

## Penerapan Senam Otak (*Brain Gym*) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun) di KB IFFAT Kota Jambi

<sup>1</sup>Rina Oktaria, <sup>2</sup>Adila Puspa Djelita, Apni Riama Simorangkir<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi. Indonesia ;

[rinaoktaria93@gmail.com](mailto:rinaoktaria93@gmail.com) (Koresponden)

<sup>2</sup>Rumah Sakit Tentara TK IV Pekanbaru

### ABSTRACT

**Background:** Pre-school age is a golden period in the development process. This period is a sensitive period or sensitive period for children, for this reason children need to learn with high concentration, because as a result of the child's lack of concentration, the learning results will not be optimal .

**Objective:** The aim of this case study is to determine the effectiveness of implementing brain gym as a management method for increasing concentration in preschool children aged 4 - 6 years. **Research**

**Method:** This type of research is descriptive with a case study method on a group of subjects consisting of 2 people for 3 days. Measurements using a questionnaire were then observed before and after carrying out the brain gym technique . **Research Results:** The results obtained in this study showed an increase in concentration values after doing brain exercises for 3 times. Before carrying out brain

exercises, the concentration value of An. M is 6 and after doing brain exercises for 3 times the concentration value is An. M increases to 15. While in An. H before doing the brain exercise concentration value An. H is 5 and after doing brain exercises for 3 times the concentration value is An. H increased to 10. **Conclusion:** This proves that the application of brain exercises can increase concentration in children. It is hoped that brain exercises can be applied by IFFAT KB to overcome concentration problems in preschool children.

**Keywords :** Brain Gym, Concentration, Preeschol

---

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Usia pra sekolah merupakan periode emas dalam proses perkembangan. Periode itu termasuk periode sensitif atau masa peka pada anak, untuk itu anak perlu pembelajaran dengan konsentrasi yang tinggi, karena akibat dari ketidakkonsentrasian anak, maka hasil belajarpun menjadi tidak optimal. **Tujuan :** tujuan studi kasus ini adalah ntuk mengetahui keefektifan penerapan senam otak (*brain gym*) sebagai penatalaksanaan dalam meningkatkan konsentrasi pada anak usia prasekolah 4 – 6 tahun. **Metode Penelitian :** Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan metode studi kasus pada satu kelompok subjek terdiri dari 2 orang selama 3 hari. Pengukuran menggunakan kuisioner lalu diobservasi sebelum dan sesudah melakukan Teknik senam otak (*brain gym*). **Hasul**

**Penelitian :** Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini didapatkan hasil peningkatan nilai konsentrasi setelah dilakukan senam otak selama 3 kali pelaksanaan senam otak. Sebelum dilaksanakan senam otak nilai konsentrasi An. M adalah 6 dan setelah dilaksanakan senam otak selama 3 kali nilai konsentrasi An. M meningkat menjadi 15. Sementara pada An. H sebelum dilaksanakan senam otak nilai konsentrasi An. H adalah 5 dan setelah dilaksanakan senam otak selama 3 kali nilai konsentrasi An. H meningkat menjadi 10. **Kesimpulan :** Hal ini membuktikan bahwa penerapan senam otak dapat meningkatkan konsentrasi pada anak. Diharapkan senam otak dapat diterapkan oleh KB IFFAT dalam mengatasi permasalahan konsenrasi pada anak usia prasekolah.

**Kata Kunci :** Senam Otak, Konsentrasi, Anak Prasekolah

### PENDAHULUAN

Anak sebagai individu yang unik dalam proses belajar membutuhkan ransangan yang pro aktif dari orang tua, guru dan lingkungan. Sebagai anak yang tumbuh dalam masa keemasan (*golden age*) orang tua dan guru harus peka melihat saat yang tepat ini untuk menstimulasi setiap pertumbuhan baik motorik kasar dan halus sehingga kemampuan kecerdasan dapat dicapai sebagaimana yang diinginkan (1).

Usia pra sekolah merupakan periode emas dalam proses perkembangan. Pada masa inilah untuk melakukan dasar pertama dalam mengembangkan kemampuan fisik, kognitif,

bahasa, sosial, emosional, konsep diri, disiplin, kemandirian dan lain – lain. Diusia ini adalah sosok individu sebagai makhluk sosiokultural yang sedang mengalami proses perkembangan yang sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya dan memiliki sejumlah karakteristik tertentu (2).

