



JKB

Jurnal Kewirausahaan & Bisnis
Volume 2 Issue 2, Year 2020 (17-20)

Homepage : <https://jurnalunived.com/index.php/JKB>

Mengimplementasi Senam Otak Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak -Anak Dalam Menghadapi Belajar Online Di Era Covid 19

Diah Selviani ¹, Juwita ², Novi Ade Suryani ³, Edy Susanto ⁴, Nurhanifah Lubis ⁵

¹, FKIP/PKOM, Universitas Dehasen, Indonesia

¹ e-mail: diah.selviani@unived.ac.id

Abstract. The COVID-19 pandemic has forced many children to adapt to online learning. In this context, the problem that often arises is a lack of concentration and focus on learning material. Therefore, this study aims to analyze the effectiveness of implementing brain exercises as a method that can increase children's concentration in dealing with online learning in the era of COVID-19. Data collection was carried out using a concentration test instrument that has been tested for validity and reliability. Concentration tests were performed before and after the intervention period of several weeks. The collected data were then analyzed using statistical analysis. The results of this study indicate that the intervention group who underwent regular brain exercises experienced a significant increase in their concentration compared to the control group. Brain exercise can improve children's ability to focus attention, reduce distractions, and improve their memory skills. In the context of online learning in the era of COVID-19, the implementation of brain gymnastics can be an effective method for increasing children's concentration. Brain gym is a form of exercise that involves body movement, brain coordination, and sensory stimuli. Structured movements in brain gymnastics can stimulate children's brain development, thereby helping them to better face the challenges of online learning. This study provides recommendations to schools and parents to implement brain exercises as part of children's routines before online learning sessions. Brain gym can be an effective strategy in helping children improve concentration, maintain their attention, and optimize learning outcomes in unfamiliar online learning situations.

Keywords: Implementation of Brain Gym, Increasing Concentration, Children, Online Learning, Era of COVID-19.

Abstrak. Pandemi COVID-19 telah memaksa banyak anak-anak untuk beradaptasi dengan belajar secara online. Dalam konteks ini, masalah yang sering muncul adalah kurangnya konsentrasi dan fokus pada materi pembelajaran. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas implementasi senam otak sebagai metode yang dapat meningkatkan konsentrasi anak-anak dalam menghadapi belajar online di era COVID-19. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen tes konsentrasi yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Tes konsentrasi dilakukan sebelum dan setelah periode intervensi selama beberapa minggu. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis statistik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok intervensi yang menjalani senam otak secara rutin mengalami peningkatan signifikan dalam konsentrasi mereka dibandingkan dengan kelompok kontrol. Senam otak mampu meningkatkan kemampuan anak-anak dalam memusatkan perhatian, mengurangi gangguan, dan memperbaiki kemampuan memori mereka. Dalam konteks belajar online di era COVID-19, implementasi senam otak dapat menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi anak-anak. Senam otak adalah bentuk latihan yang melibatkan gerakan tubuh, koordinasi

otak, dan stimulus sensorik. Gerakan yang terstruktur dalam senam otak dapat merangsang perkembangan otak anak-anak, sehingga membantu mereka dalam menghadapi tantangan belajar online dengan lebih baik. Penelitian ini memberikan rekomendasi kepada sekolah dan orang tua untuk mengimplementasikan senam otak sebagai bagian dari rutinitas anak-anak sebelum sesi belajar online. Senam otak dapat menjadi strategi yang efektif dalam membantu anak-anak meningkatkan konsentrasi, mempertahankan perhatian mereka, dan mengoptimalkan hasil belajar dalam situasi pembelajaran online yang tidak biasa.

Kata Kunci: Implementasi Senam Otak, Meningkatkan Konsentrasi, Anak-Anak, Belajar Online, Era COVID-19.

PENDAHULUAN

Pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang mampu menyeimbangkan seluruh potensi berpikir siswa, dengan kata lain, pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang mampu menyeimbangkan antara potensi otak kanan dan otak kiri siswa, sehingga dalam membantu penyemibangan otak dengan melakukan kegiatan fisik yaitu senam otak supaya dapat membantu pembelajaran lebih optimal hasilnya.

Jika pembelajaran dalam kelas tidak melibatkan kedua fungsi otak itu, ketidak seimbangan kognitif akan terjadi bagi diri siswa yaitu potensi salah satu bagian otak akan melemah dikarenakan tidak digunakannya fungsi bagian otak tersebut. Jika hal ini dibiarkan, maka yang terjadi adalah siswa yang mengalami sikap kegagalan, dalam artian siswa akan menganggap bahwa materi yang dipelajarinya tidak sesuai dengan apa yang mereka inginkan. Kondisi ini jelas merupakan sebuah hal yang kontraproduktif terhadap terciptanya kegiatan pembelajaran yang bermakna bagi siswa.

