

Pengembangan Senam *Brain Gym* Untuk Anak Usia Dini di TK Tunas Muda Kota Jambi

SKRIPSI

OLEH :

**SELLA SUNDARI PUTRI
A1D413090**

ABSTRAK

SELLA SUNDARI PUTRI. 2017 Pengembangan Senam *Brain Gym* Untuk Anak Usia Dini di TK Tunas Muda Kota Jambi. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FIK Universitas Jambi.
Pembimbing I Dr. Drs. H. Sukendro, M.Kes, AIFO (II) Ugi Nugraha, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : Pengembangan senam, *Brain Gym*.

Penelitian ini berawal dari kesukaan penulis dalam melakukan gerakan *brain gym*, penulis merupakan instruktur senam aerobik dan tak pernah lupa penulis selalu memberikan gerakan *brain gym* kepada ibu-ibu dan ternyata mengasyikan serta menambah tingkat konsentrasi ketika melakukan gerakan tersebut. Disisi lain penulis sangat gemar sekali dengan anak-anak terutama anak usia dini, setelah penulis melakukan observasi awal atau dalam penelitian RnD dinamakan dengan potensi masalah dan mengumpulkan informasi, peneliti menemukan suatu masalah dalam kunjungannya ke TK Tunas Muda Kota Jambi. Dimana anak diajarkan senam hanya 1 jenis senam saja, penulis menilai ekspresi anak yang merasa bosan dan jenuh. Hal ini yang membuat penulis untuk mengangkat judul pengembangan Senam *Brain Gym* Untuk anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi sebagai judul skripsi.

Penelitian ini bertujuan untuk menyelesaikan studi, S-1 Penulis di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi dan berharap produk penulis dapat diterima serta dipakai Oleh TK Tunas Muda Kota Jambi. Jenis Penelitian ini adalah penelitian *Research and Development (RnD)* Yang Memiliki 11 Tahapan hingga akhirnya menjadi sebuah produk akhir tentunya masih butuh revisi lanjutan. Uji Skala kecil dan besar dalam penelitian ini merupakan anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi i yang berjumlah 24 Anak.

Didalam penelitian ini terdapat 3 Ahli yang memvalidasi serta merevisi produk yang di buat oleh penulis, adapun 3 ahli tersebut adalah : 1. Gustina Seprita, S.Pd. AUD Selaku kepala sekolah TK Tunas Muda Kota Jambi 2. Windra Lesmana, S.Pd., M.Pd., Selaku Pelatih persani jambi 3. Fortuna Mazka, S.Pd., M.Pd. Selaku dosen PAUD Universitas Jambi.

Dengan demikian maka kesimpulan dari penelitian ini adalah produk pengembangan senam *brain Gym* untk anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi Valid.

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani

tetapi juga secara rohani. Olahraga merupakan kebutuhan dan merupakan bagian dari aktivitas hidup manusia. Dengan berolahraga manusia dapat mendorong, mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau

anggota masyarakat. Manfaat olahraga bagi tubuh manusia dapat membantu melindungi dari penyakit, dapat meningkatkan suasana hati dan mengurangi stres selain dari manfaat yang telah disebutkan di atas, olahraga juga bisa membentuk otot-otot yang ada di dalam tubuh manusia baik yang menginginkan bentuk tubuh yang berotot juga bisa menjaga stamina tubuh agar selalu fit. Olahraga juga merupakan barometer bagi kemajuan suatu bangsa, dengan prestasi olahraga yang baik tentunya akan menjadi kebanggaan bagi suatu bangsa. Begitu pentingnya nilai-nilai olahraga maka banyak pihak menaruh harapan kepada pendidikan jasmani yang dapat menumbuhkan rasa sportivitas, fair play, disiplin, kerjasama, dan jujur. Melalui pendidikan jasmani nilai-nilai olahraga tersebut dapat diinternalisasikan secara nyata dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Wuest & Bucher dalam (Prof. Dr. Sukintaka, 2004 : 34) menyebutkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk memperbaiki kerja, dan peningkatan pengembangan manusia melalui media aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik mampu mengembangkan keterampilan, mengembangkan hidup sehat dan menyumbangkan pada kesehatan fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang sudah direncanakan, yang mempunyai kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan aktifitas olahraga yang sistematis. Didalam pendidikan jasmani terdapat pembelajaran yang mampu mengembangkan kemampuan dasar.

