Peran Senam Otak Dalam Meningkatkan Minat Belajar IPSKelas IV SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta

[1]Aprilia Wahyu Atika,[2] Sukati

Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, FAI, Universitas Alma Ata

[1]e-mail:wahyuaprilia116@gmail.com, [2] sukati79@almaata.ac.id

Abstrak

Minat mata pelajaran IPS sebagai pelajaran yang membuat peserta didik merasa ngantuk, kurang fokus dan lesu kurang bersemangat. Tujuan Penelitian untuk mengetahui pelaksanaan senam otak siswa kelas IV di SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta dan untuk mengetahui hubungan senam otak dalam meningkatkan minat belajar IPS kelas IV SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta. Metode Penelitian ancangan penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan observasi, dokumentasi dan kuesioner. Subjek peneitian ini adalah siswa SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis bivariat dengan cara menguji koefisien antara variabel bebas dan variabel terikat yakni dengan korelasi product moment.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Pelaksanaan senam otak kelas IV SDN Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta dilaksanakan diawal pembelajaran dengan gerakan pompa betis, teknis mendengarkan musik dengan gerakan silang dan mengaktifkan tangan.. 2) Hubungan senam otak dalam meningkatkan minat belajar IPS pada siswa kelas IV di SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta yaitu memiliki hubungan yang kuat berdasarkan hasil analisis korelasi nilai 0,633 yang berada pada rentang 0,60 – 0,799, sedangkan arah hubungan tersebut adalah positif yang apabila semakin sering dilakukan gerakan senam otak maka semakin naik minat belajar IPS di Kelas IV SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta.

Kata kunci: Senam Otak, Minat, Pembelajaran IPS

Abstract

Interest in social studies subjects as subjects that make students feel sleepy, less focused and lethargic and less enthusiastic. The aim of the research was to find out the implementation of brain gymnastics for fourth grade students at SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta and to find out the relationship between brain gymnastics in increasing interest in learning social studies class IV SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta. Research Methods This research approach is a field research with a quantitative approach. Data collection techniques using observation, documentation and questionnaires. The subjects of this research were students of SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede. The data analysis technique used is bivariate analysis by testing the coefficients between the independent variable and the dependent variable, namely the product moment correlation.

The results showed that: 1) The implementation of class IV brain exercises at SDN Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta was carried out at the beginning of learning with calf

pumping movements, technical listening to music with cross movements and activating hands. 2) The relationship of brain exercises in increasing interest in learning social studies in class IV students in SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta, namely having a strong relationship based on the results of a correlation analysis of a value of 0.633 which is in the range 0.60 – 0.799, while the direction of the relationship is positive, if the more frequent brain gymnastic movements are carried out, the higher the interest in learning social studies in class IV SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta.

Keywords: *Brain Gym, Interest, Social Studies Learning*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah hal yang tidak biasa lepas dari diri manusia. Pendidikan berlangsung terus-menerus, dimulai sejak manusia dalam kandungan sampai akhir hayat manusia (FIP UPI, 2007).[1] Pendidikan menjadi awal dari pengetahuan bagi setiap manusia. Dengan pendidikan manusia mampu untuk menghadapi kehidupan. Pada hakikatnya manusia yang hidup di dunia ini membutuhkan pendidikan. Pendidikan dapat diartikan menurut UU No. 20 tahun 2003 yang berisi Sistem Pendidikam Nasional.

"Pendidikan ialah usaha sadar dan terencana guna mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara"(Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, 2003).[2]

Proses belajar mengajar merupakan keseluruhan dalam proses Pendidikan. Pendidikan tidak saja difokuskan pada persiapan masa yang akan datang, tetapi untuk membentuk pola sikap dan tingkah laku di masa kini, dan berlangsung sepanjang hidup (Lefudin, 2017) [3]. Berdasarkan wawancara dengan Bu Ajeng Riski Wulandari, S.Pd sebagai guru IPS yang telah dilakukan penulis pada tanggal 15 Maret 2018 di SD Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta diketahui bahwa siswa mengantuk, lesu, kurang fokus dan tidak bersemangat dalam mengikuti pembelajaran sehingga minat untuk belajar berkurang.