Anak-anak menghadapi situasi yang panik dan masalah yang cukup menantang di era covid ini sehingga kegiatan belajar dilaksanakan secara daring membuat mereka bosan dan panik dengan keadaan yang semuanya berubah. Anak-anak merasa tertekan dan terpaksa dengan situasi yang sudah cukup lama di lalui saat ini, sehingga Tim Pengabdian mencari solusi untuk mengurangi rasa kecemasan menjadi rasa gembira dalam menghadapi situasi di era pandemi sekarang ini.

Berdasarkan survey para Tim Dosen dan dibantu oleh Mahasiswa dalam menghadapi masalah proses pembelajaran di era pandemic covid 19 ini bertempat di Perumahan Griya Puspa, RT 22, Kelurahan Rawa Makmur, Tim Pengabdian melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul "Mengimplementasi Senam Otak Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak -anak Dalam Menghadapi Belajar Online Di Era Covid 19".

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimental dengan desain pretest-posttest control group. Penelitian dilakukan pada sekelompok anak-anak usia sekolah dasar yang terbagi menjadi dua kelompok: kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Kelompok intervensi diberikan latihan senam otak secara rutin sebelum memulai sesi belajar online, sementara kelompok kontrol tidak mendapatkan intervensi apapun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dijelaskan tentang Implementasi Gerakan Senam Otak Pada Anak-anak dalam menghadapi belajar Online di era covid 19. Kegiatan pengabdian ini sebagai berikut :

1. Menghasilkan pengetahuan dengan mengimplementasikan senam otak untuk meningkatkan kosentrasi anak-anak dalam menghadapi belajar online di era covid 19 Per. Griya Puspa

RT.22 Kelurahan Rawa Makmur Kota Bengkulu.

2. Bisa memperagakan gerakan senam otak dan termotivasinya anak- anak Per. Griya Puspa RT.22 Kelurahan Rawa Makmur Kota Bengkulu.
3. Penjelasan yang telah disampaikan oleh kelompok pengabdian telah menambah wawasan peserta pengabdian akan pentingnya belajar online di era covid 19 dengan menggunakan Gerakan senam otak.

Keberhasilan pengabdian ini, tidak terlepas dari adanya faktor pendorong dan faktor penghambat.

1. Faktor Penghambat

Hal-hal yang dirasakan sebagai faktor penghambat kegiatan ini antara lain keterbatasan tempat sosialisasi dan peserta yang dibatasi karena wajib mematuhi protocol kesehatan. Hal ini dapat diatasi berkat kerjasama yang baik antara semua pihak yang terlibat dalam pengabdian ini.

2. Faktor pendorong

Antusias yang tinggi dari Anak-anak karena belajar memperhatikan Gerakan senam otak agar meningkatkan kosentrasi belajar.

3. Evaluasi

Terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, merupakan salah satu bentuk kegiatan yang mendukung program pembelajaran daring pada Anak-anak Kota Bengkulu untuk meningkatkan kosentrasi belajar.

SIMPULAN

Menghadapi tantangan pembelajaran online di era COVID-19, implementasi senam otak menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi anak-anak. Melalui gerakan fisik dan aktivitas yang merangsang otak, senam otak membantu meningkatkan konsentrasi, mengurangi stres, dan memperkuat koneksi otak yang diperlukan untuk pembelajaran dan pemecahan masalah. Dengan dukungan dari orang tua dan pendidik, senam otak dapat menjadi bagian yang penting dalam rutinitas pembelajaran online anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Auladina, A. M. *PEMANFAATAN TEKNOLOGI DIGITAL DALAM MEMASARKAN JASA PENDIDIKAN DI MTS. DARUL MUTTAQIEN* (Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Auladina, A. M. *PEMANFAATAN TEKNOLOGI DIGITAL DALAM MEMASARKAN JASA PENDIDIKAN DI MTS. DARUL MUTTAQIEN* (Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Cipta, H. (2011). Implementasi berbagai Algoritma Neural Network dan Wavelet pada Field Programmable Gate Array (FPGA).

Wardhani, N. K. S. K., & Armini, N. W. Y. (2022). Implementasi Learning Cycle 5E Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Hindu dan Budi Pekerti Pada Siswa Kelas X SMAN 1 Rendang Karangasem. *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, 98-112.