Dalam usia tersebut anak memasuki periode yang sangat penting dan perlu mendapatkan penanganan sedini mungkin. Periode itu termasuk periode sensitif atau masa peka pada anak, untuk itu anak perlu pembelajaran dengan konsentrasi yang tinggi, karena akibat dari ketidakkonsentrasian anak, maka hasil belajarpun menjadi tidak optimal (3).

Konsentrasi adalah pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan. Pemusatan pemikiran dalam konteks pembelajaran berarti pemfokusan perhatian terhadap objek yang dipelajari, tanpa terganggu dengan hal lain yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Konsentrasi adalah kemampuan memusatkan pemikiran atau kemampuan mental dalam penyortiran informasi yang tidak diperlukan dan memusatkan perhatian hanya pada informasi yang dibutuhkan. Berdasarkan beberapa pengertian ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa konsentrasi adalah kemampuan memusatkan perhatian pada suatu objek dalam situasi belajar (4).

Berdasarkan data UNICEF (*United Nations Emergency Childrens Fund*) pada tahun 2019 menunjukkan bahwa kejadian gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak masih tinggi, sebanyak 27,5% atau setara dengan tiga juta anak mengalami gangguan. lebih dari 200 juta anak balita mangalami kegagalan dalam mencapai potesi mereka dalam perkembangannya, hal tersebut tersebar lebih banyak dinegara berkembang termasuk di Indonesia. Terdapat 5 – 25 anak prasekolah menderita perkembangan yang diantaranya keterlambatan perkembangan motorik kasar, motorik halus, Bahasa dan personal sosial anak yang semakin meningkat beberapa tahun ini. Sebanyak 50% anak yang berusia 4 -6 tahun di Negara maju menunjukkan beberapa gangguan perilaku anti sosial yang jika terus menerus didiamkan maka akan menjadi gagguan prilaku tetap dimasa yang akan datang (5).

Dampak yang dapat terjadi dari masalah yang dialami anak dalam proses penurunan konsentrasi belajar yakni anak tidak mampu menerima dengan baik apa yang dipelajarinya, sehingga akan membuat prestasi belajar menurun atau hasil tidak optimal. Hal tersebut akan mengakibatkan anak harus berusaha keras dalam belajar sehingga dapat mengakibatkan terjadinya stres di otak. Ketika otak bekerja sangat keras maka akan terjadi ketidakseimbangan antara otak kanan dan otak kiri yang dapat menyebabkan kelelahan pada otak, sehingga konsentrasi belajar anak akan menjadi semakin menurun (6).

*Brain gym* atau senam otak merupakan gerakan sederhana yang menggunakan otak secara keseluruhan. Senam otak dikembangkan berdasarkan *Touch for Health Kinesiology* yang merupakan perpaduan antara ilmu pengetahuan barat yaitu tes otot serta sikap tubuh dengan ilmu pengetahuan dari timur sehingga memunculkan suatu metode pencegahan dan penyembuhan penyakit dengan sangat sederhana, efektif, alami, dan murah. Senam otak merupakan inti dari *Educational Kinesiology* yang memiliki arti *educare* (menarik keluar) dan *kinesis* (ilmu yang mempelajari gerakan tubuh). Sehingga dengan senam otak, kita dapat menarik keluar potensi yang terpendam dalam diri kita melalui gerakan tubuh (7).

Senam otak (*brain gym*) adalah senam yang terdiri dari gerakan – gerakan yang mudah dan menyenangkan untuk meningkatkan pengalaman belajar dengan keseluruhan otak. Aktivitas ini membuat sistem belajar lebih mudah, terutama efektif dalam kemampuan akademik. Senam otak dapat memulihkan sistem di dalam otak dengan stimulasi secara terus – menerus pada otak melalui gerakan – gerakan sederhana yang dapat membuat struktur otak berubah secara signifikan, senam otak banyak efek positif pada fungsi dan struktur otak (8).