Secara umum pembelajaran yang menyenangkan adalah bagaimana guru memeberikan pelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran yang sesuai sehingga pembelajaran berlangsung menyengkan. Metode yang digunakan oleh bu ajeng yaitu dengan menggunakan gerakan senam otak. Gerakan senam otak berguna melatih otak kita. Latihan otak yang tepat membuat otak bisa berkerja dengan baik dan efektif. Senam otak merupakan latihan atau gerakan yang tidak memberatkan. Gerakan yang dilakukan untuk melatih konsentrasi kita dan waktu yang diperlukan berkisar 5-10 menit. Senam otak ini dilakukan di kelas IV yang disesuaikan dengan siswa yang mengantuk, lesu, kurang bersemagat dan tidak fokus dalam mengikuti pembelajaran IPS, sehingga menmbuat siswa kurang minat dalam mengikuti pembelajaran IPS.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul "**Hubungan Senam Otak dalam Meningkatkan Minat Belajar IPS Kelas IV di SD Negeri Karangsari Rejowinangun, Kotagede Yogyakarta.**" Dengan menerapkan

[1] Tim Pengembang Ilmu Pendidikan FIP UPI, *Ilmu dan Aplikasi Pendidikan.* (Bandung:Pedagogiana Press, 2007), hlm.23

[2] UU SISDIKNAS NO.20 tahun 2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*

[3] Lefudin, M.Pd, *Belajar & Pembelajaran,* (Jakarta: Cv Budi Utama,2017), hlm. 255

senam otak dalam pembelajaran IPS diharapkan mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan tidak membosankan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan pendekatan kuantitatif. Jadi penelitian ini banyak menggunakan angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data terdebut serta penampilan dari hasilnya. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional. Suharsimi Arikunto mengemukakan penelitian korelasi adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa melakukan tambahan atau manipulasi terhadap data yang sudah ada (Badriaah & Sholicha, 2016) .[4]

Subjek penelitian yaitu siswa SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta. Peneliti mengunakan teknik pengumpulan data yaitu observasi, dokumentasi dan kuesioner.

Uji Validitas menggunakan teknik analisis *product moment*, sedangkan uji realibilitas menggunakan teknik formula Alpha Cronbach. Menurut Suharsimi Arikunto, rumus Alpha digunakan untuk reabilitas instrumen yang skornya 1 atau 0, misalnya angket atau soal berbentuk uraian. Setelah diperoleh harga r_{hitung} selanjutnya untuk dapat dipastikan instrumen reliabel atau tidak, harga tersebut dikonsultasikan dengan harga r_{tabel} Untuk taraf kesalahan 5% maupun 1 % maka dapat disimpulkan instrumen tersebut reliabel dan dapat dipergunakan untuk penelitian.

Teknik analisis data dengan analisis bivariat yaitu digunakan untuk menguji hipotesis pertama dan kedua yaitu untuk menguji koefisien antara variabel bebas dengan variabel terikatnya. Untuk menguji arah hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, rumus yang digunakan adalah korelasi Product Moment. Interpretasi nilai koefisien korelasi dari hasil perhitungan. Rumus yang digunakan adalah rumus korelasi product moment dari person sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{\{n\sum x^2 - (\sum x)^2\}\{n\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

R_{xy} = koefisien korelasi antara variabel x dan variable y

N = jumah Sampel

$\sum xy$ = jumlah perkalian antara x dan y

$\sum x^2$ = jumlah nilai kuadrat nilai x

$\sum y^2$ = jumlah kuadrat nilai y

$(\sum x)^2$ = jumlah nilai x kemudian dikuadratkan

$(\sum y)^2$ = jumlah nilai y kemudian dikuadratkan

Hasil perhitungan r (korelasi antara x dan variabel y). Selanjutnya dikonfirmasikan pada pedoman interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut:

Tabel 3.4 Interprestasi Koefisien Korelasi (Jonathan Sarwono, 2017)[5]

Nilai korelasi (r)	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat lemah
0,20 - 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 0,100	Sangat kuat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peran senam otak dalam meningkatkan minat belajar siswa yaitu dengan menilai berbagai indikator minat dan fungsi dari senam otak. Adapun landasan untuk memperkuat penelitian

