

# **PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN**

## **SKRIPSI**

*Diajukan untuk Melengkapi dan Memenuhi Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Islam*



*Oleh:*

**UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM. 030 111 0611

**SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI (STAIN) PALANGKA RAYA  
JURUSAN TARBIYAH PRODI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM  
1430 H / 2009 M**

## PERSETUJUAN SKRIPSI

JUDUL : PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA MURID TK  
KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN

NAMA : UTIN RASUNA HALIDA

NIM : 0301110611

JURUSAN : TARBIYAH

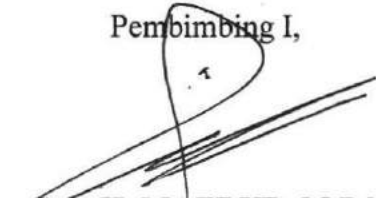
PROGRAM STUDI : PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

JENJANG : STRATA SATU (S-1)

Palangka Raya, Desember 2009

Menyetujui:

Pembimbing I,



**Drs. H. MAZRUR, M.Pd**  
NIP. 19620608 198903 1 003

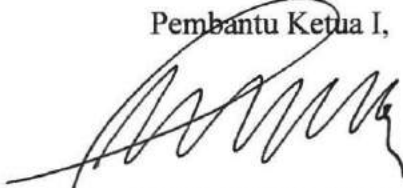
Pembimbing II,



**Drs. ROFI'I**  
NIP. 19660705 199403 1 010

Mengetahui:

Pembantu Ketua I,



**Drs. ABU BAKAR. HM, M.Ag**  
NIP. 19551231 198303 1 026

Ketua Jurusan Tarbiyah,



**Hj. HAMIDAH, MA**  
NIP. 19700425 199703 2 003

**NOTA DINAS**

Hal : **Mohon Diujikan Skripsi**  
**Sdr. Utin Rasuna Halida**

Palangka Raya, Desember 2009

Kepada,  
Yth. **Ketua Panitia Ujian Skripsi**  
di-  
Palangka Raya

*Assalamu'alaikum wr. Wb.*

Setelah membaca, memeriksa dan mengadakan perbaikan seperlunya,  
maka kami berpendapat bahwa Skripsi saudara:

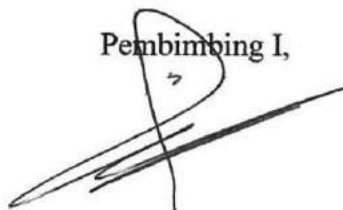
Nama : **UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM : 0301110611  
Semester : XIII (tiga belas)  
Jurusan : Tarbiyah  
Program Studi : Pendidikan Agama Islam (PAI)  
Judul Skripsi : **PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA MURID TK  
KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN  
BUN**

Sudah dapat diujikan untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Islam.  
Demikian, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr. Wb.*

Mengetahui:

Pembimbing I,



**Drs. H. MAZRUR, M.Pd**  
NIP. 19620608 198903 1 003

Pembimbing II,



**Drs. ROFI'I**  
NIP. 19660705 199403 1 010

## PENGESAHAN

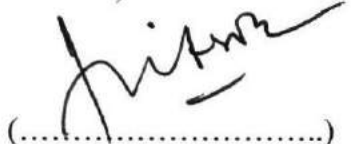
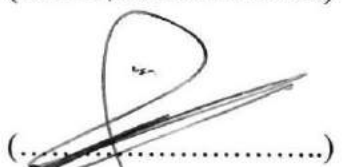
Skripsi yang berjudul **PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN** oleh **UTIN RASUNA HALIDA**, NIM. 030 111 0611 Telah dimunaqasyahkan pada TIM Munaqasyah Skripsi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Palangka Raya pada:

**Hari** : Kamis  
**Tanggal** : 23 Dzulhijjah 1430 H  
**10 Desember 2009**

Palangka Raya, 10 Desember 2009

### Tim Penguji:

1. **MARIAH KIFTIYAH, M.Si**  
Ketua Sidang/Penguji
2. **Dr. TUTUT SHOLIHAH, M.Pd**  
Penguji
3. **Drs. H. MAZRUR, M.Pd**  
Pembimbing I
4. **Drs. ROFI'I**  
Pembimbing II

()  
()  
()  
()



Ketua STAIN Palangka Raya,

  
**DR. H. KHAIRIL ANWAR, M.Ag**  
NIP. 19630118 199103 1 002

## PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN

### ABSTRAKSI

Tujuan utama dalam penelitian ini adalah; 1) Untuk mengetahui perencanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun. 2) Untuk mengetahui pelaksanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun. 3) Untuk mengetahui hasil terhadap pelaksana *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun. 4) Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat penerapan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif, dengan subjek (sumber data) berjumlah 4 orang dan informan berjumlah 1 orang. Teknik pengumpulan data yang penulis terapkan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan 3 (tiga) tahapan analisis yaitu; 1) *Data Reduction* (pengurangan data), 2) *Data Display* (penyajian data), dan 3) *Conclusion Drawing* (penarikan kesimpulan).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa; 1) Pembuatan perencanaan *Brain Gym* tertulis hanya dilakukan sekali saja dan tidak melakukannya pada setiap kali pelaksanaan, guru-guru hanya menentukan tujuan sehat jasmani saja, sedangkan dalam perencanaan yang sesungguhnya tujuan yang akan kita capai adalah tujuan kebugaran psikis atau kejiwaan. 2) Pelaksanaan *Brain Gym* gerakan-gerakan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun ini dilakukan hanya dilakukan 3 kali dalam seminggu pada pukul 06.30 – 06.45 pada hari Selasa, Rabu, dan Kamis, terstruktur dan tidak sesuai dengan teori yang ada serta tidak berorientasi pada tujuan akademik yang ingin dicapai, misalnya untuk memudahkan murid menulis guru dapat menyuruh murid untuk melakukan gerakan-gerakan *Brain Gym* (8 Tidur, Abjad 8, Mengaktifkan Tangan serta Coretan Ganda). Selain itu juga guru-guru banyak yang tidak paham dengan *Brain Gym* itu sendiri. 3) Manfaat *Brain Gym* terhadap siswa maupun guru TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun adalah; murid menjadi lebih segar, siswa dengan mudah dan tanggap dalam menerima pelajaran, murid-murid menjadi lebih tajam pendengaran dan penglihatannya, murid menjadi mudah bergaul, dalam artian bisa bersosialisasi dengan baik. 4) Faktor Pendukung antara lain; Murid yang selalu aktif dan mau mengikuti *Brain Gym* ini, dan Gerakan-gerakan *Brain Gym* ini tidak sulit serta mudah untuk dilaksanakan. Faktor penghambat dalam Penerapan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun; Kurangnya intensitas waktu untuk pelaksanaan *Brain Gym* ini, kurangnya pengetahuan tentang *Brain Gym* ini sehingga mengakibatkan pelaksanaannya kurang optimal, banyaknya jumlah murid dan jumlah guru yang kurang sehingga sangat mempengaruhi hasil yang diperoleh dalam pelaksanaan *Brain Gym* ini, terdapat instruktur yang tidak/kurang peduli dalam gerakan-gerakan *Brain Gym*, sehingga siswa mengikuti dengan seenaknya, tidak semua guru mengikuti pelatihan *Brain Gym* tersebut, sehingga berpengaruh pada pelaksanaannya.

# **THE IMPLEMENTATION OF BRAIN GYM FOR KEMALA BHAYANGKARI 6 STUDENTS IN PANGKALAN BUN**

## **ABSTRACT**

The main purposes of the study are 1) to know the planning of Brain Gym in Kemala Bhayangkari 6 Kindergarten of Pangkalan Bun, 2) to describe the application of Brain Gym in Kemala Bhayangkari 6 Kindergarten of Pangkalan Bun, 3) to know the result of Brain Gym implementation of Kemala Bhayangkari 6 Kindergarten in Pangkalan Bun, 4) to know the support and barrier factors of the Brain Gym implementation of Kemala Bhayangkari 6 Kindergarten in Pangkalan Bun.

This research used qualitative descriptive method. The research subjects were 4 persons and the informant was one (1). The research used the observation, interview, and documentation techniques for collecting the data. The analysis data were 1) data reduction, 2) data display, and 3) conclusion drawing.

The result of research showed that 1) the making of written Brain Gym planning was only done on time and they didn't do in every implementation. The teachers only determined the purpose of physical health, while in the real planning; the purpose achieved was physicked fresh. 2) The implementation of Brain Gym and Brain Gym movements in Kemala Bhayangkari 6 Kindergarten of Pangkalan Bun was done three days at 06.30-06.45 p.m. the days were on Tuesday, Wednesday, and Thursday. It was structured and it was not relevant with the theory and it did not orient to the academic purpose that would be achieved. For example; to make easy the students to write, the teachers can order them to do Brain Gym movements (8 sleeps, alphabet 8, making active hand and also double written). Besides many teachers didn't understand with the Brain Gym itself. 3) the function of Brain Gym for the students or teachers of Kemala Kindergarten 6 in Pangkalan Bun were the students became fresher, they can be easy to comprehend the material, and they were better in their listening and seeing, they were easy to make friendship, 4) support factors were the active students always, they wanted to follow up the this Brain Gym, the Brain Gym movements were not difficult and it was easy to be done. The barrier factors to implement the Brain Gym in Kemala Bhayangkari 6 Kindergarten of Pangkalan Bun were the less of time intensities to implement this Brain Gym, less of the knowledge of this Brain Gym, so it caused the implementation was not maximal, the number of students and the teacher were less, so it was influenced the achieved result in implementing the Brain Gym, there were careless instructor to the Brain Gym movements, so that the students joked to follow it, not all of the teacher followed the Brain Gym practice, so that it influenced to its implementation.

## KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. *Alhamdulillah*, segala puji syukur selalu terucap kehadirat Allah SWT. Atas berkat limpahan Rahmat, Taufiq serta Hidayah-Nya jualah penulis dapat dengan sabar menyelesaikan penyusunan skripsi dan pada akhirnya skripsi ini bisa terselesaikan, walaupun sempat terkendala bahkan tertunda oleh aktivitas lain yang juga menguras waktu bagi penulis. Salawat dan salam senantiasa tercurah dan terlimpah keharibaan Nabi besar Muhammad SAW, karena berkat suritauladan beliau lah yang membuat penulis sabar dan pada akhirnya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: **“PENERAPAN BRAIN GYM PADA MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6 DI PANGKALAN BUN”**.

Penulisan skripsi ini dilaksanakan dalam rangka penyelesaian Studi Program Strata Satu (S1) Pendidikan Agama Islam pada jurusan Tarbiyah dan pemenuhan persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Islam (S.Pd.I) di Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Palangka Raya.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan, arahan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat.

1. Bapak DR. H. Khairil Anwar M.Ag, selaku Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Palangka Raya
2. Bapak Drs. H. MAZRUR, M.Pd selaku pembimbing I dan Bapak Drs. Rofi'i , selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, masukan dan saran-saran sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

3. Bapak Kepala Disdikpora Kabupaten Kotawaringin Barat yang telah memberikan ijin penelitian di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
4. Ibu Supinem, selaku Kepala TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun yang telah memberikan ijin dalam penelitian ini.
5. Ibu Anisyah, Ibu Endah Yuni, Ibu Waliyati Ningsih, dan Ibu Tri Lestari yang telah membantu sehingga memudahkan penulis dalam penyusunan skripsi.
6. Abah, Ibu, Kakak-kakak serta Adik-adikku serta seluruh keluarga dan teman-teman yang memberikan dorongan moril dan materil kepada penulis untuk terus berjuang menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah memberikan bantuannya.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa sangat banyak terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik konstruktif sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Akhirnya penulis hanya dapat berharap dan berdo'a semoga semua jerih payah dan amal bakti yang telah diberikan mendapat pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT, dan mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin ya Robbal Alamin.

Palangka Raya, Desember 2009



**UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM. 0301110611

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa Skripsi dengan judul:  
**“PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA MURID TK KEMALA  
BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN”**, adalah benar karya saya sendiri dan  
bukan hasil penciplakan dari karya orang lain dengan cara yang tidak sesuai  
dengan etika keilmuan.

Jika dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran maka saya siap  
menanggung resiko atau sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Palangka Raya, Desember 2009  
Yang Membuat Pernyataan,

A 6000 Rupiah revenue stamp (Meterai Tempel) with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text "6000", "Tgl. 20", and "METERAI TEMPEL".

**UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM. 0301110611

## MOTTO

وَمِنْ ءَايَاتِهِ ۚ يُرِيكُمُ الْبَرْقَ خَوْفًا وَطَمَعًا وَيُنَزِّلُ مِنَ السَّمَاءِ  
مَاءً فَيُخْرِجُ بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا ۚ إِنَّ فِي ذَلِكَ  
لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ

Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya, Dia memperlihatkan kepadamu kilat untuk (menimbulkan) ketakutan dan harapan, dan Dia menurunkan hujan dari langit, lalu menghidupkan bumi dengan air itu sesudah matinya. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang mempergunakan akalnyanya.  
(QS. Ar Ruum : 24)

## PERSEMBAHAN

*Skripsi ini saya persembahkan untuk: Abah dan Ibu tercinta,  
Kakak-kakak dan Adik-adik tersayang, serta seluruh  
keluarga yang telah memberikan dukungan.  
Sahabat-sahabat yang selalu membantu  
menggapai cita-cita dan cinta. Terima kasih  
atas segalanya, semoga ALLAH Swt  
meridhoi segala usaha kita.*

## DAFTAR ISI

|                                                           | Halaman |
|-----------------------------------------------------------|---------|
| HALAMAN JUDUL .....                                       | i       |
| PERSETUJUAN SKRIPSI .....                                 | ii      |
| NOTA DINAS .....                                          | iii     |
| PENGESAHAN .....                                          | iv      |
| ABSTRAKSI .....                                           | v       |
| KATA PENGANTAR .....                                      | vi      |
| PERNYATAAN ORISINALITAS .....                             | viii    |
| MOTTO .....                                               | ix      |
| PERSEMBAHAN .....                                         | x       |
| DAFTAR ISI .....                                          | xi      |
| DAFTAR TABEL .....                                        | xiii    |
| BAB I PENDAHULUAN .....                                   | 1       |
| A. Latar Belakang .....                                   | 1       |
| B. Rumusan Masalah .....                                  | 8       |
| C. Tujuan Penelitian .....                                | 9       |
| D. Kegunaan Penelitian .....                              | 9       |
| E. Sistematika Pembahasan .....                           | 10      |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA .....                               | 12      |
| A. Penelitian Sebelumnya .....                            | 12      |
| B. Deskripsi Teoritik .....                               | 13      |
| 1. Penerapan .....                                        | 13      |
| 2. <i>Brain Gym</i> .....                                 | 13      |
| a. Perencanaa <i>Brain Gym</i> .....                      | 17      |
| b. Pelaksanaan <i>Brain Gym</i> .....                     | 18      |
| c. Hasil/Manfaat <i>Brain Gym</i> .....                   | 46      |
| d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Brain Gym</i> ..... | 46      |
| C. Kerangka Pikir dan Pertanyaan Penelitian .....         | 48      |
| 1. Kerangka Pikir .....                                   | 48      |
| 2. Pertanyaan Penelitian .....                            | 49      |

|                                                                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| BAB III METODE PENELITIAN .....                                                                                    | 50 |
| A. Waktu dan Tempat Penelitian .....                                                                               | 50 |
| B. Pendekatan, Subjek, dan Objek Penelitian .....                                                                  | 50 |
| C. Teknik Pengumpulan Data .....                                                                                   | 51 |
| 1. Teknik Observasi .....                                                                                          | 51 |
| 2. Teknik Wawancara .....                                                                                          | 52 |
| 3. Teknik Dokumentasi.....                                                                                         | 53 |
| D. Pengabsahan Data .....                                                                                          | 53 |
| E. Teknik Analisis Data .....                                                                                      | 54 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....                                                                        | 57 |
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....                                                                           | 57 |
| 1. Sejarah Singkat Berdirinya TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun .....                                          | 57 |
| 2. Visi dan Misi .....                                                                                             | 58 |
| 3. Pengelolaan TK .....                                                                                            | 59 |
| 4. Kurikulum dan Program Pembelajaran .....                                                                        | 60 |
| 5. Keadaan Guru TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun .....                                                        | 61 |
| 6. Keadaan Murid TK Kemala Bahyangkari 6 Pangkalan Bun.....                                                        | 62 |
| 7. Gambaran Umum Subjek Penelitian .....                                                                           | 63 |
| B. Penerapan <i>Brain Gym</i> pada Murid TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun .....                               | 64 |
| 1. Perencanaa <i>Brain Gym</i> di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun .....                                      | 64 |
| 2. Pelaksanaan <i>Brain Gym</i> .....                                                                              | 68 |
| 3. Manfaat <i>Brain Gym</i> terhadap Siswa TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun .....                             | 74 |
| 4. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Penerapan <i>Brain Gym</i> di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun ..... | 76 |
| C. Analisis Data .....                                                                                             | 77 |
| BAB V PENUTUP .....                                                                                                | 79 |
| A. Kesimpulan .....                                                                                                | 79 |
| B. Saran-saran .....                                                                                               | 80 |

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN-LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

|                                                                                         | Halaman |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| TABEL 1 DATA KETUA CABANG BHAYANGKARI .....                                             | 59      |
| TABEL 2 DATA GURU/PEGAWAI TAMAN KANAK-KANAK<br>KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN ..... | 60      |
| TABEL 3 KEADAAN MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6<br>PANGKALAN BUN .....                    | 62      |

# **BAB I**

# **PENDAHULUAN**



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, kebutuhannya pun semakin meningkat. Memasukkan anak ke sebuah lembaga pendidikan dalam hal ini sekolah adalah salah satu alternatif pemenuhan kebutuhan itu. Pada anak pra sekolah tempat pendidikan formalnya disebut dengan Taman Kanak-Kanak atau Raudatul Athfal. Senada dengan ini seperti telah ditegaskan Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 pasal 28 ayat (3) menyebutkan bahwa: "Pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal berbentuk Taman Kanak-Kanak (TK), Raudatul Athfal (RA), atau bentuk lain yang sederajat".<sup>1</sup>

Dalam perkembangannya, anak perlu dipenuhi berbagai kebutuhan, yaitu kebutuhan primer, sekunder dan tertier. Kebutuhan yang paling utama untuk dipenuhi adalah kebutuhan primer, yang meliputi pangan, sandang dan perumahan serta kasih sayang, perhatian, penghargaan terhadap dirinya dan peluang mengaktualisasikan dirinya. Pemenuhan kebutuhan dalam perkembangan ini banyak tergantung dari cara lingkungan berinteraksi dengan dirinya. Pemenuhan kebutuhan tersebut agak berbeda dari umur ke umur. Oleh karena itu, dalam perkembangannya dapat dilihat melalui fase-fase tertentu.

---

<sup>1</sup> Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Departemen Agama RI, *Undang-Undang dan Peraturan Pemerintah RI tentang Pendidikan*, h. 19

Menurut Aristoteles dalam Sumadi Suryabrata periodisasi-periodisasi yang berdasar biologis, menggambarkan perkembangan anak sejak lahir sampai dewasa terdapat tiga periode yang lamanya masing-masing tujuh tahun:

Fase I : dari usia 0;0 sampai usia 7;0 merupakan masa anak kecil, masa bermain atau masa sekolah belajar sambil bermain.

Fase II : dari usia 7;0 sampai usia 14;0 merupakan masa anak, masa belajar atau masa sekolah rendah.