Pelaksanaan *brain gym* dapat membantu kesiapan dan konsentrasi untuk menerima sesuatu yang baru dan mengekspresikan apa saja yang sudah diketahui. Gerakan berupa latihan merengangkan otot, menyangkut konsentrasi, pengertian dan pemahaman. Pada dimensi pemusatan, (untuk *system/midbrain*) dan otak besar (*cerebral korteks*) mampu membantu meningkatkan energi yang menyangkut berjalan, mengornisasi, dan tes ujian. Hal ini bermanfaat untuk membantu seluruh potensi dan keterampilan yang dimiliki, serta

mengontrol emosi, seperti menggerakkan kepala ke atas – ke bawah, kemudian digerakkan ke atas – ke bawah (9).

Berdasarkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmalasari & Susilowati (2022) yang berjudul “pengaruh senam otak ( *brain gym*) terhadap konsentrasi pada anak di SD Negeri Karten II Surakarta”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas konsentrasi anak di SD Negeri Karten II Surakarta sebelum diberikan intervensi senam otak (*brain gym*) berada pada tingkat ketegori sangat kurang dan setelah dilakukan intervensi senam otak (*brain gym*) mayoritas anak di SD Negeri Karten II Surakarta berada pada tingkat kategori sedang. Berdasarkan kesimpulan yang ada terdapat pengaruh senam otak (*brain gym*) terhadap konsentrasi pada anak tersebut (10).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang “Penerapan Senam Otak (*Brain Gym*) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Usia Prasekolah 4-6 Tahun Di Kelompok Bermain (KB) Iffat Kota Jambi”

## METODE

Jenis penelitian pada studi kasus keperawatan ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif dalam studi kasus bertujuan untuk melihat bagaimana penerapan senam otak (*brain gym*) dalam meningkatkan konsentrasi pada anak usia prasekolah 4-6 tahun di kelompok bermain (KB) Iffat Kota Jambi. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Mei – 17 Mei 2023. Pelaksanaan *brain gym* dilakukan sehari 2 kali yaitu sebelum pembelajaran dan sesudah pembelajaran berdurasi 15 menit dan dilaksanakan selama 3 hari. Dalam penelitian ini subyek studi kasusnya adalah dua sample anak usia 4 – 6 tahun yang bersekolah di kelompok bermain (KB) Iffat Kota Jambi sebanyak 2 anak dengan kriteria inklusif :

- a. Anak dengan usia 4 – 6 tahun.
- b. Anak yang mengalami konsentrasi sedang, rendah dan sangat rendah.
- c. Anak bersedia untuk menjadi responden.
- d. Anak mampu melakukan senam otak.
- e. Anak dapat diajak bekerja sama.

## HASIL

Berdasarkan hasil pengkajian awal pada tanggal 15 Mei 2023 An. M, klien berusia 5 tahun, bersekolah Di KB Iffat Kota Jambi berjenis kelamin Perempuan, agama islam, BB: 14,5 kg, TB: 100 cm, Anak ke-4 dari 5 bersaudara, Riwayat kesehatan An. M sehat tidak dalam keadaan sakit, riwayat kesehatan dahulu An. M tidak mempunyai riwayat penyakit. Sebelum penerapan senam otak klien sempat mengalami kesulitan berkonsentrasi, penulis melakukan penilaian konsentrasi terhadap subjek yaitu berada diskor 6 klien memiliki konsentrasi rendah.

Berdasarkan hasil pengkajian awal pada tanggal 15 Mei 2023 An. H, klien berusia 6 tahun, bersekolah Di KB Iffat berjenis kelamin laki – laki, agama islam, BB:17 kg, TB: 115 cm, anak ke-4 dari 4 bersaudara Riwayat kesehatan An. H sehat tidak dalam keadaan sakit, riwayat kesehatan dahulu An. H tidak mempunyai riwayat penyakit. Sebelum penerapan senam otak klien sempat mengalami kesulitan berkonsentrasi, penulis melakukan penilaian konsentrasi terhadap subjek yaitu berada diskor 5 klien memiliki konsentrasi rendah.

Hasil dari pemeriksaan yang dilakukan melalui kuisisioner Pra-skrining perkembangan (KPSP) usia 72 bulan hasil yang diperoleh pada subjek An. M dan An. H adalah Subjek mampu menunjukkan warna yang sesuai dan menyebutkan bahan dasar benda kemudian subjek mampu menjawab pertanyaan yang disebutkan oleh guru.