[4] Laelatul Badriah dan Rani Ayu Sholicha, *Hubungan Kreatifitas Guru dan Lingkungan Belajar Terhadap Keaktifan Siswa Kleas III MIN Jejeran Bantul tahun ajaran 2015/2016* (Yogyakarta: jurnal ilmu pendidikan, PGMI , Universitas Alma Ata, 2015), hlm.34

[5] Jonathan Sarwono, *Mengenal Prosedur-Prosedur Populer dalam SPSS 23,* (Yogyakarta: Elex Media Kompu Tindo, 2017), hlm.125

ini adalah menurut As'adi Muhammad dikutip oleh Soerjono soekanto bahwa senam otak adalah gerakan yang membuat otak menjadi rileks dan memudahkan otak bekerja sehingga memudahkan kegiatan belajar (Soerjono Soekanto, 2009).[6] Senam otak atau Brain Gym ialah salah satu stimulasi yang berfungsi dengan baik dalam memperlancar proses pembelajaran. Adapun fungsi senam otak menurut Paul E Dennision Ph,D mengatakan senam otak memudahkan kegaitan belajar dan dapat menyesuaikan ketegangan yang terjadi pada saat pembelajaran. Adapun fungsi senam otak untuk meningkatkan kemampuan belajar, mengurangi rasa stress, kemampuan daya ingat meningkat, dan menjadikan rileks (Paul E. Dennision, 2014).[7] Senam otak selian dapat meningkatkan minat belajar siswa juga dapat meningkatkan konsentrasi anak usia dini dalam aspek perkembangan kognitif (Aulia Datul F, 2016).[8] Dan juga

Senam otak dalam penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15- 30 maret 2018 pada pukul 07.00 WIB dan selama 5-7 menit dan dilakukan sebelum pembelajaran dimulai. Senam otak ini dilaksanakan setiap hari oleh guru IPS kelas IV SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta dengan menggunakan teknis mendengarkan musik dengan gerakan silang serta mengaktifkan tangan. Adapun gerakan mengaktifkan tangan dimulai dengan mengepalkan tangan dan membuka tangan bergantian, untuk gerakan silang yaitu tangan satu menyentuh hidung dan tangan satu nya menyentuh telinga dengan silang dan bergantian, serta gerakan pompa betis Pelaksanaan senam otak ini berdasarkan kemauan guru kelas yang diikuti oleh siswa yang dilaksanakan pada saat sebelum pembelajaran dimulai dan bersifat wajib bagi seluruh siswa di kelas IV. Hasil penelitian tersebut juga sesuai pernyataan dari badan Kinesiology dalam buku Franc. Andri Yanuarita senam otak memiliki teknik dalam khusus untuk merangsang dan mengasah kemampuan otak manusia.[9] Dan menurut badan kinesiology yang dikutip oleh Aryati ada lima gerakan senam otak yaitu gerakan saklar otak, gerakan silang, gerakan meangaktifkan tangan, Gerakan pompa betis dan Gerakan bokong (Aryanti Nuryana dan Setiyo Purwanto, n.d.).[10]

Hubungan Senam Otak dalam meningkatkan minat belajar IPS kelas IV SD Negeri Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta yaitu pertama uji prasyarat dan uji prasyarat ini dilakukan dengan uji normalitas dan uji linearitas. Kriteria pengujian normalitas dari masing-masing variabel dilihat dari nilai pada kolom singnifikansi (sing). Jika nilai singnifikansi yang diperoleh lebih dari 0,05 maka sampel populasi yang berdistribusi normal. Jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05, maka sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Hasil analisis dengan komogorof-smirnov menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk variabel senam otak 0,052 dan hasil uji shaprio-walk nilai signifikansinya 0,063, untuk hasil dari variabel minat belajar 0,200 dan hasil singnifikansinya 0,926 yang lebih besar dari 0,05 dengan demikian keduan variabel data berdistribusi normal. Sedangkan uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel bebas mempunyai pengaruh yang linier atau tidak terhadap variabel terkaitnya. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka variabel tersebut linear. Hasil dari analisis ke dua variabel senam otak dan minat