Fase III : dari usia 14;0 sampai usia 21;0 merupakan masa remaja/pubertas yaitu masa peralihan dari anak menjadi dewasa.<sup>2</sup>

Selain itu menurut Wasty Soemanto dalam bukunya Psikologi Pendidikan menyatakan bahwa tahap perkembangan psikologis ada 9, yaitu:

1. Tahap perkembangan prenatal (sejak usia 2,5 bulan sampai usia 9 bulan di dalam perut ibu).
2. Tahap perkembangan vital (sejak lahir sampai usia 2 tahun).
3. Tahap perkembangan ingatan (sejak usia 2 tahun sampai usia 3 tahun).
4. Tahap perkembangan keakuan dan imajinasi (sejak usia 3 tahun sampai usia 4 tahun).
5. Tahap perkembangan pengamatan (sejak usia 4 tahun sampai usia 6 tahun).
6. Tahap perkembangan intelektual (sejak usia 6/7 tahun sampai usia 12/13 tahun).
7. Tahap perkembangan remaja (sejak usia 13 tahun sampai usia 16 tahun).
8. Tahap perkembangan remaja (sejak usia 16 tahun sampai usia 20 tahun).
9. Tahap dewasa.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 1995, h. 194

<sup>3</sup> Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta : PT. Rineka Cipta, 1998, h. 70

Pada fase pertama menurut Aristoteles serta tahap perkembangan pengamatan menurut Wasty Soemanto, merupakan masa anak kecil yang biasanya bermain serta pengamatan anak sudah mulai berkembang secara pesat. Anak-anak pada usia ini, yang ada di dalam pikirannya hanya bermain. Oleh sebab itu, pada fase ini anak-anak tidak diwajibkan untuk belajar dan belajar. Tetapi dalam hal ini, kita sebagai orang tua harus mampu mengelola pola bermain anak untuk menjadi terarah. Sehingga dalam bermain anak-anak tidak hanya bermain-main, tetapi dalam bermain itu dapat memberikan manfaat bagi sang anak, yaitu dalam bermain anak juga bisa belajar.

Agar bisa bermain sambil belajar, orang tua tidak mampu untuk melakukannya sendiri. Hal ini disebabkan tidak semua orang tua memiliki kemampuan untuk mengarahkan kegiatan bermain anak-anaknya, agar dalam bermain tersebut dapat dijadikan sebagai alat anak untuk belajar. Kondisi yang seperti ini menganggap perlu seorang anak untuk dimasukkan ke dalam sekolah khusus yang dapat membantu peran orang tua yang tidak dapat terealisasi tersebut. Karena itulah anak-anak dapat dimasukkan ke dalam TK atau yang sederajat.

TK adalah tempat penyelenggaraan pendidikan untuk mengembangkan kepribadian dan potensi diri sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik, dan ijin penyelenggaraan sekolah di bawah naungan Departemen Pendidikan Nasional. Dalam hal ini, TK sangat berperan dalam pengembangan potensi anak pada fase anak-anak ini.

Purwanto menjelaskan manfaat TK akan membantu meringankan beban orang tua, terutama dalam cara-cara mendidik anak-anaknya. Selain itu

juga orang tua dapat memperoleh pengetahuan dan dapat meniru/menuruti petunjuk-petunjuk bagaimana cara-cara yang dilakukan/dianjurkan oleh guru TK dalam mendidik anak-anaknya.<sup>4</sup>

Anak usia 4-6 tahun merupakan bagian dari anak usia dini yang berada pada rentangan usia lahir sampai 6 tahun. Hal ini sesuai dengan pendapat Wasty Seomanto, pada usia 4 sampai 6 tahun merupakan tahap perkembangan pengamatan. Dimana pengamatan anak sudah mulai berkembang sejak anak berusia 2 tahun, akan tetapi dalam tahap ini terjadi kepesatan perkembangan fungsi pengamatan anak, bahkan fungsi pengamatan anak sangat dominan sehingga sangat mempengaruhi perkembangan aspek-aspek pribadi anak.<sup>5</sup> Pada usia ini secara terminologi di sebut sebagai anak usia pra sekolah. Usia 4-6 tahun merupakan masa peka bagi anak. Anak mulai sensitif untuk menerima berbagai upaya perkembangan seluruh potensi anak.

Pada usia 4-6 tahun merupakan masa dimana anak-anak mulai merasakan dan mulai berfikir dalam menerima segala sesuatu yang ada di sekitarnya. Oleh karena itu dalam perkembangannya anak harus di motivasi agar dapat berkembang dengan baik.

Dengan dominannya perkembangan pengamatan anak pada usia ini, maka pengenalan anak terhadap alam sekitar semakin meluas dan terarah. Di dalam buku *Psikologi Pendidikan* yang dikarang oleh Wasty Soemanto, umur 4-6 tahun anak mulai aktif mempelajari seluk-beluk di alam sekitarnya dengan

---

<sup>4</sup> Ngalim Purwanto, *Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis*. Bandung : Remaja Rosdakarya, 1998, h. 135

<sup>5</sup> Wasty Soemanto, *Psikologi...*, h. 73

penginderaannya yang sangat peka. Anak suka mendengarkan lagu anak-anak, cerita-cerita anak-anak, melihat gerak-gerik benda-benda dan gambar.<sup>6</sup> Oleh karena itu, pada masa-masa ini merupakan masa yang peka bagi seorang anak.

Masa peka (umur 4-6 tahun) adalah masa terjadinya pematangan fungsi-fungsi fisik dan psikis yang siap merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan. Masa ini merupakan masa untuk meletakkan dasar pertama dalam menumbuhkembangkan kemampuan fisik, kognitif, bahasa, sosial emosional, konsep diri, disiplin, kemandirian, seni, moral, dan nilai-nilai agama.

Oleh sebab itu dibutuhkan kondisi dan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan anak agar pertumbuhan dan perkembangan anak tercapai secara optimal. Peran pendidik (orang tua, guru, dan orang dewasa lain) sangat diperlukan dalam upaya pengembangan potensi anak. Oleh sebab itu pendidik mempunyai peran yang penting dalam menstimulus perkembangan anak.

Peran pendidik dalam pengembangan potensi anak didik di sekolah dilakukan dalam proses kegiatan belajar mengajar yang ada. Untuk itu pendidik dituntut agar dapat membuat anak didiknya mampu menerima pelajaran dengan baik. Hal ini tentu saja harus di dukung oleh berbagai komponen pendidikan yang berhubungan dengan proses belajar, yang mana semua komponen tersebut dapat membantu dalam mengembangkan potensi yang ada pada diri anak.

Untuk mengembangkan potensi yang ada pada diri anak dalam usia 4-6 tahun, usia pra sekolah dapat dilakukan dengan memberikan stimulus serta

---

<sup>6</sup> *Ibid.*

ditunjang dengan gerakan-gerakan fisik yang dapat membantu anak dalam proses belajar. Hal ini dilakukan tidak hanya memaksa anak untuk terus belajar, tetapi bagaimana membantu kegiatan-kegiatan bermain yang mengasyikkan, yang biasanya dilakukan oleh anak-anak pada usia ini agar dapat bermanfaat dan terorganisir serta mampu meningkatkan konsentrasi belajar anak.

Salah satu cara untuk meningkatkan konsentrasi belajar anak dapat dilakukan dengan melakukan *Brain Gym*. Kegiatan *Brain Gym* dibuat guna menstimulasi, meringankan, atau merelaksasi murid yang terlibat dalam situasi belajar tertentu. Gerakan-gerakan khusus telah diamati agar lebih bermanfaat untuk mengatasi hambatan belajar perorangan berikut pola-pola individunya. Dalam proses pembelajaran, sangat penting untuk membiarkan anak menjajaki setiap aspek gerakan dan keseimbangan dalam lingkungan mereka. Kegiatan *Brain Gym* adalah gerakan-gerakan khusus yang telah diamati dapat bermanfaat untuk mengatasi hambatan belajar perorangan.

*Brain Gym* adalah suatu sentuhan dan gerakan-gerakan yang bisa merangsang kerja dan berfungsinya otak secara optimal, yaitu lebih mengaktifkan kemampuan otak kanan dan kiri, sehingga kerjasama antara belahan otak kanan dan kiri bisa terjalin.<sup>7</sup>

Dari sinilah kemudian melahirkan senam otak (*brain gym*) sejak sekitar 30 tahun terakhir ini. Roger Sperry, seorang vitasiolong kedokteran berhasil membuktikan bahwa gerakan-gerakan tertentu bisa mempengaruhi

---

<sup>7</sup> *Senam Brain Gym*. Dalam [www. Dharma Wanita Persatuan Mandiri, Demokratis & Berwawasan. co. id](http://www.DharmaWanitaPersatuanMandiri.Demokratis&Berwawasan.co.id) (online April 2008)

otak. Dengan menerapkan terhadap anak-anak hiperaktif, ternyata gerakan-gerakan tersebut berhasil menenangkan mereka. Penemuan ini membuahkan hadiah Nobel pada tahun 1981.<sup>8</sup>

Dalam buku *Agar Anak Asyik Belajar* dikatakan bahwa Teori pendidikan terbaru mengatakan, otak akan bekerja optimal apabila kedua belah otak ini dipergunakan secara bersama-sama. Otak kanan, yang memiliki spesifikasi berfikir dan mengolah data seputar perasaan, emosi, seni dan musik. Sementara otak kiri berfungsi mengelola data seputar sains, bisnis dan pendidikan. Jika anak belajar dengan hanya memanfaatkan otak kiri sementara otak kanannya tidak diaktifkan, maka mudah timbul perasaan jenuh, bosan dan mengantuk. Begitu pula mereka yang hanya memanfaatkan otak kanan tanpa diimbangi pemanfaatan otak kiri, bisa jadi ia akan lebih banyak menyanyi, mengobrol atau menggambar, tetapi hanya sedikit ilmu yang bisa masuk ke otaknya.<sup>9</sup> Oleh karena itu diperlukan kondisi yang bisa menciptakan keseimbangan belahan otak kiri dan otak kanan ini.

Selain itu disebutkan juga dalam artikel Majalah Ayahbunda (2001), Cara Lain Mengatasi Anak Sulit Belajar yaitu mengajak otak untuk bersenam. *Brain Gym* ini adalah rangkaian latihan gerakan sederhana yang dilakukan untuk memudahkan kegiatan belajar. Rangkaian gerakan sederhana yang dilakukan untuk memudahkan kegiatan bisa memperbaiki gerakan sederhana yang dilakukan meningkatkan rasa percaya diri, menguatkan motivasi belajar,

---

<sup>8</sup> Kliping Online, 2008, *Kliping Online Kumpulan Artikel Menarik*. Dalam [www.klipingonline.com](http://www.klipingonline.com) Kumpulan Arikel.co.id(on line 6 Juni 2009).

<sup>9</sup> Irawati Istadi, *Agar Anak Asyik Belajar*, Bekasi : Pustaka Inti, 2006, h. 11-14.

serta membuatnya lebih mampu mengendalikan stress. Itulah sebabnya latihan ini cocok untuk si kecil, terutama untuk menunjang belajarnya di sekolah.<sup>10</sup>

*Brain Gym* pada akhir-akhir ini telah mulai diterapkan di TK – TK. Salah satu TK yang telah menerapkan *Brain Gym* ini adalah TK Kemala Bhayangkari 6 di Pangkalan Bun. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6 DI PANGKALAN BUN”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun yang menjadi permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perencanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
2. Bagaimana pelaksanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
3. Bagaimana manfaat pelaksanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
4. Apakah faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?

---

<sup>10</sup> [Ayahbunda-Online] Rangkuman (Tanya) : Senam Otak-Thanks. Dalam [www.ayahbunda-online.co.id](http://www.ayahbunda-online.co.id) (online: April 2008)

### C. Tujuan Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan beberapa tujuan antara lain:

1. Untuk mengetahui perencanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
3. Untuk mengetahui manfaat terhadap pelaksana *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
4. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat penerapan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?

### D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Sebagai bahan informasi bagi TK yang lain dalam penerapan *Brain Gym* (senam otak) tersebut.
2. Sebagai bahan masukan bagi guru TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun dalam penerapan *Brain Gym* (senam otak).
3. Untuk menambah pengetahuan dan wawasan bagi diri pribadi penulis tentang penerapan *Brain Gym* (senam otak).
4. Sebagai bahan studi untuk penelitian lebih lanjut.
5. Menambah khazanah perpustakaan Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Palangka Raya khususnya tentang penerapan *Brain Gym* pada murid TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

## E. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini, dibagi menjadi 5 bagian, yaitu:

Bab pertama, pendahuluan yang berisikan latar belakang masalah, digambarkan secara global penyebab serta alasan-alasan yang memotivasi penulis untuk melakukan penelitian ini. Kemudian, dirumuskan secara sistematis mengenai masalah yang akan dikaji agar penelitian ini lebih terarah. Dilanjutkan dengan tujuan penelitian dan kegunaan penelitian serta sistematika pembahasan.

Bab kedua, kajian pustaka yang berisi penelitian sebelumnya dan memaparkan deskripsi teoritik, sebagai landasan teori atau kajian teori yang memuat argumen-argumen yang akan diteliti, dan kerangka berfikir serta pertanyaan penelitian.

Bab ketiga, metode penelitian berisikan waktu dan tempat penelitian serta pendekatan dan subyek penelitian. Dan dipaparkan juga mengenai tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data serta teknik keabsahan data agar data yang diperoleh benar-benar dapat dipercaya.

Bab keempat, membahas tentang gambaran umum lokasi penelitian yang meliputi sejarah berdirinya TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun, Visi dan Misi, Pengelolaan TK, Kurikulum dan Program Pembelajaran, Gambaran Umum Subjek Penelitian, Penerapan *Brain Gym*/Senam Cerdas Ceria yang meliputi perencanaan senam cerdas ceria, pelaksanaan *Brain Gym* (senam cerdas ceria) manfaat *Brain Gym*/senam

cerdas ceria terhadap siswa, faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan Senam Cerdas Ceria di TK Kemala Bhayangkari 6 di Pangkalan Bun.

Bab kelima, penutup memuat kesimpulan terhadap permasalahan yang dikemukakan pada penelitian, kemudian diakhiri dengan saran-saran yang sifatnya membangun dan memperbaiki isi skripsi ini. Kemudian disertai daftar pustaka sebagai rujukan penelitian.

# **BAB II**

# **KAJIAN PUSTAKA**



## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Penelitian Sebelumnya**

Judul skripsi "PENERAPAN METODE BERMAIN DALAM PENANAMAN NILAI-NILAI KEAGAMAAN DI RA/TK ISLAM KOTA PALANGKA RAYA" yang ditulis oleh Yety Purnama.

Adapun rumusan masalah dalam skripsi tersebut adalah:

1. Bagaimana rancangan kegiatan bermain dalam penanaman nilai-nilai keagamaan di RA/TK Islam Kota Palangka Raya.
2. Bagaimana pelaksanaan kegiatan bermain dalam penanaman nilai-nilai keagamaan di RA/TK Islam Kota Palangka Raya.

Penelitian ini menggambarkan bahwa rancangan kegiatan bermain dalam penanaman nilai-nilai keagamaan di RA/TK Islam Kota Palangka Raya pada kategori baik dan kualifikasi tinggi, karena kegiatan bermain dalam penanaman nilai-nilai keagamaan yang optimal akan diperoleh guru apabila kegiatan bermain tersebut dirancang dengan seksama dan tidak secara kebetulan.

Pelaksanaan kegiatan bermain dalam penanaman nilai-nilai keagamaan di RA/TK Islam Kota Palangka Raya berada pada kategori baik dan kualifikasi tinggi karena dalam pelaksanaan kegiatan bermain dalam penanaman nilai-nilai keagamaan hasil yang optimal akan diperoleh guru apabila pelaksanaan kegiatan bermain dilakukan guru secara sistematis,

artinya penentuan sistematika langkah pelaksanaan kegiatan bermain sangatlah penting sehingga pengembangan aspek nilai-nilai keagamaan dapat diberikan dengan secara lebih baik.

## B. Deskripsi Teoritik

### 1. Penerapan

Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia* penerapan adalah “pengenaan, perihal mempraktekkan”.<sup>1</sup>

Bloom’s dalam buku *Pengantar Didaktik Metodik Kurikulum PBM*, yang disusun oleh Team Didaktik Metodik Kurikulum IKIP Surabaya, menyatakan bahwa salah satu dominan *cognitive* dalam penerapan (*application*) yaitu “kemampuan”, menggunakan bahan yang telah dipelajari ke dalam situasi baru yang kongkrit.....”.<sup>2</sup>

Dari pendapat tersebut dapat dipahami bahwa yang dimaksud dengan penerapan adalah penggunaan/mempraktikkan suatu ilmu pengetahuan yang sudah dipelajari ke dalam situasi dan lingkungan yang kongkrit/nyata.

### 2. Brain Gym

*Brain Gym* adalah suatu sentuhan dan gerakan-gerakan yang bisa merangsang kerja dan berfungsinya otak secara optimal. Yaitu lebih

---

<sup>1</sup> Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1990, h. 935

<sup>2</sup> Team Metodik Kurikulum IKIP Surabaya, *Pengantar Didaktik Metodik Kurikulum PBM*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998, h. 169

mengaktifkan kemampuan otak kanan dan kiri, sehingga kerjasama antara belahan otak kanan dan kiri bisa terjalin.<sup>3</sup>

Paul E. Dennison dalam Buku Panduan Lengkap *Brain Gym* (*Senam Otak*) menyatakan *Brain Gym* adalah serangkaian gerak sederhana yang menyenangkan dan digunakan oleh para murid di Educational Kinesiology (Edu-K) untuk meningkatkan kemampuan belajar mereka dengan menggunakan keseluruhan otak. Gerakan-gerakan ini membuat segala macam pelajaran menjadi lebih mudah diterima oleh siswa, dan terutama sangat bermanfaat bagi kemampuan akademik.<sup>4</sup>

Penerapan *Brain Gym* adalah penggunaan/mempraktikkan gerakan-gerakan *Brain Gym* yang dapat merangsang kerja dan berfungsinya otak secara optimal ke dalam situasi dan lingkungan yang konkrit/nyata.

Dalam buku *Panduan Lengkap Brain Gym* disebutkan bahwa *Brain Gym* mengajarkan gerakan yang mudah, yang telah mengubah kehidupan banyak orang sejak awal diperkenalkan. Gerakan *Brain Gym* dapat membantu banyak orang, muda atau tua, untuk mengoptimalkan kemampuan belajarnya dan paling efektif apabila dilakukan setelah Pembuatan Pola Lateralitas (*Dennison Lateralilty Repatterning*).<sup>5</sup>

Selama lebih dari 50 tahun para perintis latihan *behavioral optometry and sensorimotor* sudah mengeluarkan statistik penelitian

---

<sup>3</sup> *Senam Brain Gym*. Dalam [www. Dharma Wanita Persatuan Mandiri, Demokratis & Berwawasan.co.id](http://www.Dharma Wanita Persatuan Mandiri, Demokratis & Berwawasan.co.id) (online April 2008)

<sup>4</sup> Paul E. Dennison dkk, *Buku Panduan Lengkap Brain Gym (Senam Otak)*, Jakarta: PT Gramedia, 2006, h. viii

<sup>5</sup> *Ibid*, h. viii

tentang pengaruh gerakan terhadap belajar. Pemahaman Dennison tentang penelitian ini, terutama menyangkut anak-anak dengan masalah khusus dalam kemampuan bicara, mendorongnya untuk menciptakan gerakan-gerakan *Brain Gym* yang sederhana, mudah, dan sesuai tugasnya, yang akan bermanfaat bagi semua pelajar. Gerakan-gerakan tubuh ini dan latihan meningkatkan pengaliran energi sangat cocok untuk kebutuhan khusus orang-orang yang belajar di zaman modern yang berteknologi maju.<sup>6</sup>

Kegiatan *Brain Gym* adalah gerakan-gerakan khusus yang telah diamati dapat bermanfaat untuk mengatasi hambatan belajar perorangan. Melalui kegiatan *Brain Gym* ini dapat membantu untuk mencapai perilaku tertentu dalam waktu singkat.<sup>7</sup>

Banyak pengajar menggunakan seluruh gerakan *Brain Gym* di dalam kelas setiap hari. Sebagian hanya menggunakan gerakan yang berhubungan dengan membaca selama pelajaran membaca selain itu juga bisa untuk meletakkan dasar pertama dalam menumbuhkembangkan kemampuan fisik (pengembangan ini bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan kasar dan halus, meningkatkan kemampuan mengelola mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil), kognitif

---

<sup>6</sup>*Ibid*, h. ix

<sup>7</sup>*Senam Brain Gym*. Dalam [www. Dharma Wanita Persatuan Mandiri...](http://www.DharmaWanitaPersatuanMandiri...)