Hasil yang didapatkan oleh kedua subjek An. M dan An. H adalah 9 yang dimana subjek mampu menjawab pertanyaan 9 dari 10 pertanyaan perkembangan. subjek mengalami kesulitan menjawab dari 1 pertanyaan di bagian “sosialisai & kemandirian” yang dimana pertanyaan “jika kuda besar maka tikus kecil” tetapi subjek menjawab “jika kuda besar tikus pendek”. Kesimpulan dari hasil perkembangan An. M dan An. H adalah sesuai.

Diagnosa keperawatan yang peneliti temukan pada An. M dan An. H adalah resiko gangguan perkembangan berhubungan dengan ketidakmampuan belajar. Intervensi atau

rencana Tindakan yang penulis susun untuk membantu mengatasi masalah klien An. M dan An. H dengan diagnosa utama Resiko gangguan perkembangan berhubungan dengan ketidakmampuan belajar dan penurunan berkonsentrasi adalah memberikan penerapan senam otak secara teratur selama 3 hari, dengan tujuan untuk meningkatkan konsentrasi pada anak. Dengan kriteria hasil klien dapat ikut serta dalam latihan dan menerapkan dalam kehiduoan sehari – hari, konsentrasi dapat meningkat, dan klien mampu berkonsentrasi setiap pembelajaran.

a. Hari pertama

Pelaksanaan hari pertama adalah dilakukan pada tanggal, 15 Mei 2023, penulis fokus pada pengkajian terhadap subjek, pada tahap ini penulis menggali informasi data personal subjek dan penulis juga melakukan pengkajian pada keluhan utama subjek seperti adanya sulit berkonsentrasi saat belajar. Setelah malakukan pengkajian penulis melakukan kontrak waktu pada subjek dan menanyakan kebiasaan kepada guru yang dilakukan jika subjek mengalami gangguan konsentrasi. Kemudian penulis mengambil lembar kuisisioner terhadap subjek sebelum Tindakan (pre-test), selanjutnya penulis menjelaskan pada subjek tindakan yang akan dilakukan, kemudian penulis mengajarkan kepada subjek untuk melakukan latihan senam otak dan berkolaborasi dengan guru mengajak subjek untuk masuk kekelas untuk mengetahui hasil konsentrasi dengan metode bercerita yang akan dibacakan oleh gurunya agar mengetahui batas kemampuan konsentrasi yang dimiliki subjek tersebut. setelah itu penulis membuat kontrak waktu pertemuan selanjutnya dihari berikut untuk menerapkan kembali latihan tersebut.

b. Hari kedua

Penatalaksanaan pada hari kedua dilakukan pada tanggal 16 Mei 2023. Fokus penelitian pada hari ini adalah menerapkan senam otak pada subjek. Peneliti mengajarkan kembali gerakan latihan senam inidan diperhatikan dengan serius oleh subjek kemudian di praktekkkan dengan baik oleh responden kemudia peneliti memperhatikan serta memperbaiki gerakan subjek yang kurang tepat. Selama dilakukan Tindakan keperawatan subjek kooperatif serta mendukung setiap tindaaka yang dilakukan, selanjutnya penulis melanjutkan kesesi selanjutnya mengajak subjek masuk kekelas untuk mengetahui konsentrasi yang didapatkan oleh subjek dengan metode bercerita yang dilakukan oleh guru dan memberikan pertanyaan seperti, “siapa nama tokonya”, “dimana tempatnya”, “siapa temannya” serta mengulang kembali cerita dengan bahasa sendiri.selanjtnya penulis membuat kontrak waktu pertemuan selanjutnya dihari berikutnya untuk menerapkan kembali latihan senam tersebut.

c. Hari ketiga

Penatalaksanaan pada hari ketiga dilakukan pada tanggal 17 Mei 2023. Penelitian pada hari ini adalah menerapkan senam pada subjek. Subjek sudah dapat melakukan gerakan secara mandiri dan peneliti memperhatikan gerakan yang dipraktikkan oleh subjek, selain itu juga peneliti melakukan pengisian kuisisioner pada subjek dengan melihat guru memberikan pertanyaan kepada subjek dari metode bercerita subjek mampu menjawab dari pertanyaan yang disampaikan oleh guru, dan peneliti melihat kepada subjek selama Melakukan senam otak ini subjek merasakan perubahan pada peningkatan konsentrasi anak tersebut selama 3 hari.