[6] Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar*, (Jakarta: Rajawali Pers.Jakarta,2009), hlm,12

[7] Paul E. Dennision, *Brain Gym dan Aku: Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar* (Bandung: Roskadarya, 2014), hlm.119

[8] Aulia Datul F (2016). *Pengaruh Brain Gym Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V SDN 2 Sempusari Jember.*

[9] *Ibid.*, hlm. 200

[10] Aryanti Nuryana dan Setiyo Purwanto, *Efektifitas Brain Gym dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Anak,* (Jurnal Ilmiah Berskala Psikologi), vol. 12, No. 1, Mei 2010, hlm. 89

belajar menunjukkan signifikansinya 0,472 yang berarti bahwa variabel tersebut linear, yang memeiliki arti bahwa adanya pengaruh senam otak dengan minat belajar. Kedua Uji Hipotesis, uji ini dilakukan untuk mengetahui hipotesis 1 dan 2 yaitu dengan menggunakan uji korelasi person untuk mengetahui hubungan antara variabel. Berdasarkan hasil olah data SPPS versi 23 diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil Korelasi dua variabel

Correlations

		Senam Otak	Minat
Senam otak	Pe pearson Correlation	1	633*
	Sig. (2-tailed)		.011
	N N	15	15
Minat	pearsonCorrelation	633*	1
	Sig. (2-tailed)	.011	
	N	15	15

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Hasil analisis korelasi pearson di dapat korelasi anatara senam otak dengan minat belajar yang memiliki nilai 0,633 dengan nilai sig 0,011. Jika nilai sig lebih besar dari 0,05 maka dinyatakan kedua variabel singnifikan atau memiliki hubungan, hubungan dinyatakan kuat apabila nilai korelasi lebih besar dari 0,60. Dari hasil analisis diperoleh nilai korelasi 0.633 yang artinya kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang kuat. Sedangkan arah hubungan tersebut adalah positif yang artinya semakin senam otak naik maka semakin meningkat minat belajar dengan arti lain semakin sering melakukan gerakan senam otak maka semakin meningkat minat belajar IPS Kelas IV SDN Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta. Hasil ini menunjukkan adanya kesesuaian antara teori dengan hasil penelitian bahwa ada hubungan yang kuat antara senam otak dalam meningkatkan minat belajar IPS Kelas IV SDN Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta.

KESIMPULAN

Pelaksanaan senam otak kelas IV SDN Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta yaitu dilaksanakan diawal pembelajaran dengan gerakan pompa betis, teknis mendengarkan musik dengan gerakan silang dan mengaktifkan tangan.

Hubungan senam otak dalam meningkatkan minat belajar IPS pada siswa kelas IV di SD N Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta Hubungan senam otak dalam meningkatkan minat belajar IPS pada siswa kelas IV di SD N Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta yaitu memiliki hubungan yang kuat berdasarkan hasil analisis korelasi nilai 0,633 yang berada pada rentang 0,60 – 0,799, sedangkan arah hubungan tersebut adalah positif yang apabila semakin sering dilakukan gerakan senam otak maka semakin naik minat belajar IPS di Kelas IV SDN Karangsari Rejowinangun Kotagede Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

Aryati Nuryana dan Setiyo Purwanto. 2012. *Efektivitas Brain Gym dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Anak,* Jurnal.Bandung: Jur.Psikologi, Fak. Ilmu Tarbiyah , UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Jonathan Sarwono.20017.*Mengenal Prosedur-Prosedur Populer dalam SPSS*

23,(Yogyakarta: Elex Media Kompu Tindo.

Laelatul Badriah dan Rani Ayu Sholicha, 2015. *Hubungan Kreatifitas Guru dan Lingkungan Belajar Terhadap Keaktifan Siswa Kleas III MIN Jejeran Bantul tahun ajaran 2015/2016.* Yogyakarta: Jurnal Ilmu Pendidikan, PGMI , Universitas Alma Ata

Lefudin.2017. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: CV Budi Utama

Tim Pengembang Ilmu Pendidikan FIP UPI. 2007. Bandung: Pedagogiana Press