(Pengembangan ini bertujuan mengembangkan kemampuan berpikir anak untuk dapat mengolah perolehan belajarnya, dapat menemukan bermacam-macam alternatif pemecahan masalah, membantu anak untuk mengembangkan kemampuan logika matematikanya dan pengetahuan akan ruang dan waktu, serta mempunyai kemampuan untuk memilah-milah, mengelompokkan serta mempersiapkan pengembangan kemampuan berpikir teliti), bahasa (Pengembangan ini bertujuan agar anak mampu mengungkapkan pikiran melalui bahasa yang sederhana secara tepat, mampu berkomunikasi secara efektif dan membangkitkan minat untuk dapat berbahasa Indonesia), sosial emosional, konsep diri, disiplin (Pengembangan konsep kecakapan hidup didasarkan atas pembiasaan-pembiasaan yang memiliki tujuan untuk mengembangkan kemampuan menolong diri sendiri, disiplin dan sosialisasi serta memperoleh keterampilan dasar yang berguna untuk kelangsungan hidupnya), kemandirian (Menunjukkan motivasi dalam belajar, percaya diri, bekerja mandiri dan bekerja sama dengan orang lain), seni (Pengembangan ini bertujuan agar anak dapat dan mampu menciptakan sesuatu berdasarkan hasil imajinasinya, mengembangkan kepekaan, dan dapat menghargai hasil karya yang kreatif), moral, dan nilai-nilai agama (Memiliki keyakinan, menyadari serta menjalankan hak dan kewajiban, saling menghargai dan memberi rasa aman, sesuai dengan agama yang dianutnya). Tentu saja tidak seorang pun dipaksa untuk melakukan gerakan yang dirasakan kurang wajar atau kurang menyenangkan. Setiap pelajar sebaiknya

melakukan gerakan sebatas kemampuannya, didorong atau dimotivasi oleh guru, tetapi jangan dipaksa.

a. Perencanaan *Brain Gym*

Perencanaan *Brain Gym* dimulai dengan merencanakan gerakan-gerakan apa yang akan dilakukan. Semua gerakan-gerakan *Brain Gym* yang dilakukan harus mempunyai tujuan yang akan dicapai. Dimana semua gerakan-gerakan itu akan mempengaruhi cara kerja otak, karena otak manusia terdiri dari tiga dimensi. Seperti yang diungkapkan dalam buku *Panduan Brain Gym* menyatakan bahwa otak itu terdiri dari tiga dimensi dengan bagian-bagian yang saling berhubungan sebagai satu kesatuan. Akan tetapi, otak manusia juga spesifik tugasnya, yang untuk aplikasi gerakan *Brain Gym* dipakai istilah Dimensi Lateralitas untuk belahan otak kiri dan kanan, Dimensi Pemfokusan untuk bagian belakang otak (batang otak atau *brainstem*) dan bagian depan otak (*frontal lobes*), serta Dimensi Pemusatan untuk sistem limbis (*midbrain*) dan otak besar (*cerebral cortex*).<sup>8</sup>

*Brain Gym* yang diperkenalkan dan dikembangkan oleh Paul E Dennison dan Gail E Dennison. Beberapa gerakan sederhana seperti Gerakan Silang (*Cross Crawl*), Mengisi Energi (*Energizer*), 8 Tidur (*Lazy 8's*), Sakelar Otak (*Brain Button*), Titik Positif (*Positive Points*), Putaran Leher (*Neck Rolls*), Tombol Bumi (*Earth Button*), dan Tombol Imbang (*Balance Button*). Gerakan itu dibuat untuk merangsang otak kiri dan kanan (dimensi lateralitas); meringankan atau merelaksasi belakang otak dan bagian depan otak (dimensi pemfokusan); merangsang sistem yang terkait dengan perasaan/emosional, yakni otak tengah (limbis) serta otak besar (dimensi pemusatan). Sebagai pemula, Anda bisa melakukannya lewat

---

<sup>8</sup> Paul E. Dennison dkk, *Buku Panduan...*, h. 1

gerakan sederhana sambil melakukan kegiatan sehari-hari. Senam ini bisa dilakukan tanpa waktu khusus. Sambil nonton televisi juga bisa dilakukan.<sup>9</sup>

b. Pelaksanaan Brain Gym

Dalam pelaksanaan *Brain Gym* langkah pertama yang dilakukan adalah dengan meminum air putih. Air putih yang diperlukan oleh tubuh cukup banyak, oleh karena itu ada takaran dalam meminum air putih yaitu 0,3 sampai 0,4 liter/10 kg berat badan (BB) manusia sehari, kalau sedang belajar. Misalnya saja, dengan BB 50 kg, ia harus minum sekitar 1,5 sampai 2 liter/hari. Namun, Kalau ia sedang sakit atau banyak berkeringat, jumlah air putih yang diminumnya harus bertambah lagi, yakni menjadi 0,6 liter/10 kg BB. Jadi, ia harus minum air sekitar 3 liter.<sup>10</sup> Akan tetapi jangan menentukan jumlah keperluan air orang lain, kecuali bila Anda seorang dokter. Dengan informasi yang benar murid bisa mengetahui kebutuhannya sendiri.<sup>11</sup> Meminum air putih sebelum melakukan *Brain Gym* berguna untuk mempercepat energi masuk ke otak.

Untuk anak usia nol hingga tiga bulan, senam otak yang paling baik adalah gerakan silang *Baby Brain Gym*. Agar bayi mudah mengingat stimulasi yang diberikan kepadanya, lakukan senam secara interaktif, berulang, dan dalam kondisi yang menyenangkan. Pastikan

---

<sup>9</sup> Segala Warna Dunia, *Belajar Senam Otak Yuks*. Dalam [www. Segala Warna Dunia.co.id](http://www.SegalaWarnaDunia.co.id) (online 6 Juni 2009)

<sup>10</sup> [Ayahbunda-Online] Rangkuman (Tanya) : Senam Otak-Thanks. Dalam [www. ayahbunda-online.co.id](http://www.ayahbunda-online.co.id) (online: April 2008)

<sup>11</sup> Paul E. Dennison dkk, *Buku Panduan Lengkap...*, h. 45



anak siap, jangan memaksakannya, dan bikin aktivitas ini menjadi semenarik mungkin.<sup>12</sup>

Adapun gerakan gerakan *Brain Gym* yang dilakukan adalah terdiri dari 24 macam gerakan, berikut ini akan diuraikan macam-macam gerakan tersebut:

#### 1) Gerakan Menyeberangi Garis Tengah/*The Midline Movements*

*Gerakan Menyeberangi Garis Tengah* berpusat pada keterampilan yang diperlukan untuk gerakan bagian tubuh kiri dan kanan dengan melewati bagian tengah tubuh. Garis vertikal tubuh adalah acuan penting yang diperlukan untuk semua kemampuan dua sisi tubuh. Bidang tengah adalah area di mana bidang penglihatan kiri dan kanan saling tumpang tindih. Bidang tengah ini memerlukan peranan kedua mata dan semua otot bersangkutan untuk bekerja sama dengan baik sebagai satu tim, sehingga kedua mata berfungsi satu kesatuan. Perkembangan kemampuan bergerak secara bilateral atau dengan dua sisi tubuh seperti merangkak, berjalan atau melihat ke dalam, sangat penting bagi seorang anak dalam menuju kemandirian. Juga merupakan prasyarat untuk koordinasi tubuh secara keseluruhan dan kemudahan belajar dalam area penglihatan dekat. Gerakan Menyeberangi Garis Tengah membantu mengintegrasikan penglihatan dengan kedua mata (*binocular*), pendengaran dengan kedua telinga (*binaural*), serta sisi kiri dan kanan dari otak dan badan.<sup>13</sup>

##### a) Gerakan Silang (*Cross Crawl*)

Gerakan silang dengan menggerakkan tangan kanan *bersamaan* dengan kaki dan tangan kiri dengan kaki kanan. Bergerak ke depan, ke samping, ke belakang atau jalan ditempat. Untuk "menyeberangi garis tengah" sebaiknya tangan menyentuh lutut yang berlawanan. Kalau kedua belahan otak bekerja sama

<sup>12</sup> [milis-nakita] Brain Gym, Optimalkan Perkembangan Otak. Dalam <http://www.mail-archive.com/milis-nakita@news.gramedia-majalah.com/>

<sup>13</sup> Paul E. Dennison dkk, *Buku Panduan Lengkap...*, h. 5

seperti ini, maka akan terbuka untuk mempelajari hal-hal baru.<sup>14</sup>



b) 8 Tidur (*Lazy 8*)

Menggambar 8 tidur di papan tulis dengan menggunakan otot-otot besar, sambil mata mengikuti gerakan tangan. Buatlah angka 8 tidur tiga kali tiap tangan, kemudian tiga kali dengan kedua tangan.<sup>15</sup>




---

<sup>14</sup> *Ibid*, h. 7

<sup>15</sup> *Ibid*, h. 9

c) Coretan Ganda (Double Doodle)

Coretan ganda adalah kegiatan menggambar di kedua sisi tubuh yang dilakukan pada bidang tengah untuk menunjang kemampuan agar mudah mengetahui arah dan orientasi yang berhubungan dengan tubuh. Coretan ganda paling baik dikerjakan dengan otot utama lengan dan bahu. Berdiri di belakang murid, tuntun lengan dan tangannya melakukan beberapa gerakan sederhana. Ajarkan dia untuk mengacu pada garis tengah sebagai petunjuk arah. Katakan "Ke luar, ke atas, ke dalam, dan ke bawah" saat anda memandunya menggambar segi empat dengan kedua tangannya sudah bisa bergerak bersama dengan mudah dan bentuk yang dibuatnya mirip satu sama lain.<sup>16</sup>

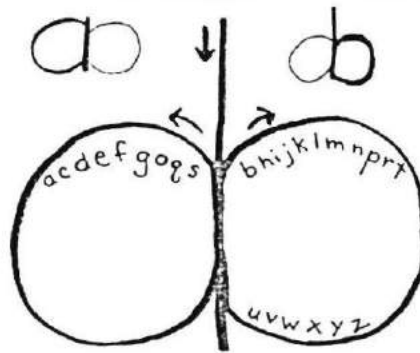


d) Abjad 8 (*alphabet 8's*)

Abjad 8 mengadaptasi bentuk 8 Tidur sebagai tempat meletakkan huruf kecil dari *a* ke *t* (huruf-huruf ini berkembang dari sistem Arab; huruf *u* sampai *z* dari abjad Romawi). Aktivitas ini mengintegrasikan gerakan yang menyangkut pembentukan huruf-huruf, memungkinkan penulisannya untuk menyeberangi garis tengah visual tanpa mengalami kebingungan. Setiap huruf secara jelas ditempatkan pada salah satu sisi, kiri atau kanan dari garis tengah (lihat gambar). Banyak

<sup>16</sup> *Ibid*, h. 11

huruf mulai atau berakhir dengan menulis ke bawah. Bagi kebanyakan murid, ketika penulisan huruf kecil membaik maka tulisan tangan pun umumnya juga lebih mudah.<sup>17</sup>



Huruf-huruf ini ditulis mulai dari kurva dan bergerak ke atas ke arah kiri.

Huruf-huruf ini ditulis mulai dari garis tengah dan bergerak ke kanan.

#### e) Gajah (*The Elephant*)



Gerakan gajah mengaktifkan bagian dalam telinga untuk keseimbangan yang lebih baik, juga mengintegrasikan otot untuk mendengar dengan kedua telinga, membuat relaks otot-otot tengkuk yang tegang, yang sering timbul sebagai reaksi terhadap bunyi atau gerakan bibir yang berlebihan sewaktu membaca dalam hati. Pada gerakan Gajah, batang tubuh, kepala.

<sup>17</sup> *Ibid*, h. 11



Lengan, dan tangan bekerja sebagai satu kesatuan, yang bergerak di sekeliling bayangan 8 tidur dari jarak jauh, dengan fokus mata melewati tangan. Seluruh tubuh ikut bergerak, bukan hanya lengan.<sup>18</sup>

f) Putaran Leher (*Neck Rolls*)



Putaran Leher menunjang relaksnya tengkuk dan melepaskan ketegangan yang disebabkan oleh ketidakmampuan menyeberangi garis tengah visual atau untuk bekerja dalam bidang tengah. Bila gerakan ini dilakukan sebelum membaca dan menulis, akan memacu kemampuan penglihatan dengan kedua mata (binocular) dan pendengaran dengan kedua telinga (binaural) secara bersamaan. Kepala diputar di posisi depan saja, setengah lingkaran dari kiri ke kanan dan sebaliknya. Tidak disarankan memutar kepala hingga ke belakang.<sup>19</sup>

g) Olgan Pinggul (*The Rocker*)

Olgan Pinggul mengendorkan punggung bawah dan tulang kelangkang (*sacrum*) dengan memijat kelompok otot *hamstring* dan otot *gluteus* (otot-otot di paha dan sekitar pantat); juga menstimulasi saraf di pinggul yang melemah akrena terlalu lama duduk. Ketika tulang kelangkang dapat bebas bergerak, otak diaktifkan juga karena berada pada ujung jalur susunan saraf pusat.

<sup>18</sup> *Ibid*, h. 15

<sup>19</sup> *Ibid*, h. 17

Peredaran cairan serebrospinal di tulang belakang distimulasikan sehingga tubuh bekerja secara lebih efisien.<sup>20</sup>



h) Pernapasan Perut (*Belly Breathing*)



Pernapasan Perut mengingatkan murid untuk tetap bernapas (dan tidak menahan napas) selama suatu kegiatan mental atau fisik yang berat. Bernapas harus memperlebar rangka dada dari dengan ke belakang, kiri ke kanan, dan atas ke bawah, termasuk rongga perut. Ketika bernapas pendek, dada terangkat sedikit saja, aliran oksigen ke otak terbatas, sedangkan bernapas

<sup>20</sup> *Ibid*, h. 19

dengan benar mengalirkan banyak oksigen sehingga meningkatkan fungsi otak secara lebih khusus.<sup>21</sup>

i) Gerakan Silang Berbaring (*Cross Crawl Sit-Ups*)



Gerakan Silang Berbaring memperkuat bagian perut, mengendorkan punggung bawah, dan mengaktifkan integrasi otak kiri dan kanan. Gerakan ini mengembangkan koordinasi otot-otot utama di sekitar batang tubuh yang berkenaan dengan sikap tubuh dan menunjang keteraturan seputar garis tengah tubuh.<sup>22</sup>

j) Pengisi Energi (*The Energizer*)

Murid duduk dengan nyaman di kursi, kedua lengan bawah dan dahi diletakkan di atas meja. Tangan ditempatkan di depan bahu dengan jari-jari menghadap sedikit ke dalam. Ketika menarik nafas murid merasakan napasnya mengalir ke garis tengah seperti pancuran energi, mengangkat dahinya, kemudian tengkuk, dan akhirnya punggung atas. Diafragma dan dada tetap terbuka dan bahu tetap relaks. Pengeluaran napas sama penting seperti ketika menariknya, kepala ditundukkan ke dada, kemudian dahi diturunkan ke atas meja. Gerakan bolak balik kepala meningkatkan peredaran ke otak bagian depan (*frontal lobe*) untuk meningkatkan kemampuan memahami dan berfikir rasional.<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup> *Ibid*, h. 21

<sup>22</sup> *Ibid*, h. 23

<sup>23</sup> *Ibid*, h. 25



k) Membayangkan Huruf X (*Think of an X*)



X merupakan pola organisasi otak untuk menyeberangi garis tengah lateral. Idealnya, melalui proses berakhirnya masa bayi dengan tahapan satu sisi dan tahap perkembangan *cross-lateral*, bagian otak kiri menggerakkan sisi kanan tubuh dan bagian otak kanan menggerakkan sisi kiri. Seluruh bagian otak belajar melalui gerakan untuk bekerja sama, membuat kedua sisi dapat memproses penerimaan dan pengekspresian. X juga mengingatkan pada 8 Tidur, mengaktifkan bagian otak kiri dan kanan untuk menggerakkan dan

menenangkan tubuh, dan mengaktifkan kedua mata untuk penglihatan binokuler.<sup>24</sup>

## 2) Gerakan Meregangkan Otot/*Lengthening Activities*

Dalam *Brain Gym*, Gerakan Merenggangkan Otot menolong murid untuk mengembangkan dan menguatkan hubungan-hubungan saraf yang memungkinkan mereka untuk menyambungkan antara apa yang telah mereka ketahui di otak bagian belakang dengan kemampuan untuk mengolah dan mengungkapkannya di otak bagian depan. Gerakan-gerakan ini terutama efektif bila digunakan untuk melepaskan refleks yang terkait dengan ketidakmampuan berbahasa yang spesifik. Murid perlu meningkatkan minat terhadap keterampilan komunikasi untuk membaca, menulis, mendengarkan, dan berbicara dengan penuh rasa ingin menjelajahi, ingin tahu, dan berani mengambil resiko.

### a) Burung-hantu (*The Owl*)

Gerakan Burung-hantu dimaksudkan untuk menunjuk kepada keterampilan-keterampilan penglihatan, pendengaran dan putaran kepala. Gerakan ini bisa melepaskan ketegangan tengkuk dan bahu yang timbul karena stress, khususnya ketika mengangkat buku berat atau ketika mengkoordinasikan mata untuk membaca atau kemampuan melihat dekat lainnya. Lebih dari itu, gerakan ini melepaskan ketegangan akibat sub-vokalisasi selama membaca. Gerakan ini juga memperpanjang otot tengkuk dan bahu, dengan mengatur kembali jangkauan gerakannya dan peredaran

---

<sup>24</sup> *Ibid*, h. 27

darah ke otak untuk meningkatkan kemampuan fokus, perhatian, dan ingatan.<sup>25</sup>



b) Mengaktifkan Tangan (*Arm Activation*)



Mengaktifkan Tangan merupakan gerakan isometric untuk menolong diri sendiri yang memperpanjang otot-otot dada atas dan bahu, kontrol untuk gerakan-gerakan motorik kasar dan motorik halus berasal dari area ini. Jika otot-otot ini memendek karena ketegangan maka gerakan-gerakan yang berhubungan dengan menulis dan penguasaan alat akan terhambat.<sup>26</sup>

<sup>25</sup> *Ibid*, h. 31

<sup>26</sup> *Ibid*, h. 33

c) Lambaikan Kaki (*The Footlex*)

Gerakan Lambaian Kaki, seperti halnya gerakan Pompa Betis, merupakan proses pengajaran kembali gerakan untuk mengembalikan panjang alamiah tendon pada kaki dan tungkai bawah. Tendon memendek untuk melindungi individu dari ancaman bahaya, suatu respon yang disebabkan oleh refleks otak untuk mundur atau menahan (*tendon-guard reflex*). Dengan mempertahankan tendon betis di posisi yang memanjang sambil mengaktifkan atau melambaikan kaki maka refleks penahan menjadi relaks.<sup>27</sup>



d) Pompa Betis (*The Calf Pump*)

Seperti Gerakan Lambaikan Kaki maka Gerakan Pompa adalah suatu proses untuk mengajarkan lagi gerakan guna mengembalikan panjang alamiah dari tendon pada kaki dan tungkai bawah. Pada saat merasakan bahaya, tendon memendek untuk menyiapkan gerakan lari. Dengan menekan tumit ke bawah dan memperpanjang tendon betis, refleks rasa takut ini dilepaskan dan otot akan kembali ke ketegangan normal.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup> *Ibid*, h. 35

<sup>28</sup> *Ibid*, h. 37



e) Luncuran Gravitasi (*The Gravity Glider*)



Gerakan Luncuran Gravitasi merupakan aktivitas pembelajaran-ulang serakan untuk mengembalikan keadaan alamiah dari *hamstrings*, panggul dan sekitarnya (pelvis). Gerakan ini menggunakan keseimbangan dan gravitasi untuk melepaskan ketegangan di panggul dan pelvis, agar murid dapat menemukan sikap tubuh duduk dan berdiri yang nyaman. Murid duduk dengan nyaman, menyilangkan kaki di pergelangannya dan merentangkan tangan depan, lalu meluncurkannya ke daerah kaki.<sup>29</sup>

<sup>29</sup> *Ibid*, h. 39

f) Pasang Kuda-Kuda (*The Grounder*)



Gerakan Pasang Kuda-kuda adalah kegiatan Gerakan Merenggangkan Otot yang membuat relaks kelompok otot *ileopsoas*. Otot-otot ini menegang karena duduk lama atau stress di daerah pelvis; yang membatasi gerakan dan kelenturan.<sup>30</sup>

3) Gerakan Meningkatkan Energi dan Sikap Penguatan/*Energy Exercises and Deepening Attitudes*

Dalam *Brain Gym*, Gerakan Meningkatkan Energi Dan Menunjang Sikap Positif mengaktifkan kembali hubungan-hubungan saraf antara tubuh dan otak sehingga memudahkan aliran energi elektromagnetis ke seluruh tubuh. Gerakan ini meningkatkan energi memperkuat informasi penting dan perabaan/sentuhan dan kinestik mengenai hubungan-hubungan internal tubuh yang biasanya berkembang selama masa bayi.