Tabel 1 Hasil Konsentrasi Metode Bercerita Sebelum Dan Sesudah Penerapan Senam Otak (*Brain Gym*) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Usia Prasekolah

No	Tanggal Pemberian Senam Otak	Nama Anak	Sebelum	Sesudah
1	15 Mei 2023	An. M	6 (Rendah)	7 (Rendah)
		An. H	5 (Rendah)	6 (Rendah)
2	16 Mei 2023	An. M	7 (Rendah)	10 (Sedang)
		An. H	5 (Rendah)	6 (Rendah)

3	17 Mei 2023	An. M	8 (Rendah)	15 (Sedang)
		An. H	7 (Rendah)	10 (Sedang)

Evaluasi keperawatan yang penulis lakukan berdasarkan tabel diatas peneliti mendapatkan An. M dan An. H mampu melakukan senam otak (*brain gym*) dalam meningkatkan konsentrasi dikarenakan anak tersebut bisa berkonsentrasi disaat ibu guru bercerita kemudian responden mampu menjawab setiap pertanyaan yang diberikan. Setelah melakukan senam otak oleh responden tersebut didapatkan hasil untuk memberikan penerapan senam otak (*brain gym*) dalam meningkatkan konsentrasi pada anak usia prasekolah 4 – 6 tahun.

## PEMBAHASAN

Usia pra sekolah merupakan periode emas dalam proses perkembangan. Pada masa inilah untuk melakukan dasar pertama dalam mengembangkan kemampuan fisik, kognitif, bahasa, sosial, emosional, konsep diri, disiplin, kemandirian dan lain – lain. Diusia ini adalah sosok individu sebagai makhluk sosiokultural yang sedang mengalami proses perkembangan yang sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya dan memiliki sejumlah karakteristik tertentu (2).

Dalam usia tersebut anak memasuki periode yang sangat penting dan perlu mendapatkan penanganan sedini mungkin. Periode itu termasuk periode sensitif atau masa peka pada anak, untuk itu anak perlu pembelajaran dengan konsentrasi yang tinggi, karena akibat dari ketidakkonsentrasian anak, maka hasil belajarpun menjadi tidak optimal (3).

Konsentrasi adalah pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan. Pemusatan pemikiran dalam konteks pembelajaran berarti pemfokusan perhatian terhadap objek yang dipelajari, tanpa terganggu dengan hal lain yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Konsentrasi adalah kemampuan memusatkan pemikiran atau kemampuan mental dalam penyortiran informasi yang tidak diperlukan dan memusatkan perhatian hanya pada informasi yang dibutuhkan. Berdasarkan beberapa pengertian ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa konsentrasi adalah kemampuan memusatkan perhatian pada suatu objek dalam situasi belajar (4).

Penelitian ini telah dilakukan kepada 2 orang subjek yang mengalami konsentrasi rendah di KB iffat jambi. Penerapan senam otak ini dilakukan pada 2 orang subjek, setelah tiga hari dilakukan penelitian ini didapatkan hasil perbedaan yang bermakna, tingkat konsentrasi yang dialami oleh An. M bertingkat dengan skor 6 menjadi skor 15 dan An. H bertingkat dengan skor 5 menjadi skor 10.

Hasil pengkajian yang penulis temukan dari kedua orang subjek yang mengalami konsentrasi rendah pada An. M diskor 6 dan An. H di skor 5 yaitu klien mengalami kesulitan berkonsentrasi saat belajar. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini didapatkan hasil peningkatan nilai konsentrasi setelah dilakukan senam otak selama 3 kali pelaksanaan senam otak. Sebelum dilaksanakan senam otak nilai konsentrasi An. M adalah 6 dan setelah dilaksanakan senam otak selama 3 kali nilai konsentrasi An. M meningkat menjadi 15. Sementara pada An. H sebelum dilaksanakan senam otak nilai konsentrasi An. H adalah 5 dan setelah dilaksanakan senam otak selama 3 kali nilai konsentrasi An. H meningkat menjadi 10.

Berdasarkan pengkajian dan penulis mengevaluasi yang telah dilakukan oleh subjek dengan konsentrasi rendah hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan penerapan senam otak pada anak usia prasekolah di KB iffat. Klien mengalami perubahan yang cukup signifikan yang dimana An. M berada diskor 15 (sedang) dan An. H diskor 10 (sedang).

