	ii
Pernyataan	iv
Ucapan Terima Kasih	v
Daftar Isi	vii
Daftar Bagan	viii
Daftar Tabel	ix
Daftar Grafik	x
Intisari	xi
Abstract	xii
Pendahuluan	1
Subyek	15
Hasil	21
Pembahasan	26
Kesimpulan dan Saran	32
Daftar Pustaka	33
Lampiran	37

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 : Senam Otak untuk Meningkatkan Konsentrasi Murid

TK 14



DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Rancangan Eksperimen <i>Pretest-Posttest Control Group Design</i>	15
Tabel 2 : Aspek dan Pengertian Konsentrasi	17
Tabel 3 : Tabel <i>Blue Print</i> Skala Konsentrasi	17
Tabel 4 : Perbandingan Skor Konsentrasi <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	20
Tabel 5 : Hasil Analisa Data Perbandingan Skor Konsentrasi	24



DAFTAR GRAFIK

- Grafik I : Perbedaan Konsentrasi antara *Pretest* pada Kelompok Kontrol dan *Pretest* pada Kelompok Eksperimen 21
- Grafik II : Perbedaan Konsentrasi antara *Posttest* pada Kelompok Kontrol dan *Posttest* pada Kelompok Eksperimen 22
- Grafik III : Perbedaan Konsentrasi antara *Posttest* pada Kelompok Eksperimen dan *Pretest* pada Kelompok Eksperimen 23



INTISARI

Konsentrasi adalah ketrampilan yang wajib dimiliki murid agar mampu memahami pelajaran dengan baik. Konsentrasi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi daya serap murid terhadap pelajaran. Konsentrasi pada murid TK PGRI 27 tergolong rendah ditunjukkan dengan perilaku meninggalkan tugas, berjalan, melamun sehingga dapat mengganggu kesiapan murid memasuki jenjang sekolah berikutnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam otak terhadap peningkatan konsentrasi pada murid taman kanak-kanak. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen kuasi, dengan subyek penelitian sebanyak 16 orang murid taman kanak-kanak. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala konsentrasi. Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh nilai $Z = -2,524$ dengan $p < 0,012$ menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor *posttest* konsentrasi pada kelompok kontrol dan skor *posttest* pada kelompok eksperimen sesudah diberikan senam otak. Konsentrasi setelah melakukan senam otak lebih baik bila dibandingkan dengan tidak melakukan senam otak (*Mean Posttest* Kelompok Kontrol = 63,13 dan *Mean Posttest* Kelompok Eksperimen = 86,00). Hasil ini menunjukkan hipotesis penelitian yang diajukan diterima.

Kata Kunci : konsentrasi, senam otak, taman kanak-kanak

ABSTRACT

Concentration is a skill that students must have in order to be able to understand the lesson well. Concentration is one of the factors that can affect the students' absorption of the lesson. Concentration on PGRI Kindergarten 27 students is low shown by the behavior of leaving the task, walking, daydreaming so that it can disturb the readiness of students entering the next school level. The research aims to determine the effect of brain gym to increase kindergarten concentration. The research used quasi experimental design, the study subjects were 16 kindergarten students. Measuring instruments used in this research is concentration scale. Based on the results of data analysis using the Wilcoxon Signed Ranks Test values obtained with $Z = -2,524$ with $p < 0,012$ indicates a significant difference between control group concentration posttest score and experiment group concentration posttest score after brain gym. Concentration after brain gym better than without brain gym (Control group posttest mean = 63,13 and Eksperimen group posttest mean = 86,00). These results indicate that the proposed research hypothesis is accepted.

Keywords : concentration, brain gym, kindergarten