---

<sup>30</sup> *Ibid*, h. 41

a) Air (*Water*)

Air merupakan pembawa energi listrik yang sangat baik. Dua per tiga tubuh manusia (kurang lebih 70%) terdiri dari air. Semua aksi listrik dan kimia dari otak dan sistem pusat saraf tergantung pada aliran arus listrik antara otak dan organ sensorik, yang dimudahkan oleh air. Seperti hujan yang jatuh ke tanah, dengan mudah air diserap tubuh bila minum secara teratur (sedikit tetapi sering).<sup>31</sup>

b) Sakelar Otak (*Brain Buttons*)

Sakelar Otak (jaringan lunak di bawah tulang selangka di kiri dan kanan tulang dada) dipijat dengan satu tangan, sementara tangan yang lain memegang pusar.<sup>32</sup>



c) Tombol Bumi (*Erath Buttons*)

Kedua tangan diletakkan di depan garis tengah lateral, tarik perhatian murid pada satu titik pusat acuan, yang diperlukan untuk mengambil keputusan tentang posisi objek dalam suatu ruang. Saat murid dapat mengorganisasikan bidang pandang pada tubuhnya sendiri, mata, tangan, dan seluruh tubuhnya menjadi lebih terkoordinasi. Ujung jari satu tangan menyentuh bawah bibir, ujung jari lainnya di pinggir atas tulang kemaluan (kurang lebih 15 cm di bawah pusar). Merasakan hubungan

---

<sup>31</sup> *Ibid*, h. 45

<sup>32</sup> *Ibid*, h. 47

antara tubuh atas dan bawah ini memungkinkan murid mengkoordinasikannya untuk meningkatkan stabilitas.<sup>33</sup>



d) Tombol Imbang (*Balance Buttons*)

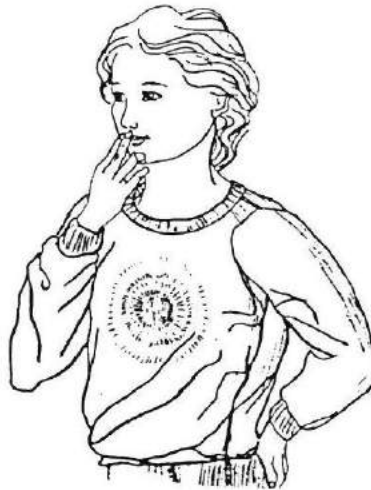


Tombol Imbang dengan segera menyeimbangkan ketiga dimensi; kiri-kanan, atas-bawah, dan depan-belakang. Mengembalikan ke bagian belakang otak (*occiput*) dan daerah telinga bagian dalam membantu memulihkan keseimbangan tubuh secara keseluruhan. Biarkan murid menyentuh Tombol Imbang yang terdapat di belakang telinga, pada sebuah lakukan di batas rambut antara

<sup>33</sup> *Ibid*, h. 49

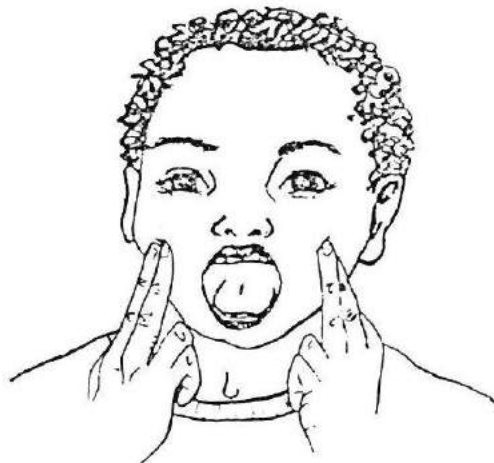
tengkorak dengan tengkuk (4-5 cm ke kiri dan ke kanan dari garis tengah tulang belakang) dan persis di belakang daerah mastoid (*Processus mastoideus*).<sup>34</sup>

e) Tombol Angkasa (*Space Buttons*)



Kedua tangan diletakkan di garis tengah tubuh, satu sisi atas bibir di garis tengah depan, yang lain di garis tengah belakang pada tulang ekor atau lebih ke atas agar aman dan sopan.<sup>35</sup>

f) Menguap Berenergi (*The Energy Yawn*)



Menguap merupakan refleks pernapasan alami yang meningkatkan peredaran udara ke otak dan merangsang seluruh

---

<sup>34</sup> *Ibid*, h. 51

<sup>35</sup> *Ibid*, h. 53

tubuh. Sebaiknya kita menutup mulut waktu menguap, tapi jangan menahannya karena bisa menimbulkan ketegangan rahang. Menguap baik dalam *Brain Gym*. Menguap sambil menyentuh tempat-tempat yang tegang di rahang menolong menyeimbangkan tulang tengkorak dan menghilangkan ketegangan di kepala dan rahang.<sup>36</sup>

g) Pasang Telinga (*The Thinking Cap*)

Kegiatan ini menolong murid memusatkan perhatian terhadap pendengarannya. Juga, menghilangkan ketegangan pada tulang-tulang kepala. Dengan ibu jari dan telunjuk, pijat secara lembut daun telinga sambil menariknya ke luar, mulai dari ujung atas, menurun sepanjang lingkungan dan berakhir di kuping.<sup>37</sup>



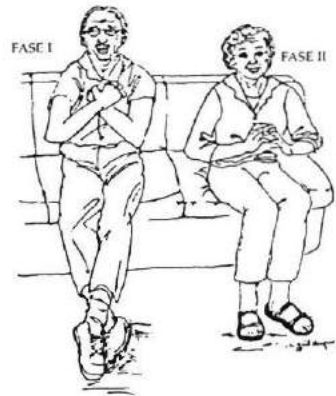
h) Kait Relaks (*Hook Ups*)

Kait Relaks menghubungkan lingkungan elektris di tubuh, dalam kaitannya dengan pemusatan perhatian dan kekacauan energi. Lakukan kait relaks (*hook ups*) bila merasa sedih, bingung atau marah. Gerakan ini akan membuat kita menjadi tenang kembali. Ada dua tahap *hooks ups* ini. Pertama, letakkan kaki kiri di atas kaki kanan, dan tangan kanan dengan posisi jempol ke bawah, jari-jari kedua tangan saling menggenggam, kemudian tarik kedua tangan ke arah pusat dan terus ke depan dada. Tutuplah mata dan pada saat menarik napas lidah ditempelkan di langit-langit mulut dan lepaskan lagi pada

<sup>36</sup> *Ibid*, h. 55

<sup>37</sup> *Ibid*, h. 57

saat menghembuskan nafas. Tahap kedua, buka silangan kaki, dan ujung-ujung jari kedua tangan saling bersentuhan secara halus, di dada atau pangkuan, sambil bernafas dalam 1 menit lagi.<sup>38</sup>



i) Titik Positif (*Positive Points*)

Titik positif secara perlahan menyentuh titik di atas kedua mata dengan ujung jari tiap tangan. Titik berada pada dahi depan seperti pada gambar, di tengah antara batas rambut dan alis.<sup>39</sup>



<sup>38</sup> *Ibid*, h. 59

<sup>39</sup> *Ibid*, h. 61

#### 4) *Brain Gym* Saat Bekerja dan Bermain

##### a) Kecakapan Membaca

Perkembangan keterampilan visual untuk membaca dimulai dengan kemampuan untuk menggerakkan kedua mata secara harmonis dari diri ke kanan sepanjang garis tengah halaman dan sepanjang garis tengah visual terkait. Untuk membaca, salah satu mata harus dominan untuk fungsi fokus, dan mata yang lain untuk memadukan. Meskipun kedua keterampilan ini ada pada masing-masing mata, stress pada kemampuan pemusatan dan kemampuan memadukan ketika membaca bisa menimbulkan disorientasi visual.<sup>40</sup>



##### ➤ Membaca Lisan



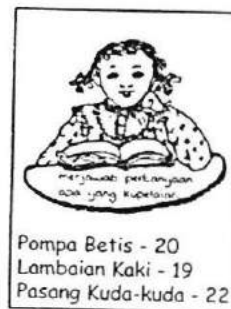
Pembaca harus menemukan bahwa membaca adalah menyampaikan cerita dan mengkomunikasikan gagasan. Orang harus memiliki konsep mengenai sandi lisan agar dapat membaca dengan benar. Dalam bahasa Barat, sandi-sandi itu meliputi komponen pendengaran, penglihatan dan gerakan.

<sup>40</sup> *Ibid*, h. 63

Ketiganya harus digunakan untuk dapat membentuk sandi.<sup>41</sup>

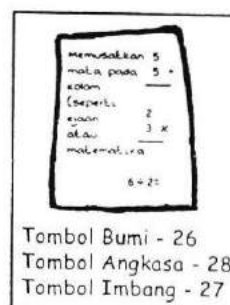
➤ Membaca untuk Memahami

Membaca adalah rekonstruksi aktif oleh pembaca terhadap pesan atau sandi penulis. Sandi itu (huruf) pada dirinya tidak mempunyai arti apa-apa. Keberhasilan komunikasi bergantung pada arti sandi yang penulis berikan dan pada arti sandi yang pembaca temukan sehingga pembaca merasakan sandi itu sebagai miliknya juga. Jadi, komunikasi dengan tulisan bergantung pada kemampuan pembaca menciptakan kembali arti tulisan yang dibaca.<sup>42</sup>



b) Keterampilan Berpikir

➤ Kemampuan Mengatur dan Berorganisasi



Terbiasanya seseorang dengan proses-proses penginderaan (penglihatan, pendengaran, sentuhan, dan kinestesik) dan mudah mengenal pelbagai arah merupakan syarat mutlak untuk memahami

<sup>41</sup> *Ibid*, h. 63

<sup>42</sup> *Ibid*, h. 64

matematika dan ejaan. Selama kiri-kanan, belum dikuasai sebagai wilayah penglihatan tersendiri, maka murid umumnya akan menemui kesulitan dengan kata atau simbol yang ditampilkan pada kolom, serta kesulitan menempatkan simbol pada urutan yang teratur.<sup>43</sup>

### ➤ Mengeja

Agar dapat mengeja secara efisien, sangatlah penting untuk mengembangkan ingatan jangka pendek dan jangka panjang sebagai tempat penyimpanan informasi suara beserta asosiasinya.<sup>44</sup>

| Ejaan kata dan suku kata |
|--------------------------|
| Gajah - 8                |
| Pasana Telina - 30       |
| Burung hantu - 17        |
|                          |
|                          |
|                          |

### ➤ Matematika

| Kecakapan matematika                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| $\begin{array}{r} 3 \quad 7 \quad 9 \\ + 2 \quad - 4 \quad \times 3 \\ \hline 6 \quad 12 \quad - 18 \\ \hline \end{array}$ |
| $\frac{1}{2} + \frac{1}{3} = \frac{5}{6}$                                                                                  |
| Gajah - 8                                                                                                                  |
| Burung hantu - 17                                                                                                          |
| Pompa Betis - 20                                                                                                           |
| Putaran Leher - 9                                                                                                          |
| Luncuran Gravitasi - 21                                                                                                    |

<sup>43</sup> *Ibid*, h. 64

<sup>44</sup> *Ibid*, h. 65

Keterampilan matematika lebih mudah diterima murid yang memiliki pengertian tentang ruang, massa, jumlah dan perhubungan.<sup>45</sup>

c) Kecakapan Menulis

➤ Koordinasi Mata-Tangan

Murid menemukan bahwa simbol (huruf atau gambar) dapat mengkomunikasikan arti. Keinginan untuk berkomunikasi melalui simbol merupakan langkah pertama untuk memperoleh kecakapan menulis. Latihan gerakan motorik kasar merupakan dasar untuk pengendalian motorik halus pada saat menulis.<sup>46</sup>



➤ Menulis Kreatif



<sup>45</sup> *Ibid*, h. 65

<sup>46</sup> *Ibid*, h. 66

Keterampilan membaca dan menulis berkembang bersama dan saling mempengaruhi. Menulis membantu mengembangkan keterampilan memperhatikan (konsentrasi), memahami (arti), dan membedakan (menghubungkan sandi dengan asosiasi dan perasaan). Keterampilan menulis harus sejalan dengan keterampilan membaca, dan juga harus dijaga agar jangan lebih dari dua tahun di bawah tingkatan membaca.<sup>47</sup>

d) Kecakapan Kesadaran Diri

- Menyeberangi Garis Tengah Pendengaran: Mendengar dan Berbicara dengan Jelas



Mendengarkan secara aktif melibatkan penerimaan dan pemrosesan arti, dan merupakan dasar mutlak dalam komunikasi yang efektif. Mengenai masukan dari luar diperlukan reaksi motorik untuk mendengar dan bicara. Tentang masukan dari dalam, seseorang harus menginterpretasi pikiran-pikiran dan kaitan-kaitannya agar dapat merespon atas dasar pengalaman sendiri. Lingkaran lengkap dari masukan luar dan dalam serta melihat ke depan memungkinkan pemahaman dan pengungkapan.<sup>48</sup>

<sup>47</sup> *Ibid*, h. 66

<sup>48</sup> *Ibid*, h. 67

➤ Konsep Diri : Bersinar dari Dalam

Memiliki kepercayaan diri dalam batasan wilayah pribadi membantu seseorang merasa aman, mengetahui kapan perlu mengambil resiko, dan menghormati wilayah orang lain. Wilayah pribadi adalah daerah kerja sekeliling tubuh, meliputi semua wilayah dimana seseorang dengan nyaman dapat menjangkau ke segala arah. Dalam wilayah ini, kita bisa memancarkan pikiran, perasaan dan ekspresi diri.<sup>49</sup>



➤ Koordinasi Seluruh Tubuh untuk Olahraga dan Bermain



Murid mengembangkan kepekaan mengenai wilayah-wilayah dan menentukan batas-batasnya. Wilayah aman ini mempunyai tiga dimensi: kiri-kanan, atas-bawah, dan belakang-depan. Meningkatkan kemampuan visual dan kinestesik menangkap bentuk dasar *figure-ground* tampak dalam kelincahan bermain yang terkait dengan koordinasi tangan-mata dan kemudahan menyusuri suatu garis, lintasan (bola). Murid menjadi lebih

<sup>49</sup> *Ibid*, h. 67

leluasa ketika mengkoordinasikan otak dan badannya melalui gerakan yang terfokus.<sup>50</sup>

e) Keterampilan Belajar di Rumah

➤ Ingatan dan Pemikiran Abstrak

Berbicara dalam hati penting untuk memahami kata-kata abstrak dan memproses bahasa ketika perbendaharaan kata dalam membaca melebihi yang biasa dibicarakan (tingkat kelas enam). Masukan melalui pendengaran dan penglihatan harus dipadukan agar informasi dapat disimpan ke dalam ingatan jangka pendek (untuk kegunaan analisis), dan juga untuk mengambil informasi dari ingatan jangka panjang untuk diungkapkan secara lisan.<sup>51</sup>



➤ Berpikir Kreatif



<sup>50</sup> *Ibid*, h. 68

<sup>51</sup> *Ibid*, h. 69

Fokus, perhatian, dan konsentrasi memerlukan integrasi pengalaman lampau (nyata, khayalan, atau seolah-olah mengalami sendiri) dan informasi baru (diterima oleh otak belakang dan diungkapkan dalam bahasa melalui otak depan), sehingga yang baru diproses dan disimpan sebagai pengetahuan pribadi.<sup>52</sup>

#### ➤ Membaca-Cepat



Dalam membaca cepat, orang melewati sebanyak mungkin proses linear tetapi tetap aktif mengambil informasi. “*Skimming*” adalah mengeksplorasi halaman tercetak untuk menemukan materi yang berarti, sambil melewati hal-hal yang tidak perlu. “*Scanning*” adalah membaca kembali naskah untuk menemukan data yang diantisipasi, seperti nama atau tanggal. Pembaca cepat yang terampil bervariasi kecepatannya, tergantung gaya dan topik tulisan.<sup>53</sup>

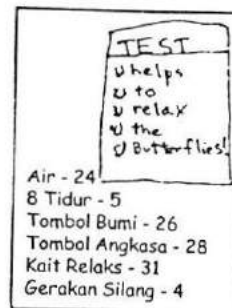
#### ➤ Mengikuti Ujian

Informasi yang telah dipelajari atau dialami disimpan di otak pada pusat ingatan jangka panjang. Keterampilan untuk mengambil kembali dan menggunakan informasi ini, khususnya dalam situasi di mana keterampilan dan kemampuan kita sedang diuji, memerlukan fokus dan kesadaran diri tanpa kebingungan, kecemasan, atau gangguan dari luar.<sup>54</sup>

<sup>52</sup> *Ibid*, h. 69

<sup>53</sup> *Ibid*, h. 70

<sup>54</sup> *Ibid*, h. 70



f) Keterampilan Menghadapi Lingkungan Pribadi (Personal Ecology)

➤ Produktivitas pada Papan Ketik dan Layar Video



Bagi individu yang sensitif, alat-alat listrik bisa mengganggu penglihatan, pendengaran, atau menimbulkan stress fisiologi yang lainnya. Layar video yang rata membatasi kegunaan penglihatan binocular, kedalam persepsi, dan penglihatan peripheral. Dengungan yang terus menerus dari banyak alat listrik akan menghentikan keterampilan mendengar; sementara medan dari peralatan elektromagnetik, yang dapat dikontrol dari jarak jauh, dapat membawa efek negatif pada meridian tubuh.<sup>55</sup>

➤ Naik Mobil, Bus, Kapal dan Pesawat

Tubuh harus menjaga keseimbangan ketika berada dalam kendaraan yang bergerak, dengan menggunakan telinga bagian dalam untuk gerak kiri ke kanan, belakang ke depan, atau samping ke

<sup>55</sup> *Ibid*, h. 71

samping. Penglihatan binocular dan kedalaman persepsi juga dipengaruhi oleh gerakan ini.<sup>56</sup>



#### c. Hasil/Manfaat *Brain Gym*

Manfaat yang dapat diperoleh melalui *Brain Gym* ini adalah:

- 1) Meningkatkan kemampuan kognitif (kewaspadaan, konsentrasi, kecepatan, persepsi, belajar, memori, pemecahan masalah dan kreativitas).
- 2) Menyelaraskan kemampuan beraktivitas dan berpikir pada saat yang bersamaan.
- 3) Adanya keseimbangan / harmonisasi antara kontrol emosi dan logika
- 4) Mengoptimalkan fungsi kinerja panca indera.
- 5) Menjaga kelenturan dan keseimbangan tubuh.
- 6) Meningkatkan daya ingat dan pengulangan kembali terhadap huruf / angka (dalam waktu 10 minggu).
- 7) Meningkatkan ketajaman pendengaran dan penglihatan.
- 8) Gerakan-gerakan *Brain Gym* yang dilakukan secara teratur dan benar akan menstimulasi otak agar lebih terintegrasi dan fungsi otak akan meningkat.<sup>57</sup>

#### d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Brain Gym*

Dewasa ini disinyalir pertumbuhan dan perkembangan anak-anak sebagai aset bangsa Indonesia semakin memprihatinkan.