*Brain gym* atau senam otak merupakan gerakan sederhana yang menggunakan otak secara keseluruhan. Senam otak dikembangkan berdasarkan *Touch for Health Kinesiology* yang merupakan perpaduan antara ilmu pengetahuan barat yaitu tes otot serta sikap tubuh dengan ilmu pengetahuan dari timur sehingga memunculkan suatu metode pencegahan dan

penyembuhan penyakit dengan sangat sederhana, efektif, alami, dan murah. Senam otak merupakan inti dari *Educational Kinesiology* yang memiliki arti *educare* (menarik keluar) dan *kinesis* (ilmu yang mempelajari gerakan tubuh). Sehingga dengan senam otak, kita dapat menarik keluar potensi yang terpendam dalam diri kita melalui gerakan tubuh (7).

Penelitian ini sejalan dengan Nurmalasari & Susilowati (2022) yang berjudul “pengaruh senam otak ( *brain gym*) terhadap konsentrasi pada anak di SD Negeri Karten II Surakarta”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas konsentrasi anak di SD Negeri Karten II Surakarta sebelum diberikan intervensi senam otak (*brain gym*) berada pada tingkat kategori sangat kurang dan setelah dilakukan intervensi senam otak (*brain gym*) mayoritas anak di SD Negeri Karten II Surakarta berada pada tingkat kategori sedang. Berdasarkan kesimpulan yang ada terdapat pengaruh senam otak (*brain gym*) terhadap konsentrasi pada anak tersebut (10).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang penerapan senam otak (*brain gym*) dalam meningkatkan konsentrasi pada anak prasekolah, sebelum pemberian penerapan di hari pertama tingkat konsentrasi An. M berada di skor 6 dan An. H di skor 5. setelah pemberian penerapan di hari terakhir kepada subjek yang memiliki konsentrasi rendah mendapatkan hasil An. M berada di skor 15 dan An. H berada di Skor 10. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan senam otak (*brain gym*) yang penulis lakukan mampu meningkatkan konsentrasi pada anak.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Khairunisa K, Fauzi T, Andriani D. Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Motorik Kasar Melalui Brain Gym Pada Anak Usia Dini Kelompok B Di Paud Al Muqoddim. *J Lentera Pedagog* [Internet]. 2022;6(1):18–25. Available from: <http://journal.unbara.ac.id/index.php/lentera/article/view/1363%0Ahttp://journal.unbara.ac.id/index.php/lentera/article/download/1363/959>
2. Fuadia N. Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak Usia Dini. *Wawasan J Kediklatan Balai Diklat Keagamaan Jakarta*. 2022;3(1):31–47.
3. Zaleha Z. Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Kelompok B Usia 5-6 dengan Metode Kolase melalui Media Bahan Alam TK Pertiwi Pangkalpinang. *Refleksi J Penelit Tindakan*. 2024;2(1):19–24.
4. Riinawati R. Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar. *Edukatif J Ilmu Pendidik*. 2021;3(4):2305–12.
5. Sari DK, Arif FN, Wardani LK, Saefullah D. Therapeutic Group Therapy on the Ability of Parents to Stimulate Social and Emotional Development in Preschool Age Children at Dharma Wanita Kindergarten Tosaren II Kediri City. 2023;9:356–63.
6. Hayati N, Fithriani. Efektivitas Senam Otak Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa Kelas V SD Di Yayasan Pendidikan Islam Istiqomah Medan Tahun 2020. 2021;16(1):36–43.
7. Eliasa EI. *Brain Gym, Brain Games*. 2007;26–7.
8. Akbarjono A, Willyandari I, Saputra A. Senam Otak (Brain Gym) Meningkatkan Memori Jangka Pendek (Short Memory) Pada Anak Tuna Grahita Ringan Usia 8-9 Tahun. 2019;94–108.
9. Pramita I, Diaris NM. *Pelatihan Senam Otak Guru PAUD Di Sang Tunas School*. 2018;
10. Nurmalasari N, Susilowati T. *Pengaruh Senam Otak ( Brain Gym ) Terhadap*

Konsentrasi pada Anak di SD Negeri Kerten II Surakarta. 2022;1(4):341–7.