Dekadensi moral, sikap, dan mental yang semakin meningkat, juga

<sup>56</sup> *Ibid*, h. 71

<sup>57</sup>

Habbat's

mengalami degradasi ketahanan fisik yang terjadi akibat dampak kurangnya kesadaran akan aktivitas jasmani dan olahraga sebagai kebutuhan pokok dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi dalam pelaksanaan *Brain Gym* itu sendiri. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *Brain Gym* ini ada yang menghambat dan ada pula yang menunjang dalam pelaksanaannya.

Adapun faktor-faktor yang menghambat dalam pelaksanaan *Brain Gym* ini adalah:

- 1) Berkurangnya kesadaran untuk berolah raga, sehingga menyulitkan untuk membangun semangat siswa untuk berolah raga sambil bermain.
- 2) Tuntutan akan prestasi dalam mengejar nilai pelajaran mengakibatkan anak semakin kurang untuk bergerak.

Sedangkan faktor-faktor yang mendorong dalam pelaksanaan *Brain Gym* ini adalah:

- 1) Tumbuhnya kesadaran dari berbagai pihak untuk membantu anak-anak yang mengalami keterbelakangan mental serta anak-anak yang terkena saat tertimpa bencana alam.
- 2) Gerakan-gerakan *Brain Gym* ini dibuat seperti permainan yang membuat anak-anak dapat dengan mudah meniru gerakan-gerakan yang ada.<sup>58</sup>

---

<sup>58</sup> Seputar Info *Aktivitas* Senam Otak (*Brain Gym*), *Pengembangan Aktivitas Senam Otak (Brain Gym)*. Dalam [www. Seputar Info Aktivitas Senam Otak. co.id](http://www.SeputarInfoAktivitasSenamOtak.co.id) (online, 4 Nopember 2009)

### C. Kerangka Pikir dan Pertanyaan Penelitian

#### 1. Kerangka Pikir

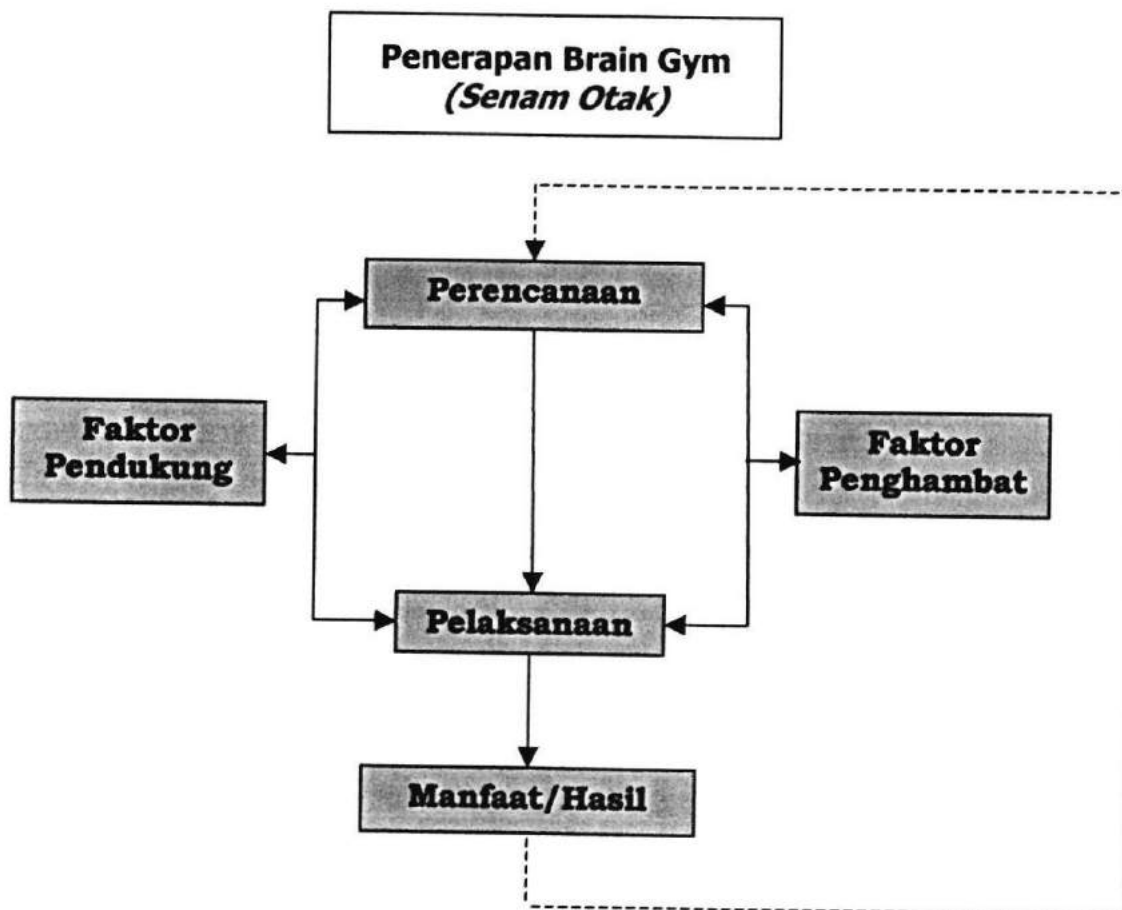
Pembelajaran adalah suatu daya upaya yang dilakukan oleh pendidik dalam proses belajar mengajar antara pendidik itu sendiri dengan peserta didik dan sumber belajar untuk meningkatkan kemampuan yang dimiliki peserta didik, baik itu kemampuan kognitif, afektif maupun psikomotor.

Untuk meningkatkan kemampuan yang dimiliki oleh siswa, ada berbagai macam cara yang dilakukan oleh guru. salah satu caranya adalah dengan menerapkan *Brain Gym*.

Berkenaan dengan itu penerapan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun merupakan langkah yang sangat sulit diterapkan, tetapi untuk mencapai keberhasilan, maka seorang guru harus mencari solusi sehingga penerapan tersebut itu dapat tercapai sesuai dengan kurikulum yang telah dibuat oleh TK tersebut.

Dalam penerapan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun tersebut ada beberapa masalah pokok yang harus diperhatikan oleh seorang guru antara lain perencanaan *Brain Gym*, cara guru dalam pelaksanaan *Brain Gym*, serta manfaat dari pelaksanaan *Brain Gym*.

Kerangka pikir yang telah diungkapkan oleh peneliti di atas merupakan suatu dasar untuk data yang ada di lapangan dan dapat dituangkan dalam suatu bagan sebagai berikut :



## 2. Pertanyaan Penelitian

- Bagaimana perencanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- Bagaimana pelaksanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- Bagaimana hasil/manfaat terhadap pelaksanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- Bagaimana faktor pendukung dan penghambat yang dihadapi dalam pelaksanaan *Brain Gym*?

# **BAB III**

## **METODE PENELITIAN**



### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Waktu dan Tempat Penelitian

Alokasi waktu dalam penelitian tentang penerapan Brain Gym pada murid TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun dilaksanakan selama 7 bulan, yaitu 2 bulan penggarapan proposal, 2 bulan penelitian dan 3 bulan penyelesaian hasil penelitian. Apabila dalam waktu yang telah ditentukan penulis belum selesai maka dapat diperpanjang. Tempat penelitian di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

| No | Alokasi Waktu | Keterangan                  |
|----|---------------|-----------------------------|
| 1. | 2 bulan       | Penggarapan proposal        |
| 2. | 2 bulan       | Penelitian                  |
| 3. | 3 bulan       | Penggarapan Hasil Peneltian |

##### B. Pendekatan, Subjek dan Objek Penelitian

Dalam penelitan ini, penulis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Menurut Moleong pendekatan kualitatif ini menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata baik secara tertulis maupun lisan dari responden dan perilaku yang diamati.<sup>1</sup>

Dengan menggunakan pendekatan ini peneliti berupaya untuk mengetahui tentang apa yang terjadi di lapangan dengan lebih jelas serta terperinci sehingga dapat dikumpulkan sebanyak mungkin data mengenai Penerapan *Brain Gym* pada Murid TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

---

<sup>1</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: CV. Remaja Rosdakarya, 2004, h. 3

Berdasarkan kenyataan di atas, dalam menentukan subjek penelitian penulis menggunakan teknik *Purposive Sampling*, ialah menggali informasi yang akan menjadi dasar dari rancangan teori yang muncul. Oleh karena itu pada penelitian kualitatif tidak ada sampel acak, tetapi sampel bertujuan.<sup>2</sup>

Subjek dalam penelitian ini adalah guru yang mengajarkan Brain Gym di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun. Dalam hal ini penulis memberikan batasan kepada guru yang pernah mengikuti pelatihan senam otak yang dilaksanakan oleh IGTKI PGRI tingkat Nasional berjumlah 4 orang. Selain itu untuk menggali informasi yang lebih banyak lagi penulis melibatkan peran kepala sekolah di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun sebagai informan. Sedangkan yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah penerapan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

### C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data peneliti menggunakan beberapa teknik penelitian, sebagai berikut :

#### 1. Teknik Observasi

Observasi adalah pengamatan yang dilakukan secara sengaja sistematis mengenai gejala-gejala psikis untuk kemudian dilakukan pencatatan, observasi sebagai alat pengumpul data dapat dilakukan secara spontan dapat pula dengan daftar isian yang telah disiapkan sebelumnya.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> *Ibid*, h. 165

<sup>3</sup> Joko Subagyo, *Metode Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004, h. 63

Melalui teknik observasi ini data yang diperoleh ialah sebagai berikut :

- a. Perencanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- b. Pelaksanaan *Brain Gym (Senam Otak)* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- c. Faktor pendukung dan penghambat *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

## 2. Teknik Wawancara

Yaitu suatu kegiatan untuk mendapatkan informasi secara langsung dengan mengungkapkan pertanyaan-pertanyaan pada responden. Wawancara bermakna berhadapan langsung antara interviewer dengan responden dan kegiatannya dilakukan secara lisan.<sup>4</sup>

Melalui teknik wawancara ini data yang diperoleh ialah sebagai berikut:

- a. Bagaimana perencanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
- b. Bagaimana pelaksanaan *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
- c. Bagaimana hasil/manfaat *Brain Gym* TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
- d. Bagaimana faktor pendukung dan penghambat yang dihadapi dalam pelaksanaan *Brain Gym*?

---

<sup>4</sup>*Ibid*, h. 39

### 3. Teknik Dokumentasi

Teknik dokumentasi menurut Moleong dokumentasi adalah setiap bahan tertulis, film dan gambar yang dapat memberikan informasi.<sup>5</sup>

Melalui teknik ini penulis berusaha untuk memperoleh data dari hasil sumber tertulis, melalui dokumen atau tulisan simbolik yang memiliki relevansi dengan penelitian sehingga dapat melengkapi data yang diperoleh di lapangan, adapun data yang diambil dari teknik ini adalah :

- a. Sejarah singkat berdirinya TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- b. Visi dan Misi TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- c. Pengelolaan TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- d. Kurikulum dan Program Pembelajaran TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- e. Keadaan guru TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
- f. Keadaan siswa TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

#### D. Pengabsahan Data

Keabsahan data digunakan untuk menjamin bahwa semua data yang telah diamati dan diteliti relevan dengan sesungguhnya yang ada, hal ini dilakukan penulis untuk memelihara dan menjamin bahwa data itu benar, baik bagi pembaca maupun subjek yang di teliti.

Untuk memperoleh tingkat keabsahan data penulis menggunakan Triangulasi yaitu mengadakan perbandingan, antara sumber data yang satu dengan yang lain. Sebagaimana yang dikemukakan Moleong bahwa

---

<sup>5</sup> J. Lexy Moleong, *Metode...*h. 161

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut.<sup>6</sup>

Teknik *Triangulasi* menurut Moleong ada empat (4) yaitu : teknik *triangulasi* dengan sumber, metode, penyidik dan teori. Adapun teknik *Triangulasi* yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemeriksaan melalui sumber. Moleong menyatakan bahwa *Triangulasi* dengan sumber berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi melalui waktu dan alat berbeda. Teknik triangulasi dalam penelitian ini digunakan untuk mengecek kembali data yang diperoleh dari subjek penelitian dengan informan yang ada serta dari hasil observasi yang dilakukan oleh penulis. Langkah-langkahnya yaitu data yang diperoleh dari subyek penelitian dipaparkan lalu di triangulasi dengan cara membandingkan dengan hasil yang dipaparkan oleh informan yang ada serta dari hasil observasi yang dilakukan oleh penulis.

#### **E. Analisis Data**

Menurut Moleong analisis data yang dimaksud pertama-tama mengorganisasikan data. Data yang terkumpul banyak sekali dan terdiri dari catatan lapangan dan komentar, dokumen dan sebagainya.

Pekerjaan analisis data mengatur, mengurutkan, mengelompokkan memberikan kode dan mengkategorikannya. Pengorganisasian dan

---

<sup>6</sup> *Ibid.*, h. 178

pengelolaan data tersebut bertujuan menemukan tema dari hipotesis kerja yang akhirnya diangkat menjadi teori substantif.<sup>7</sup>

Dengan demikian, maka penulis menggunakan teknik analisis data menurut versi Milles dan Huberman mengemukakan bahwa teknik analisis data dalam suatu penelitian kualitatif dapat dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu sebagai berikut:

1. *Data Reduction* (pengurangan data) yaitu data yang diperoleh dari lapangan penelitian dan telah dipaparkan seadanya, dapat dihilangkan atau tidak dimasukkan ke dalam pembahasan hasil penelitian. Dalam penelitian ini penulis mengurangi data dari hasil wawancara yang ada, dalam hal ini yaitu dalam penggunaan kata-kata yang berlebihan sehingga dalam penyajiannya terlihat lebih efektif dan tidak berlebihan dan mudah dimengerti. Contohnya “ Kami pihak sekolah sudah menyediakan air putih untuk diminum anak-anak sebelum melakukan *Brain Gym*. Air putih disini tersedia di setiap ruangan kelas, sehingga anak-anak menjadi mudah untuk minum dan saling tidak berebut dalam antrian dengan kawan-kawannya, karena mereka mempunyai gelas masing-masing”, penulis lebih memperjelas dengan “TK menyediakan air putih untuk anak-anak sebelum melakukan *Brain Gym*. Air putih disini tersedia di setiap ruangan kelas, sehingga memudahkan anak-anak untuk minum dan tidak berebut dalam antrian. Karena mereka mempunyai gelas masing-

---

<sup>7</sup> *Ibid.*, h. 103

masing”. Selain itu pula data-data hasil observasi dan dokumentasi yang dianggap tidak sesuai dengan hasil pembahasan, tidak penulis paparkan di dalamnya.

2. *Data Display* (penyajian data) yaitu data yang diperoleh dari lapangan penelitian dipaparkan secara ilmiah oleh penelitian dengan tidak menutup-nutupi kekurangannya. Dalam penelitian ini penulis memaparkan apa adanya yang terjadi di lapangan dengan tidak menutupi apa pun, sehingga yang ada di dalam penulisannya murni merupakan hasil yang ada.
3. *Conclusion Drawing* (penarikan kesimpulan), yaitu paparan yang dilakukan dengan melihat kembali pada reduksi data (pengurangan data), data display atau (penyajian data), sehingga kesimpulan yang diambil tidak menyimpang dari data yang diperoleh.<sup>8</sup> Dalam penelitian ini penulis memaparkan hasil kesimpulan dari data yang telah disajikan dan tidak menyimpang dari data yang diperoleh.

---

<sup>8</sup> Milles dan Huberman, *Analisis Data Kualitatif*, Jakarta, Universitas Indonesia Perss, 1999, h. 16-18.



# **BAB IV**

## **HASIL PENELITIAN**

## **DAN PEMBAHASAN**

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

##### **1. Sejarah Singkat Berdirinya TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun**

TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun didirikan pada tanggal 1 Juli 1973 atas ide gagasan Bapak Komandan Resort Kepolisian serta Anggaran pengurus Bhayangkari Cabang Kotawaringin Barat. Diawali dengan bangunan gedung yang sangat sederhana terdiri dari dua ruang kelas, dengan 35 perabot kursi anak, 1 kursi guru dan 1 buah papan tulis dan 1 bush lemari kecil dengan jumlah murid sebanyak 35 orang (pada saat itu khusus untuk anak anggota Polri). Tenaga pengajar hanya satu orang yaitu Ibu Supinem yang diangkat Komando sebagai tenaga Pengajar Harian atas dasar Sprin Danres diperintahkan untuk mengajar, dari awal berdirinya TK sampai sekarang menjadi Kepala TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

Dari kurun waktu tahun 1973 sampai dengan 1985 TK Bhayangkari baru mendapatkan izin operasional dari Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 81/I/25.B15/Rc-1985 tanggal 1 April 1985 dengan

surat ijin tersebut diterbitkan secara kolektif seluruh TK yang ada di wilayah Pangkalan Bun.

Sejak tahun 1982 mengingat banyak animo masyarakat ingin memasukkan putra putrinya ke TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun, sejak saat itu TK tersebut dibuka untuk umum, sehingga tidak cuma anak anggota Polri saja yang bisa bersekolah disitu.

## **2. Visi dan Misi**

Visi : Terciptanya perkembangan sikap, pengetahuan, keterampilan dan daya cipta. Secara singkat anak diharapkan:

- Cerdas Spiritual
- Cerdas Intelektual
- Cerdas Emosional
- Cerdas Sosial

- Misi :
1. Mendorong anak mengarah pendidikan demokratis.
  2. Mendorong anak untuk berani memilih dan bertanggung jawab akan pilihannya.
  3. Mengutarakan ide-ide kreatif dan mengembangkan kemampuan berfikir kritis.
  4. Menghormati pilihan satu sama lain.
  5. Mendorong anak untuk berwawasan teknologi.

### 3. Pengelolaan TK

TK Kemala Bhayangkari 6 dikelola oleh Badan/Lembaga Yayasan Kemala Bhayangkari bergerak dibidang Sosial dan Pendidikan yang diketuai oleh Istri dari Kapolres. Ketua cabang Bhayangkari sejak berdirinya TK mengalami beberapa pergantian Ketua. Agar lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

TABEL 1  
DATA KETUA CABANG BHAYANGKARI

| No  | Nama                 | Periode     |
|-----|----------------------|-------------|
| 1   | 2                    | 3           |
| 1.  | Ny. Ajang Bahan      | 1973 – 1974 |
| 2.  | Ny. Sutikno          | 1974 – 1977 |
| 3.  | Ny. Johansyah        | 1977 – 1979 |
| 4.  | Ny. Asmail           | 1979 – 1980 |
| 5.  | Ny. Prawoto          | 1980 – 1982 |
| 6.  | Ny. S.A. Supardi     | 1982 – 1984 |
| 7.  | Ny. Adnin            | 1984 – 1987 |
| 8.  | Ny. M. Dahlan        | 1987 – 1989 |
| 9.  | Ny. Suwarno Durahman | 1989 – 1991 |
| 10. | Ny. Zarwan Jamaan    | 1991 – 1993 |
| 11. | Ny. Tauhid Adikara   | 1993 – 1995 |
| 12. | Ny. Yusrizal Koto    | 1995 – 1997 |

| <i><b>1</b></i> | <i><b>2</b></i>  | <i><b>3</b></i> |
|-----------------|------------------|-----------------|
| 13.             | Ny. Yusman Aer   | 1997 – 2000     |
| 14.             | Ny. Husni Rajfal | 2000 – 2001     |
| 15.             | Ny. Maltha       | 2001 – 2003     |
| 16.             | Ny. Denny Gapril | 2003 – 2006     |
| 17.             | Ny. Hariadi      | 2006 – sekarang |

*Sumber Data : Dokumentasi Buku Register TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun*

#### **4. Kurikulum dan Program Pembelajaran**

1. Guru kelompok A dan kelompok B membuat perencanaan program pengajaran mingguan dan harian.
2. Guru kelompok A dan kelompok B membuat acuan penyusunan kegiatan untuk menjabarkan GBPKB dan penyusunan penilaian metode alat bantu untuk KBM yang paling cocok.
3. Guru kelompok A dan kelompok B membuat alokasi waktu kegiatan harian, penilaian dilakukan dengan cara memeriksa dokumen yang ada pada anak.
4. TK Kemala Bhayangkari 6 telah melaksanakan program kegiatan belajar menggunakan bidang pengembangan, dilakukan dengan cara kelompok dan klasikal.
5. Guru TK Kemala Bhayangkari 6 telah melaksanakan bimbingan/pengayaan melalui pengamatan KBM melihat dokumen dan wawancara.

6. Guru TK Kemala Bhayangkari 6 telah melaksanakan hasil analisis akhir bagi murid kelompok A dan kelompok B untuk tahun pelajaran 2008-2009.

### 5. Keadaan Guru TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun

TABEL 2

DATA GURU/PEGAWAI TAMAN KANAK-KANAK KEMALA  
BHAYANGKARI 6 KECAMATAN ARUT SELATAN

| No | Nama Guru/Pegawai dan Nip | Ijazah/Tahun     | Agama   | Status GR DPK/DPB/Swasta | Pangkat/Jabatan     | Mengajar Kelas |
|----|---------------------------|------------------|---------|--------------------------|---------------------|----------------|
| 1  | Supinem<br>030174398      | SGTK/<br>1972    | Islam   | DPK                      | PENDA TK/<br>KEPSEK | B              |
| 2  | Anisyah                   | SMEA/<br>1983    | Islam   | Swasta                   | Guru                | B              |
| 3  | Endah Yuni                | SGTK<br>1981     | Islam   | Swasta                   | Guru                | A              |
| 4  | Waliyati Ningsih          | SMEA<br>1991     | Islam   | Swasta                   | Guru                | A              |
| 5  | Tri Lestari               | SMEA<br>1991     | Islam   | Swasta                   | Guru                | B              |
| 6  | Netalia                   | PGTK<br>2005     | Kristen | Swasta                   | Guru                | A              |
| 7  | Asmiyanti, A.Md           | DIII<br>2003     | Islam   | Swasta                   | Guru                | A              |
| 8  | Rubiyati                  | MAN<br>1988      | Islam   | Swasta                   | Guru                | A              |
| 9  | Siti Patimah, A.Ma        | SPGSD<br>2007    | Islam   | Swasta                   | Guru                | B              |
| 10 | Beti Nurasih<br>530021206 | DII PGTK<br>2005 | Islam   | DPK                      | Guru                | A              |
| 11 | Nurmila                   | Aliyah<br>2006   | Islam   | Swasta                   | TU                  | -              |
| 12 | Setyorini                 | SMUN<br>1994     | Islam   | Swasta                   | Guru                | A              |
| 13 | Ika Wijayanti             | S1<br>2006       | Islam   | Swasta                   | Guru                | B              |
| 14 | Tesha Paramitta<br>NW     | SMU<br>2008      | Islam   | Swasta                   | Guru                | A              |

Sumber Data : Dokumen Buku Register TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun

Data guru di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun berjumlah 14 orang tenaga pengajar. Dari SLTA berjumlah 7 orang (50%), SGTK berjumlah 5 orang (36%), S-1 berjumlah 1 orang (7%) dan D-III berjumlah 1 orang (7%).

#### 6. Keadaan Murid TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun

Keseluruhan dari murid TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun berjumlah 228 orang murid. 117 (51%) orang murid menduduki kelas A yang terdiri dari laki-laki 76 (33%) orang dan 41 (18%) orang murid perempuan. Sedangkan yang menduduki kelas B sebanyak 111 (49%) orang murid, yang terdiri dari 57 (25%) orang murid laki-laki dan murid perempuan sebanyak 54 (24%) orang. Agar lebih jelas lihat pada tabel beriku ini:

TABEL 3

#### KEADAAN MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN

| KELAS  | JENIS KELAMIN |    |    |    | JUMLAH |      |
|--------|---------------|----|----|----|--------|------|
|        | L             | %  | P  | %  |        |      |
| A      | 76            | 33 | 41 | 18 | 117    | 51   |
| B      | 57            | 25 | 54 | 24 | 111    | 49   |
| JUMLAH | 133           | 58 | 95 | 42 | 228    | 100% |

## 7. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Secara umum subjek dalam penelitian berjumlah 4 orang, yaitu EY adalah lulusan SGTK, dan 3 orang lainnya yaitu AN, WN dan TR adalah lulusan SMEA. Dari keempat orang guru tersebut EY, AN, WN dan TR merupakan guru yang berstatus swasta. Dan keempat guru tersebut beragama Islam.

Kepala Sekolah TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun pernah meraih juara I guru teladan tingkat Kabupaten Kotawaringin Barat pada tahun 1981, dan juara III Guru Teladan pada tingkat se-provinsi Kalteng. Semua guru TK Kemala Bhayangkari 6 masuk menjadi anggota IGTKI PGRI TK II Kotawaringin Barat, dan selalu aktif mengikuti kegiatan yang sifatnya meningkatkan profesional seperti mengikuti Kongres IGTKI PGRI di Jakarta tahun 1985, mengikuti Porseni II tingkat Nasional di Jakarta, sebagai ketua regu/pendamping, mengikuti Konpus IGTKI PGRI di Malang tahun 1994 dan di Jakarta tahun 1995, serta mengikuti Porseni V IGTKI PGRI tahun 1998.

Guru-guru tersebut pernah mengikuti Konpus IGTKI PGRI tingkat Nasional dan mengikuti pelatihan khusus *Brain Gym* pada bulan Agustus 2005. Dan sejak saat itu *Brain Gym* sudah mulai diterapkan di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.

## **B. Penerapan *Brain Gym* pada Murid TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun**

*Brain Gym* adalah suatu sentuhan dan gerakan-gerakan yang bisa merangsang kerja dan berfungsinya otak secara optimal. Yaitu lebih mengaktifkan kemampuan otak kanan dan kiri, sehingga kerjasama antara belahan otak kanan dan kiri bisa terjalin.

Kegiatan *Brain Gym* adalah gerakan-gerakan khusus yang telah diamati dapat bermanfaat untuk mengatasi hambatan belajar perorangan. Melalui kegiatan *Brain Gym* ini dapat membantu untuk mencapai perilaku tertentu dalam waktu singkat.

Banyak pengajar mengkombinasikan gerakan *Brain Gym* di dalam kelas setiap hari, dan tentu saja tidak seorang pun dipaksa untuk melakukan gerakan yang dirasakan kurang wajar atau kurang menyenangkan. Setiap pelajar sebaiknya melakukan gerakan sebatas kemampuannya, didorong atau dimotivasi oleh guru, tetapi jangan dipaksa. Mereka melakukan gerakan-gerakan ini secara spontan dan kapan saja karena terasa manfaatnya.

### **1. Perencanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun**

*Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun ini direncanakan selama 15 menit, perencanaan gerakan-gerakan yang

dilakukan disesuaikan dengan situasi dan kondisi keadaan sekolah, serta disesuaikan juga dengan jumlah murid. *Brain Gym* ini dilakukan setiap pagi dengan jalan terapi anak untuk merangsang stimulan otak. Perencanaan *Bran Gym* meliputi merencanakan gerakan-gerakan apa yang akan dilakukan serta tujuan yang akan dicapai.

Dalam perencanaan *Brain Gym* guru-guru tidak membuat perencanaan tertulis pada setiap kali melakukannya, hanya sekali saja serta hanya mengikuti format-format yang telah ada saja. Hal ini sesuai dengan hasil observasi penulis, bahwa pada setiap kali melakukan *Brain Gym* guru-guru tidak mempersiapkan apa-apa. Guru melakukannya secara spontan dan tidak membuat perencanaan tertulis.<sup>1</sup>

Dalam perencanaan gerakan-gerakan *Brain Gym* ini, guru mengikuti gerakan yang dilakukan pada saat pelatihan. Hal ini sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan penulis, bahwa guru merencanakan *Brain Gym* sebagaimana terlihat dalam wawancara dengan para guru berikut:

Gerakan-gerakan yang kami lakukan adalah gerakan sebagaimana yang telah dilakukan pada saat pelatihan.<sup>2</sup>

Kami hanya mengikuti gerakan-gerakan yang dilakukan saat pelatihan.<sup>3</sup>

Gerakan-gerakan *Brain Gym* ini kami lakukan sebagaimana gerakan pada saat kami mengikuti pelatihan khusus.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Observasi tanggal 31 Maret, 1, 2, 5, 6, 7, 12 Mei 2009

<sup>2</sup> Wawancara dengan AN, 6 April 2009

<sup>3</sup> Wawancara dengan EY, 14 April 2009

<sup>4</sup> Wawancara dengan WN, 16 April 2009

Gerakan-gerakan *Brain Gym* ini kami rencanakan bersama-sama sebagaimana dalam pelatihan khusus yang kami ikuti.<sup>5</sup>

Dari wawancara di atas, dapat diketahui bahwa AN, EY, WN dan TR menyatakan bahwa perencanaan *Brain Gym* dilakukan oleh semua guru yang merujuk kembali pada gerakan yang dilakukan pada pelatihan khusus. Hal ini juga dipertegas hasil wawancara penulis dengan informan bahwa:

Gerakan-gerakan yang dilakukan pada saat senam berlangsung itu merupakan gerakan-gerakan yang dipelajari pada kesempatan pelatihan khusus.<sup>6</sup>

Adapun format-format gerakannya adalah sebagai berikut:

- a. Meminun Air Putih
- b. Menyiapkan Barisan
- c. Pemanasan
  - 1) Pernapasan
  - 2) Saklar Otak
  - 3) Burung Hantu
  - 4) Titik Positif Dan Tombol Bumi
  - 5) Jalan Di Tempat dan Angkat Lutut sambil Menepuk Tangan
  - 6) Jalan Angka 8
  - 7) Pasang Kuda-Kuda
  - 8) Pompa Betis

---

<sup>5</sup> Wawancara dengan TR, 20 April 2009

<sup>6</sup> Wawancara dengan SE, 24 April 2009

d. Inti (Kombinasi Gerakan)

- 1) Kombinasi Robot dan Anak Ayam
- 2) Kombinasi Berenang dan Pinguin
- 3) Kombinasi Kincir Angin dan Naik Tangga
- 4) Kombinasi Lenggang Kangkung dan Poco-poco Bali
- 5) Kombinasi Balet
- 6) Kombinasi Selamat Datang dan Hore
- 7) Kombinasi Gerakan Searah dan Silang

e. Pendinginan

- 1) Mengangkat kaki kiri disilangkan di atas kaki kanan disertai tangan ditarik ke depan lurus, lalu dilakukan untuk bagian yang kanan.
- 2) Belalai Gajah, Membentuk Angka 8 Tidur.
- 3) Mengaktifkan Tangan
- 4) Hook Ups
- 5) Pasang Telinga
- 6) Netralisir
- 7) Pernapasan

Dengan demikian, penulis dapat mengambil kesimpulan bahwa *Brain Gym* di TK Kemala Byangkari 6 Pangkalan Bun ini perencanaan tertulis itu dilakukan sekali saja dan tidak melakukannya pada setiap kali pelaksanaan. Guru-guru yang mengajarkan *Brain Gym* dengan gerakan-gerakan sebagaimana yang dilakukan dalam pelatihan khusus. Gerakan-

gerakan yang diajarkan ini murni merupakan gerakan-gerakan yang pernah mereka pelajari pada saat pelatihan khusus dan mengikuti format-format gerakan yang ada. Akan tetapi penulis melihat dalam perencanaan *Brain Gym* guru-guru hanya menentukan tujuan sehat jasmani saja, sedangkan dalam perencanaan yang sesungguhnya tujuan yang akan kita capai adalah tujuan kebugaran psikis atau kejiwaan. Sehingga murid menjadi lebih siap untuk melangsungkan kegiatan belajar.

## 2. Pelaksanaan *Brain Gym*

Pelaksanaan *Brain Gym* ini dilakukan dengan berbagai macam cara, hal ini disesuaikan dengan tujuan apa yang ingin dicapai. Berdasarkan observasi di TK Kemala Bhayangkari ini *Brain Gym* dilaksanakan 3 hari berturut-turut, yaitu hari Selasa, Rabu dan Kamis, dilakukan dari pukul 06.30 – 06.45 selama 15 menit atau 900 detik. Untuk hari Senin diadakan Upacara Bendera, hari jum'at dilaksanakan senam sehat ceria, sedangkan hari Sabtu diadakan kegiatan yang berhubungan dengan kegiatan sekolah yang berbasis pengetahuan yang berhubungan dengan kegiatan kepolisian.<sup>7</sup> Hal ini dilakukan berhubung TK Kemala Bhayangkari 6 ini merupakan TK yang berada dibawah naungan Bhayangkari.

Pelaksanaan *Brain Gym* ini dilakukan terutama untuk pengembangan (spiritual, intelktual, emosional, serta sosial), dimana guru

---

<sup>7</sup> Observasi tanggal 31 Maret, 1, 2, 5, 6, 7, 12 Mei 2009

berperan sebagai instruktur yang mana pada setiap kali senam guru selalu membimbing murid untuk mau melakukan gerakan-gerakan *Brain Gym* ini.

Adapun pelaksanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun, diawali dengan meminum air putih sebelum *Brain Gym* dimulai<sup>8</sup>, sebagaimana observasi yang dilakukan penulis serta ditegaskan dalam penjelasan dalam wawancara dengan AN, EY, WN, TR dan SE:

Meminum air putih selalu dilakukan sebelum senam dimulai. Anak-anak minum air putih yang telah disediakan di dalam kelas.<sup>9</sup>

Anak-anak selalu diberikan air putih sebelum melakukan senam, sehingga anak-anak terlihat lebih segar.<sup>10</sup>

Saya selalu menyuruh anak-anak untuk minum air putih dulu di kelas, tapi kalau anak-anak yang terlambat jadi tidak sempat minum air putih.<sup>11</sup>

Sebelum senam dilakukan kami semua menyuruh anak-anak minum air putih dulu.<sup>12</sup>

TK menyediakan air putih untuk anak-anak sebelum melakukan *Brain Gym*. Air putih disini tersedia di setiap ruangan kelas, sehingga memudahkan anak-anak untuk minum dan tidak berebut dalam antrian. Karena mereka mempunyai gelas masing-masing.<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru-guru serta informan yang ada, penulis dapat mengambil suatu kesimpulan bahwa di TK Kemala Bhayangkari 6 menyediakan air putih untuk diminum murid-murid di

---

<sup>8</sup> Observasi tanggal 31 Maret, 1, 2, 5, 6, 7, 12 Mei 2009

<sup>9</sup> Wawancara dengan AN, 7 April 2009

<sup>10</sup> Wawancara dengan EY, 15 April 2009

<sup>11</sup> Wawancara dengan WN, 17 April 2009

<sup>12</sup> Wawancara dengan TR, 21 April 2009

<sup>13</sup> Wawancara dengan SE, 24 April 2009

dalam kelas masing-masing, sebelum *Brain Gym* dimulai. Karena dengan meminum air putih ini anak-anak kelihatan lebih segar, kecuali bagi siswa yang terlambat hadir, mereka tidak sempat minum air putih. Hal ini juga sesuai dengan teori bahwa meminum air putih sebelum melakukan *Brain Gym* berguna untuk mempercepat energi masuk ke otak.

Adapun gerakan-gerakan yang dilakukan dalam *Brain Gym* dalam wawancara penulis di antaranya adalah Meminum Air Putih, Menyiapkan Barisan, Pernapasan, Saklar Otak, Burung Hantu, Titik Positif, Tombol Bumi, Jalan Angka 8, Pasang Kuda-Kuda, Pompa Betis, Belalai Gajah, Membentuk Angka 8 Tidur, Mengaktifkan Tangan, Hook Ups, Pasang Telinga, Netralisir, Pernapasan. Hasil observasi yang dilakukan penulis pernapasan, saklar otak serta jalan angka 8 memang dilakukan oleh guru diikuti oleh murid-murid. Pernapasan dan gerakan-gerakan *Brain Gym* berdasarkan hasil wawancara dan observasi adalah sebagai berikut:

Gerakan-gerakan yang terdapat dalam *Brain Gym* ini kalau diawali dengan Pernapasan, dimana anak-anak diajak untuk belajar menyelaraskan nafas dengan menarik nafas dan menghembuskannya kembali sesuai dengan irama lagu. Lalu dilanjutkan dengan Saklar Otak, dimana gerakan ini dilakukan sambil melakukan jalan di tempat. Lalu membentuk angka 8 sambil berjalan.<sup>14</sup>

*Brain Gym* ini dilakukan dengan pernapasan, setelah itu saklar otak sambil jalan ditempat, membentuk angka 8 dengan berjalan memutar sambil membentuk angka 8.<sup>15</sup>

Sebelum bergerak harus diawali dengan pernapasan dengan mengikuti irama lagu, selanjutnya saklar otak, lalu membentuk angka 8. Dan gerakan-gerakan tersebut dilakukan dengan diikuti oleh gerakan kaki yang sambil berjalan.<sup>16</sup>

---

<sup>14</sup> Wawancara dengan AN, 7 April 2009

<sup>15</sup> Wawancara dengan EY, 15 April 2009

<sup>16</sup> Wawancara dengan WN, 17 April 2009

Gerakan-gerakan *Brain Gym* ini adalah, pernapasan, dilanjutkan dengan saklar otak dan kaki mengikuti irama musik dengan jalan di tempat, berjalan membentuk angka 8.<sup>17</sup>

Dalam wawancara di atas, AN, EY, WN dan TR mengatakan bahwa *Brain Gym* ini dilakukan dengan diawali pernapasan, menghirup serta menghembuskan udara harus selaras serta mengikuti lagu. Dilanjutkan dengan saklar otak sambil jalan di tempat, serta berjalan membentuk angka 8. Untuk pernapasan siswa bersemangat mengikutinya, akan tetapi pernapasan ini dilakukan dengan “kurang tepat” dan hal ini tidak sesuai dengan teori tentang pernapasan,. Karena berdasarkan observasi terhadap pelaksanaan *Brain Gym* ini, murid-murid hanya melakukan pernapasan pendek saja sehingga dada terangkat sedikit saja dan aliran oksigen ke otak terbatas. Sedangkan menurut teori yang ada, bernafas yang benar adalah dengan memperlebar rangka dada dari depan ke belakang, kiri ke kanan, dan atas ke bawah, termasuk rongga perut. Sehingga akan banyak mengalirkan oksigen ke otak guna meningkatkan fungsi otak secara lebih khusus.<sup>18</sup> Setelah itu dilanjutkan dengan gerakan-gerakan yang di antaranya sebagaimana dalam wawancara berikut ini:

Dilanjutkan dengan memasang kuda-kuda dimana tangan yang satu memegang ke pinggang sedangkan yang satunya dibentangkan, lalu pompa betis. Dimana kaki mengikuti arah tangan.<sup>19</sup>

Lalu seperti melakukan kuda-kuda dengan salah satu kaki ke samping dan tangan yang sama dengan kaki ikut kesamping yang satunya ke pinggang.<sup>20</sup>

---

<sup>17</sup> Wawancara dengan TR, 21 April 2009

<sup>18</sup> Observasi tanggal 31 Maret, 1, 2, 5, 6, 7, 12 Mei 2009

<sup>19</sup> Wawancara dengan AN, 7 April 2009

<sup>20</sup> Wawancara dengan EY, 15 April 2009

Kita melakukan kuda-kuda serta pompa betis, yang seperti saya lakukan ini.<sup>21</sup>

Gerakan selanjutnya adalah pasang kuda-kuda untuk kaki kiri dan kanan secara bergantian, dilanjutkan dengan pompa betis bagian kaki kiri dan kanan.<sup>22</sup>

Dari wawancara di atas diketahui bahwa gerakan selanjutnya adalah pasang kuda-kuda, gerakan ini dilakukan dengan salah satu kaki berada di samping, dan yang satunya lagi tetap di tengah dengan tangan yang sama dengan kaki yang kesamping ikut kesamping serta tangan yang satunya memegang pinggang. Dilanjutkan dengan gerakan pompa betis.

Adapun contoh-contoh gerakan *Brain Gym* tersebut antara lain Saklar Otak itu dilakukan dengan memijit kedua tulang selangka bagian kiri dan kanan dengan menggunakan tangan kiri, serta tangan yang kanan memijit daerah pusar, seperti halnya dalam wawancara berikut:

Saklar otak, tangan kiri memijat tulang selangka, tangan kanan menyentuk pusar sebelah bawah, lalu disilangkan bagian kanan memijit tulang selangka, yang kiri memegang pusar.<sup>23</sup>

Gerakan saklar otak itu dengan memijit tulang selangka dengan satu tangan, sementara tangan yang lain memegang pusar.<sup>24</sup>

Gerakan saklar otak ini memijit sisi kiri dan kanan tulang selangka serta daerah pusar.<sup>25</sup>

Saklar otak dilakukan dengan memijit dua tulang selangka yang kiri dan kanan dengan sebelah tangan, serta tangan yang satunya memijit pusar.<sup>26</sup>

---

<sup>21</sup> Wawancara dengan WN, 17 April 2009

<sup>22</sup> Wawancara dengan TR, 21 April 2009

<sup>23</sup> Wawancara dengan AN, 7 April 2009

<sup>24</sup> Wawancara dengan EY, 15 April 2009

<sup>25</sup> Wawancara dengan WN, 17 April 2009

<sup>26</sup> Wawancara dengan TR, 21 April 2009

Selain itu juga berdasarkan hasil observasi penulis melihat pelaksanaannya memang dilakukan sebagaimana disebutkan di atas, tetapi dalam perlu dilakukan evaluasi dan perlu direncanakan ulang terhadap gerakan-gerakan yang dilakukan serta waktu yang tepat untuk pelaksanaannya sehingga akan memudahkan baik guru maupun murid untuk mencapai tujuan akademik yang ingin dicapai. Karena berdasarkan observasi yang dilakukan di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun ini *Brain Gym* ini tidak dilaksanakan dengan sempurna. Untuk gerakan-gerakan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun ini dilakukan tidak sesuai dengan teori yang ada, yang mana *Brain Gym* ini dilakukan tidak hanya dilakukan 3 kali dalam seminggu tetapi bisa dilakukan dimana saja dan kapan saja. Melalui observasi dan wawancara tersebut di atas dapat diketahui bahwa Saklar Otak itu memang dilakukan dengan memijit kedua tulang selangka bagian kiri dan kanan dengan menggunakan tangan kiri, serta tangan yang kanan memijit daerah pusar. Tetapi dalam pelaksanaannya dilaksanakan dengan terstruktur dan tidak berorientasi pada tujuan akademik yang ingin dicapai, misalnya untuk memudahkan murid menulis guru dapat menyuruh murid untuk melakukan gerakan-gerakan *Brain Gym* (8 Tidur, Abjad 8, Mengaktifkan Tangan serta Coretan Ganda) dan di dalam teori masih banyak lagi gerakan-gerakan yang dapat dikombinasikan. Selain itu juga guru-guru banyak yang tidak paham dengan *Brain Gym* itu sendiri.

Tetapi walaupun begitu, kita sebagai orang tua juga tidak boleh memaksakan anak-anak untuk melakukan gerakan-gerakan *Brain Gym*. Tentunya hal ini dilakukan dengan tidak ada paksaan, karena masih banyak gerakan-gerakan *Brain Gym* yang lain yang dapat dilakukan di saat kita sedang bersantai atau sedang istirahat tanpa perlu berolah raga berat. Selain itu juga *Brain Gym* ini banyak memberikan manfaat yang sangat baik untuk mengembangkan potensi yang ada pada diri anak maupun terhadap kita sebagai orang tua, karena *Brain Gym* ini tidak hanya dapat dilakukan untuk anak-anak saja melainkan bisa dilakukan untuk dewasa.

### **3. Manfaat *Brain Gym* Terhadap Siswa TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun**

Manfaat *Brain Gym* terhadap siswa TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun ini memberikan pengaruh positif, walaupun dalam pelaksanaannya banyak sekali terdapat kekurangan serta hambatan yang mengganggu.

Berdasarkan wawancara dengan AN, EY, WN dan TR berikut ini diketahui berbagai manfaat yang didapat dengan penerapan *Brain Gym* ini.

Dengan penerapan *Brain Gym* ini siswa dapat dengan mudah dan tanggap dalam menerima pelajaran, di samping dari faktor keluarga murid itu yang memang berasal dari keluarga yang berkependidikan, ekonominya cukup bagus dan sosiologi yang sangat bagus.<sup>27</sup> Yang saya ketahui *Brain Gym* ini banyak memberikan kepada anak didik maupun kita sebagai pendidik. Yang saya perhatikan dengan meminum air putih anak-anak menjadi lebih segar, sehingga gerakan

---

<sup>27</sup> Wawancara dengan AN, 27 April 2009

senam yang mereka ikuti jadi bersemangat. Untuk gerakan-gerakan yang kami lakukan memang memberikan manfaat kepada anak didik kami. Setiap mengajar anak-anak memang selalu aktif.<sup>28</sup>

Kalau manfaat dengan adanya *Brain Gym* ini, saya rasa banyak manfaat yang bisa kita dapat. Anak-anak jadi lebih tanggap dengan pelajaran yang diberikan, dan lebih aktif.<sup>29</sup>

Menurut saya *Brain Gym* ini memang sangat bermanfaat selain untuk lebih meningkatkan nilai anak, senam ini sangat membantu kami sebagai pendidikan untuk menanamkan nilai-nilai spiritual kepada anak-anak. Sehingga anak-anak di TK kami lebih enak untuk diberikan nasehat untuk beribadah sesuai dengan agamanya masing-masing, serta hormat dan patuh kepada orang tua baik itu orang tua sendiri maupun kepada orang yang lebih tua.<sup>30</sup>

Melalui wawancara di atas dapat diketahui bahwa murid menjadi lebih mudah dalam menerima pelajaran, serta guru lebih mudah dalam memberikan pelajaran maupun untuk menanamkan nilai-nilai moral serta sosialisai dengan orang lain. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara orang tua murid yang penulis wawancarai mengatakan bahwa:

Anak saya dulu orangnya selalu dirumah dan kurang bergaul dengan lingkungan, teta[i] setelah bersekolah di sini lumayan bagus. Sudah mulai bisa bermain ke tetangga sebelah dan menjadi lebih aktif. Maklum lah kami tinggal di daerah BTN, dan disana tetangga kurang membaur serta disibukkan dengan kegiatan bekerja.<sup>31</sup>

Selain itu berdasarkan hasil wawancara dengan informan di TK tersebut mengatakan:

*Brain Gym* ini sangat bermanfaat, karena anak pada usia pra sekolah merupakan masa emas untuk perkembangan otak anak. Dengan

---

<sup>28</sup> Wawancara dengan EY, 27 April 2009

<sup>29</sup> Wawancara dengan WN, 27 April 2009

<sup>30</sup> Wawancara dengan TR, 27 April 2009

<sup>31</sup> Wawancara dengan EM, 28 April 2009

adanya *Brain Gym* ini 4 aspek kecerdasan yang ingin dikembangkan akan tercapai, dan ditekankan pada aspek spiritual.<sup>32</sup>

Melalui wawancara di atas serta observasi penulis, dapat diketahui bahwa manfaat dari *Brain Gym* ini adalah:

- a. Dengan minum air putih murid-murid menjadi lebih segar.
- b. Siswa dengan mudah dan tanggap dalam menerima pelajaran.
- c. Murid-murid menjadi lebih tajam pendengaran dan penglihatannya.
- d. Murid menjadi mudah bergaul, dalam artian bisa bersosialisasi dengan baik.
- e. Membantu guru-guru menanamkan nilai-nilai spiritual, nasehat untuk beribadah sesuai dengan agamanya masing-masing, serta hormat dan patuh kepada orang tua, baik orang tua sendiri maupun kepada orang yang lebih tua lainnya.

#### **4. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Penerapan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun**

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pelaksanaan *Brain Gym* adalah faktor pendukung dan penghambatnya. Adapaun beberapa faktor pendukungnya antara lain:

- a. Murid yang selalu aktif dan mau mengikuti *Brain Gym* ini.
- b. Gerakan-gerakan *Brain Gym* ini tidak sulit serta mudah untuk dilaksanakan.

---

<sup>32</sup> Wawancara dengan SE, 27 April 2009

Sedangkan faktor-faktor yang menghambatnya antara lain:

- a. Kurangnya intensitas waktu untuk pelaksanaan *Brain Gym* ini.
- b. Kurangnya pengetahuan tentang *Brain Gym* ini sehingga mengakibatkan pelaksanaannya kurang optimal.
- c. Banyaknya jumlah murid dan jumlah guru yang kurang sehingga sangat mempengaruhi hasil yang diperoleh dalam pelaksanaan *Brain Gym* ini.
- d. Terdapat instruktur yang tidak/kurang peduli dalam gerakan-gerakan *Brain Gym*, sehingga siswa mengikuti dengan seenaknya.
- e. Tidak semua guru mengikuti pelatihan *Brain Gym* tersebut, sehingga berpengaruh pada pelaksanaannya.

### C. Analisis Data

Perencanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun dilakukan dengan tidak membuat perencanaan tertulis pada setiap kali melakukannya, hanya sekali saja serta hanya mengikuti format-format yang telah ada saja. Format perencanaan yang dibuat memang dilakukan dalam pelaksanaann *Brain Gym* seutuhnya. Akan tetapi pelaksanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun kurang optimal, karena dilakukan dengan menggabungkan pelaksanaan gerakan-gerakan *Brain Gym* ini dalam Senam Cerdas CERIA. Seharusnya *Brain Gym* ini dilakukan tidak terstruktur seperti senam Cerdas CERIA, tetapi bisa dilakukan kapan saja dan dimana saja. Tidak hanya dilakukan selama 3 kali dalam seminggu dan dapat dilakukan

pada saat atau sedang maupun setelah proses belajar mengajar berlangsung, sehingga akan memudahkan baik guru maupun murid untuk mencapai tujuan akademik yang ingin dicapai.

Sebelum Pelaksanaan *Brain Gym* dilakukan para guru menyediakan air putih untuk diminum para siswa sebelum melakukan *Brain Gym*, sehingga anak-anak terlihat segar selama melakukan *Brain Gym* ini. Akan tetapi bagi anak yang terlambat datang, mereka tidak sempat untuk minum air putih dan langsung ikut senam di barisan belakang. *Brain Gym* dilakukan untuk pengembangan (spiritual, intelktual, emosional, serta sosial), dimana guru berperan sebagai instruktur yang mana pada setiap kali senam guru selalu membimbing murid untuk mau melakukan gerakan-gerakan *Brain Gym* ini.

Manfaat yang dapat diambil dari *Brain Gym* adalah sebagai berikut:

- a. Dengan minum air putih murid-murid menjadi lebih segar.
- b. Siswa dengan mudah dan tanggap dalam menerima pelajaran.
- c. Murid-murid menjadi lebih tajam pendengaran dan penglihatannya.
- d. Murid menjadi mudah bergaul, dalam artian bisa bersosialisasi dengan baik.
- e. Membantu guru-guru menanamkan nilai-nilai spiritual, nasehat untuk beribadah sesuai dengan agamanya masing-masing, serta hormat dan patuh kepada orang tua, baik orang tua sendiri maupun kepada orang yang lebih tua lainnya.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pembuatan perencanaan *Brain Gym* tertulis hanya dilakukan sekali saja dan tidak melakukannya pada setiap kali pelaksanaan, guru-guru hanya menentukan tujuan sehat jasmani saja, sedangkan dalam perencanaan yang sesungguhnya tujuan yang akan kita capai adalah tujuan kebugaran psikis atau kejiwaan.
2. Pelaksanaan *Brain Gym* gerakan-gerakan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun ini dilakukan hanya dilakukan 3 kali dalam seminggu pada pukul 06.30 – 06.45 pada hari Selasa, Rabu, dan Kamis, terstruktur dan tidak sesuai dengan teori yang ada serta tidak berorientasi pada tujuan akademik yang ingin dicapai, misalnya untuk memudahkan murid menulis guru dapat menyuruh murid untuk melakukan gerakan-gerakan *Brain Gym* (8 Tidur, Abjad 8, Mengaktifkan Tangan serta Coretan Ganda). Selain itu juga guru-guru banyak yang tidak paham dengan *Brain Gym* itu sendiri.
3. Manfaat *Brain Gym* terhadap siswa maupun guru TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun adalah; murid menjadi lebih segar, siswa dengan mudah dan tanggap dalam menerima pelajaran, murid-murid menjadi lebih tajam

pendengaran dan penglihatannya, murid menjadi mudah bergaul, dalam artian bisa bersosialisasi dengan baik.

4. Faktor Pendukung antara lain; Murid yang selalu aktif dan mau mengikuti *Brain Gym* ini, dan Gerakan-gerakan *Brain Gym* ini tidak sulit serta mudah untuk dilaksanakan. Faktor penghambat dalam Penerapan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun; Kurangnya intensitas waktu untuk pelaksanaan *Brain Gym* ini, kurangnya pengetahuan tentang *Brain Gym* ini sehingga mengakibatkan pelaksanaannya kurang optimal, banyaknya jumlah murid dan jumlah guru yang kurang sehingga sangat mempengaruhi hasil yang diperoleh dalam pelaksanaan *Brain Gym* ini, terdapat instruktur yang tidak/kurang peduli dalam gerakan-gerakan *Brain Gym*, sehingga siswa mengikuti dengan seenaknya, tidak semua guru mengikuti pelatihan *Brain Gym* tersebut, sehingga berpengaruh pada pelaksanaannya.

## **B. Saran-saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka penulis menyarankan:

1. Kepada Kepala TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun supaya mengalokasikan waktu untuk melakukan *Brain Gym* ini sebelum dan atau disela-sela maupun setelah melakukan proses belajar mengajar di kelas.
2. Kepada Kepala TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun supaya mengikutsertakan guru-guru TK untuk mengikuti pelatihan *Brain Gym* tersebut, sehingga guru dapat menerapkannya di kelas.

3. Kepada guru agar lebih memperhatikan gerakan-gerakan, sehingga akan memberikan contoh yang baik kepada siswa-siswa dalam mengikuti gerakan-gerakan yang dilakukan.
4. Diharapkan dapat memberikan masukan kepada orang tua murid agar dapat melakukan *Brain Gym* ini di rumah.

## DAFTAR PUSTAKA

- [Ayahbunda-Online] Rangkuman (Tanya) : Senam Otak-Thanks. Dalam [www.ayahbunda-online.co.id](http://www.ayahbunda-online.co.id) (online: April 2008)Dennison, Paul, E. dkk, *Buku Panduan Lengkap Brain Gym (Senam Otak)*, Jakarta: PT Gramedia, 2006.
- Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1990.
- Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Departemen Agama RI, *Undang-Undang dan Peraturan Pemerintah RI tentang Pendidikan*.
- Habbat's kid honey barin gym, *Brain Gym Tingkatkan Fungsi Otak Buah Hati*. Dalam [www. Habbat's kid honey barin gym.ci.id](http://www.Habbat's%20kid%20honey%20barin%20gym.ci.id) (on line, 4 November 2009).
- Istadi, Irawati, *Agar Anak Asyik Belajar*, Bekasi : Pustaka Inti, 2006.
- Kliping Online, 2008, *Kliping Online Kumpulan Artikel Menarik*. Dalam [www.kliping online.co.id](http://www.klipingonline.co.id)(on line 6 Juni 2009).
- [milis-nakita] Brain Gym, *Optimalkan Perkembangan Otak*. Dalam <http://www.mail-archive.com/milis-nakita@news.gramedia-majalah.com/>.
- Milles dan Huberman, *Analisis Data Kualitatif*, Jakarta, Universitas Indonesia Perss, 1999.
- Moleong, Lexy, J., *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: CV. Remaja Rosdakarya, 2004.
- Mustaqim, Drs, dkk, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 1991.
- Purwanto, Ngalim, *Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis*, Remaja Rosdakarya, Bandung : 1998.
- Santoso, Rukky, AM, *Right Brain For Kinds: Mengembangkan Kemampuan Otak Kanan Anak-Anak*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2003.
- Segala Warna Dunia, *Belajar Senam Otak Yuks*. Dalam [www. Segala Warna Dunia.co.id](http://www.SegalaWarnaDunia.co.id) (online 6 Juni 2009).
- Semiawan, Conny, *Belajar & Pembelajaran dalam Taraf Pendidikan Usia Dini*, Jakarta:PT. Prehallindo, 2002.



*Senam Brain Gym*. Dalam [www. Dharma Wanita Persatuan Mandiri, Demokratis & Berwawasan. co. id](http://www.DharmaWanitaPersatuanMandiri.Demokratis&Berwawasan.co.id) (online April 2008).

Seputar Info Aktivitas Senam Otak (*Brain Gym*), *Pengembangan Aktivitas Senam Otak (Brain Gym)*. Dalam [www. Seputar Info Aktivitas Senam Otak. co.id](http://www.SeputarInfoAktivitasSenamOtak.co.id) (online, 4 Nopember 2009).

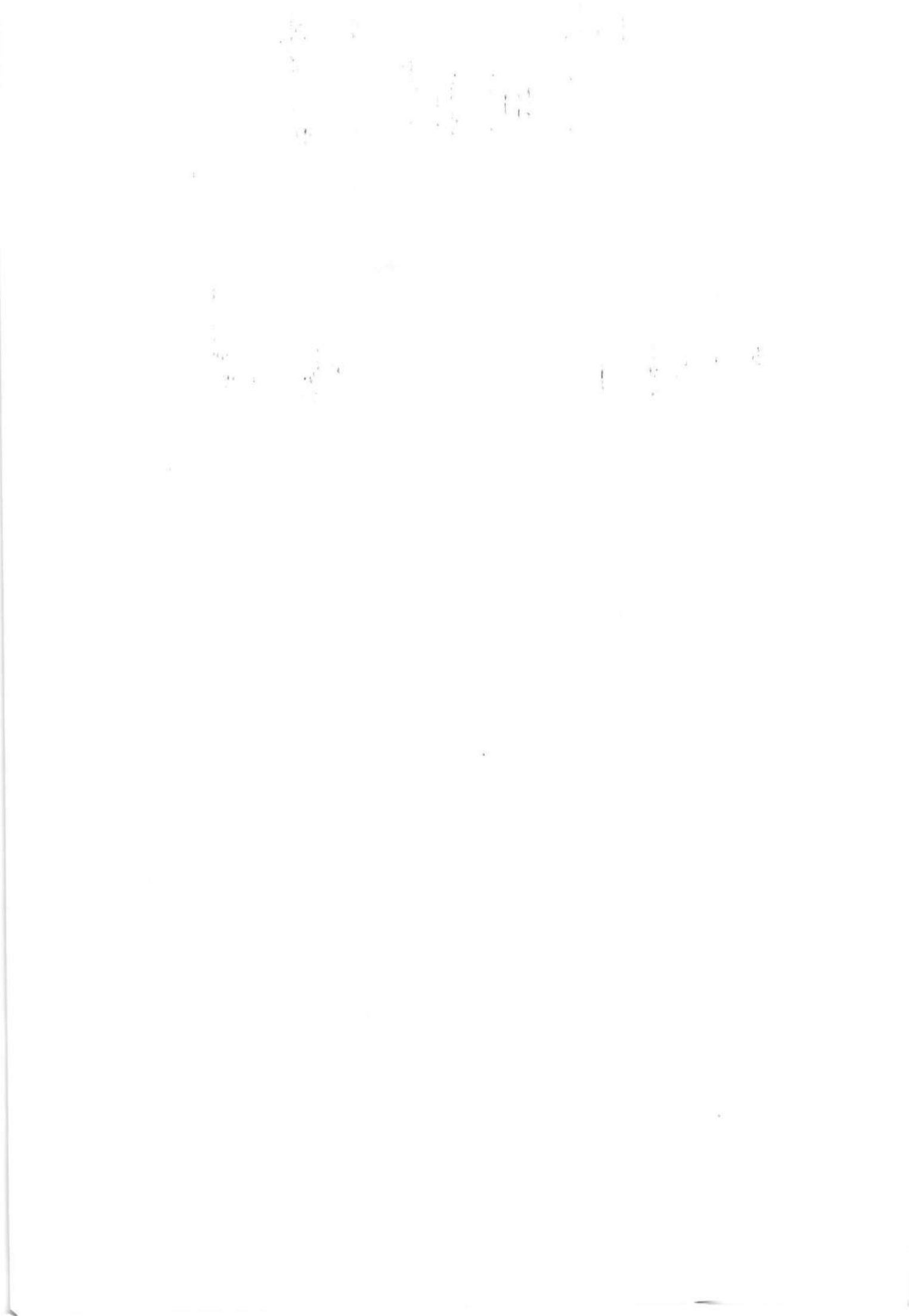
Soemanto, Wasty, Drs, *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*, Rineka Cipta, Jakarta: 1998.

Subagyo, Joko, *Metode Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004.

Suryabrata, Sumadi, *Psikologi Pendidikan*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta : 1995.

Team Metodik Kurikulum IKIP Surabaya, *Pengantar Didaktik Metodik Kurikulum PBM*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998.

Tim Penyusunan Pedoman Skripsi STAIN Palangka Raya, STAIN Palangka Raya Press, 2007.





## **CURRICULUM VITAE**

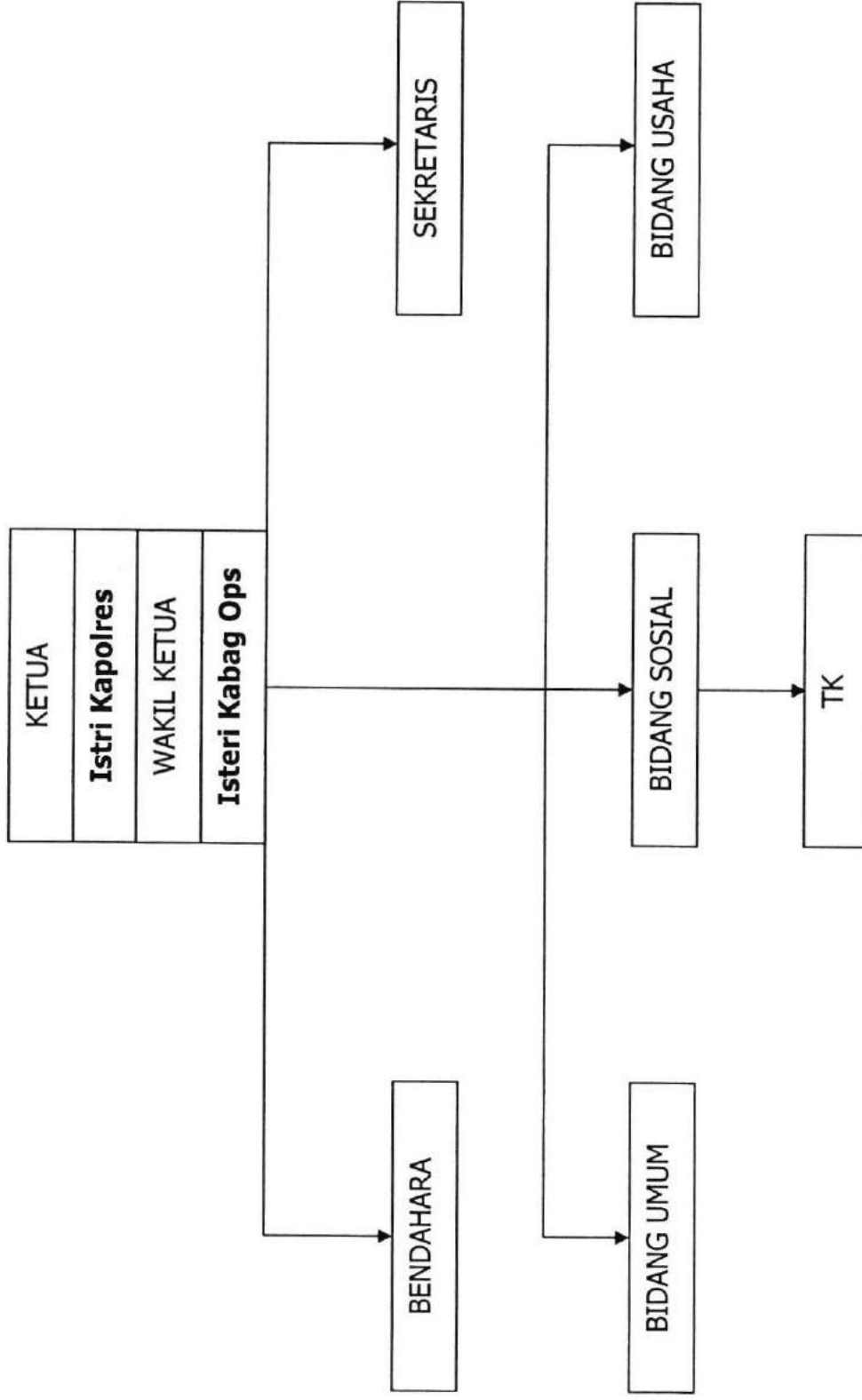
1. Nama : **UTIN RASUNA HALIDA**
2. Tempat Tanggal Lahir : Pangkalan Bun, 30 April 1985
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Alamat : Jl. G. Obos 12 Jl. Kenangan 1 No. 1
5. Pendidikan :
  - a. TK Kecubung 1992
  - b. SDN Raja 2 Pangkalan Bun 1997
  - c. SLTP Negeri 1 Pangkalan Bun 2000
  - d. SMUN 1 Pangkalan Bun 2003
6. Nama Orang Tua :
  - a. Ayah : Gusti Bahrudin
  - b. Ibu : Utin Munawati
  - c. Alamat : Jl. Pangeran Antasari Gg. Seseapat RT. 2 No. 3  
Kelurahan Baru Kabupaten Pangkalan Bun
7. Anak Ke- : 3 dari 6 bersaudara
8. Nama-Nama Saudara :
  - a. Gusti Muhammad Ali Syahbana
  - b. Utin Nely Ariati
  - c. Utin Ramina
  - d. Gusti Rahman
  - e. Utin Rany

Palangka Raya, Desember 2009



**UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM. 0301110611

# STRUKTUR ORGANISASI SEKOLAH TK KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN



## DAFTAR NAMA-NAMA RESPONDEN

| No | Nama             | Inisal |
|----|------------------|--------|
| 1. | Supinem          | SE     |
| 2. | Anisyah          | AN     |
| 3. | Endah Yuni       | EY     |
| 4. | Waliyati Ningsih | WN     |
| 5. | Tri Lestari      | TR     |
| 6. | Emma             | EM     |

## PEDOMAN WAWANCARA

### A. Pedoman Wawancara untuk Responden

1. Apakah *Brain Gym* diterapkan di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
2. Bagaimana perencanaan *Brain Gym* di terapkan?
3. Bagaimana *Brain Gym* dilaksanakan?
4. Apakah anda mengetahui urutan-urutan dalam pelaksanaan *Brain Gym*?
5. Apakah anda ikut serta dalam menentukan gerakan-gerakan *Brain Gym* yang diterapkan di TK?
6. Berapa kali *Brain Gym* itu dilaksanakan?
7. Apakah *Brain Gym* sudah diprogramkan oleh sekolah?
8. Bagaimana peranan guru dalam pelaksanaan *Brain Gym*?
9. Apakah ada pembiayaan yang khusus untuk pelaksanaan *Brain Gym*?
10. Apakah dalam pelaksanaan *Brain Gym* pernah dibimbing?
11. Apakah guru mempunyai format-format pelaksanaan *Brain Gym*?
12. Apa motivasi anda dalam menerapkan *Brain Gym* pada siswa dan siswi?
13. Apakah anda mengetahui manfaat yang didapat melalui *Brain Gym* ini?
14. Apakah ada faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
15. Bagaimana hasil/manfaat terhadap pelaksanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?

## **B. Pedoman Wawancara untuk Informan**

1. Apakah *Brain Gym* diterapkan di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
2. Bagaimana perencanaan *Brain Gym* di terapkan?
3. Berapa kali *Brain Gym* itu dilaksanakan?
4. Apakah anda terlibat dalam pelaksanaan *Brain Gym*?
5. Apakah ada pembiayaan yang khusus untuk pelaksanaan *Brain Gym*?
6. Apakah dalam pelaksanaan *Brain Gym* pernah dibimbing?
7. Apakah guru mempunyai format-format pelaksanaan *Brain Gym*?
8. Apakah *Brain Gym* bermanfaat untuk dilaksanakan?
9. Apakah ada faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?
10. Bagaimana hasil/manfaat terhadap pelaksanaan *Brain Gym* di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun?

## **PEDOMAN OBSERVASI**

1. Keadaan siswa-siswi yang ada di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
2. Persiapan yang dilakukan sebelum dilaksanakannya *Brain Gym*.
3. Pelaksanaan *Brain Gym*.
4. Sarana yang dimiliki untuk menunjang kegiatan *Brain Gym*.
5. Hal-hal yang dilakukan sesudah kegiatan *Brain Gym* dilaksanakan.
6. Peran Kepala Sekolah saat *Brain Gym* dilaksanakan.

## **DOKUMENTASI**

1. Sejarah singkat berdirinya TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
2. Kurikulum TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
3. Jumlah tenaga/staf pengajar yang ada di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
4. Latar belakang pendidikan guru-guru yang ada di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
5. Struktur Organisasi Sekolah di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.
6. Keadaan siswa di TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.



**SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI PALANGKA RAYA**  
**PUSAT PELAYANAN BAHASA**

Alamat :Jalan G. Obos Komplek Islamic Centre Palangka Raya 73112 Telp. (0536)  
3239447-3226356-3221438 Fax. 3222105

SURAT KETERANGAN  
No. 8/PPB-STAIN/XI/2009

Saya yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Pusat Pelayanan Bahasa Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Palangka Raya menerangkan bahwa abstrak atas:

Nama : Utin Rasuna Halida

Nim : 0301110611

Jur/Prodi : Tarbiyah/PAI

telah diperiksa dan direvisi guna memenuhi persyaratan ujian skripsi dengan judul:  
"PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA MURID TK KEMALA BHAYANGKARA 6  
DI PANGKALANBUN".

Demikian surat keterangan ini diberikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Palangka Raya, 2 Desember 2009

Kepala Pusat Pelayanan Bahasa,

  
Drs. H. Abdul Qodir, M.Pd  
19560203 199003 001

Hal : **Mohon Diseminarkan  
Proposal Skripsi**

Palangka Raya, 15 Mei 2008

Kepada,  
Yth. **Ketua Panitia Seminar Proposal Skripsi**  
di-  
Palangka Raya

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM : 0301110611  
Semester : X (Sepuluh)  
Jurusan : Tarbiyah  
Program Studi : PAI  
Judul Skripsi : **PENERAPAN BRAIN GYM PADA MURID TK  
ISLAM AQIDAH PALANGKA RAYA**

Pembimbing : 1. Drs. Mazrur, M.Pd (Pembimbing I)  
2. Drs. Rofi'i (Pembimbing II)

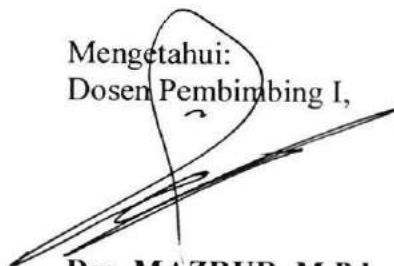
dengan ini mengajukan permohonan kepada Ketua Panitia Seminar Proposal Skripsi Tingkat Program PAI STAIN Palangka Raya untuk diperkenankan mengikuti Seminar Proposal Skripsi.

Bersama ini saya lampirkan 7 (tujuh) eksemplar Proposal Skripsi saya.

Demikian, atas perkenan dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum*

Mengetahui:  
Dosen Pembimbing I,



**Drs. MAZRUR, M.Pd**  
NIP. 150 237 651

Pemohon,



**UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM. 0301110611



**PEMERINTAH KABUPATEN KOTAWARINGIN BARAT**  
**DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA**

Jl. Sutan Syahrir No. 60 Pangkalan Bun ( 74111 ) Kalimantan Tengah

Telp.(0532)21421,Fax.(0532)24935.

**REKOMENDASI**

Nomor: 421.2/ 1349 /Dikdas/Dikpora

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olah Raga Kabupaten Kotawaringin barat , dengan ini memberikan rekomendasi kepada :

Nama : UTIN RASUNA HALIDA  
NIM : 0301110611  
Program Studi : Pendidikan Agama Islam (PAI)  
Jurusan : Tarbiyah

Rekomendasi ini diberikan kepada yang bersangkutan, untuk melaksanakan Tugas Penelitian *TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun* selama 2 ( dua ) bulan terhitung sejak tanggal 20 Maret 2009 s/d 20 Mei 2009. Kegiatan ini sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir dan Penyusunan Skripsi berjudul **“PENERAPAN BRAIN GYM ( SENAM OTAK ) PADA MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6 DI PANGKALAN BUN “**

Demikian rekomendasi ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan , untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pangkalan Bun, 31 Maret 2009

Kepala Dinas Dikpora  
Kabupaten Kotawaringin Barat,  
  
Des WAHYUDI,M.Si  
Pembina Tk.I

Nip.19630923 199003 1010

Tembusan :

1. Kepala Cabang Disdikpora Arut Selatan di Pangkalan Bun.
2. Kepala TK Bhayangkari di Pangkalan Bun.
3. Arsip.



**DEPARTEMEN AGAMA**  
**SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI**  
**(STAIN) PALANGKA RAYA**

*Alamat Jl. G. Obos Komplek Islamic Centre Telp. (0536) 39447, 26356, 21438 Fax 22105 Palangkaraya 73112*

Palangka Raya, 10 Nopember 2008

Nomor : Sti.15.8/TL.00/ 1431 /2008.  
Lampiran : 1 (Satu) Proposal.  
Perihal : **Mohon Ijin Observasi /Penelitian.**

Kepada

Yth. Kepala Kantor Dinas Pendidikan Kebudayaan  
Pemuda Dan Olah raga Kab Kobar  
di –  
Pangkalan Bun

Sehubungan dengan salah satu tugas mahasiswa untuk mengakhiri studi pada Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Palangka Raya adalah membuat Skripsi, maka dengan ini kami mohon kiranya Bapak berkenan memberikan Izin Penelitian Lapangan kepada :

|                   |                                                                                           |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| N a m a           | : Utin Rasuna Halida                                                                      |
| N I M             | : 0301110611                                                                              |
| Jurusan/Prodi     | : Tarbiyah / PAI                                                                          |
| Jenjang           | : Strata ( 1 )                                                                            |
| Lokasi Penelitian | : TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun                                                   |
| Judul Skripsi     | .. "PENERAPAN BRAIN GYM (SENAM OTAK ) PADA MURID TK KEMALA BHAYANGKARI 6 PANGKALAN BUN "" |
| Metode            | .. Observasi ,Dokumentasi dan interview                                                   |
| Waktu Pelaksanaan | : 2 (dua) bulan, terhitung sejak tanggal 13 Nopember 2008 s/d 13 Januari 2009.            |

Sebagai bahan pertimbangan terlampir Proposal Penelitian, demikian atas perhatian dan pertimbangan Bapak disampaikan terima kasih.



An. Ketua  
Pembantu Ketua I

*Drs. H. ABUBAKAR HM, M.Ag.*  
NIP. 19551231 198303 1 026

Tembusan :

1. Yth. Ketua STAIN Palangka Raya (Sebagai Laporan)
2. Yth. Kepala TK Bhayangkari 6 Pangkalan Bun
3. Arsip.

Palangka Raya, 20 September 2008

Hal : **Mohon Izin Riset/Penelitian**

Kepada Yth.  
**Ketua STAIN Palangka Raya**  
di  
Palangka Raya

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM : 0301110611  
Jurusan : Tarbiyah  
Program Studi : Pendidikan Agama Islam  
Alamat : Jl. G. Obos XII Jl. Kenangan 1 No. 1

Dengan ini mengajukan permohonan untuk mendapat Izin Riset/Penelitian dalam rangka penyusunan skripsi saya yang berjudul:

**PERENCANAAN BRAIN GYM (SENAM OTAK) PADA MURID TK ISLAM AQIDAH PALANGKA RAYA**

Tempat/lokasi penelitian:

1. TK Islam Aqidah Palangka Raya

Penelitian ini akan dilaksanakan selama 2 bulan dari tanggal 13 Oktober s.d tanggal 13 Desember tahun 2008.

Dan akan menggunakan metode:

1. Observasi
2. Wawancara
3. Dokumentasi

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perkenan Bapak disampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I Skripsi,

  
**Drs. MAZRUR, M.Pd**  
NIP. 150237651

Pemohon,

  
**UTIN RASUNA HALIDA**  
NIM. 0301110611



**DEPARTEMEN AGAMA RI  
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI (STAIN)  
PALANGKA RAYA**

*Alamat Jl. G. Obos Kompleks Islamic Centre Palangka Raya, Kalimantan Tengah 73111  
Telp. (0536) 39447, 26356, 21438 Fax. 22105 Email: stain\_pry@yahoo.com*

Nomor : Sti.15/5/PP.00.009/624/2009  
Hal : **Perubahan Judul Skripsi**

Palangka Raya, 3 Maret 2009

Kepada  
Yth. Sdr. Utin Rasuna Halida  
NIM.030 111 0611

*Assalamu'alaikum Wr, Wb.*

Dengan mempertimbangkan kelengkapan dan kevalidan data yang diperlukan serta atas persetujuan pembimbing I maka diputuskan adanya perubahan judul proposal penelitian saudara:

Semula : **Penerapan Brain Gym (Senam Otak) pada Murid TK Islam Aqidah Palangka Raya.**

Menjadi : **Penerapan Brain Gym (Senam Otak) pada Murid TK Kemala Bhayangkari 6 Pangkalan Bun.**

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebaik-baiknya.

*Wassalamu'alaikum Wr, Wb*

An. Ketua  
Ketua Jurusan Tarbiyah,

  
**H. HAMIDAH, MA**  
NIP. 150279310

Tembusan:

1. Yth. Ketua STAIN Palangka Raya Up. Pembantu Ketua I
2. Yth. Drs. H. Mazrur, M.Pd sebagai Pembimbing I
3. Yth. Drs. Rofi'i sebagai Pembimbing II



**DEPARTEMEN AGAMA RI  
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI (STAIN)  
PALANGKA RAYA**

*Alamat Jl. G. Obos Kompleks Islamic Centre Palangka Raya, Kalimantan Tengah 73111  
Telp. (0536) 39447, 26356, 21438 Fax. 22105 Email: stain\_pry@yahoo.com*

Nomor : STi.18.1/PP.00.9/ 38 /2006

Palangka Raya, 10 Januari 2007

Hal : **Persetujuan Judul dan  
Penetapan Pembimbing**

Kepada  
Yth. Sdr. **Utin Rasuna Halida**  
NIM. 0301110611

*Assalamu'alaikum Wr, Wb.*

Setelah membaca, menalaah dan mempertimbangkan judul dan desain proposal yang saudara ajukan dan sesuai hasil seleksi judul skripsi Jurusan Tarbiyah STAIN Palangka Raya, maka kami dapat menyetujui judul dimaksud sebagai berikut:

**"Penerapan *Brain Gym* (Senam Otak) pada Murid TK Islam Aqidah Palangka Raya"**

selanjutnya kami menunjuk/menetapkan pembimbing skripsi saudara:

1. Drs. Mazrur, M.Pd sebagai Pembimbing I
2. Drs. Rofi'i sebagai Pembimbing II

Untuk itu kami persilahkan saudara segera berkonsultasi dengan pembimbing skripsi sebagaimana mestinya.

*Wassalamu'alaikum Wr, Wb*

An. Ketua  
Ketua Jurusan Tarbiyah,

  
**Dra. HAMBANAH. HM, M. Ag**  
NIP. 150246249

Tembusan:

1. Yth. Ketua STAIN Palangka Raya Up. Pembantu Ketua I
2. Yth. Drs. Mazrur, M.Pd sebagai Pembimbing I
3. Yth. Drs. Rofi'i sebagai Pembimbing II