Senam adalah aktivitas jasmani yang bersifat rekreasi, relaksasi, atau menenangkan pikiran. Yang melibatkan seluruh aktifitas tubuh dan pelaksanaannya ada yang melakukannya di rumah, di tempat fitness, di gymnasium maupun di sekolah. Senam ada berbagai macam, diantaranya senam lantai, senam hamil, senam aerobic, senam pramuka, senam kesegaran jasmani (SKJ), Senam Jambi, Senam Jambi Emas (SJE), dll. Biasanya di sekolah dasar, guru-guru mengajarkan senam-senam yang mudah dicerna oleh murid, seperti SKJ, pramuka, dan SJE.

Brain gym (senam otak) merupakan serangkaian latihan gerak sederhana untuk memudahkan kegiatan belajar dan penyesuaian dengan tuntutan sehari-hari yang bertujuan

untuk menyatukan pikiran dan tubuh (Sularyo dan Handryastuti, 2002). *Brain Gym* memiliki 26 gerakan yang mencakup tiga dimensi otak yaitu lateralis, pemfokusan, dan pemusatan. Dimensi lateralis untuk belahan otak kiri dan kanan yang bertujuan untuk melatih koordinasi tubuh kiri-kanan, dimensi pemfokusan untuk bagian belakang otak, batang otak dengan bagian depan otak. Sedangkan dimensi pemusatan untuk menyeimbangkan posisi depan dan belakang (sistem limbik) serta otak besar untuk koordinasi tubuh atas dan bawah (Dennison, *Brain Gym* dan Aku, 2008).

Gerakan tersebut menggerakkan ekstremitas pada satu sisi tubuh menyilang garis tengah dan berkoordinasi dengan ekstremitas pada sisi tubuh yang lain sehingga kedua belahan otak kiri dan kanan dipergunakan pada saat yang bersamaan. Gerakan-gerakan fisik tersebut bisa berupa senam otak, thai chi yoga, gymnastik, aerobic, berenang, ski, menyanyi, menari, musik dan lain-lain. Ketika kita berada dalam keadaan stress, otak bereaksi dengan menghambat transmisi informasi yang bersifat simultan. Salah satu belahan otak akan terhambat, dari sinilah berbagai problem akan timbul. Akan terjadi masalah dalam koordinasi dan gangguan terhadap kemampuan untuk berfikir jernih, memecahkan masalah, kemampuan kompherensi, organisasi dan komunikasi secara efektif (Titi S. Sularyo, 2002).

Selain dapat meningkatkan kemampuan belajar, *Brain Gym* dapat memberikan manfaat yaitu berupa : (a) Hubungan antar manusia dan suasana belajar/kerja lebih relax dan menyenangkan, (b) stress emosional berkurang pikiran menjadi lebih jernih, (c) kemampuan berbahasa dan daya ingat meningkat, (d) Lebih bersemangat, lebih kreatif dan efisien, (e) Merasa lebih sehat karena stress berkurang, (f) Prestasi belajar dan bekerja meningkat (Ayyinosa, 2009).

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh penulis, bahwa di setiap sekolah terutama di jenjang TK dan SD selalu melakukan kegiatan senam rutin. Baik seminggu sekali maupun setiap hari. Yang bertujuan untuk merelaksasikan otak sebelum siswa melaksanakan proses Belajar Mengajar secara materi, dan memaksa. Terutama di TK Tunas Muda Kota Jambi, belum terdapat senam *brain gym*. Anak-anak hanya melakukan kegiatan senam setiap seminggu sekali yang dipimpin oleh salah seorang guru yang cukup cakap dalam mengajak dan membawa anak dalam suasana yang gembira dari gerak dan musik yang ada. Melalui *brain gym*, anak dapat

lebih siap untuk menerima materi pelajaran baru, memperbaiki memori jangka pendek, konsentrasi, meningkatkan kemampuan komunikasi serta mengendalikan emosi, Oriza dalam (kiki,2006)

Adanya permasalahan dalam latar belakang diatas, penulis mengambil kesimpulan bahwa diperlukan pengembangan Brain Gym yang dapat memberikan motivasi dan kreasi baru yang dapat bermanfaat pada pengembangan pembelajaran serta dapat diterapkan setiap pagi sebelum melaksanakan proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) serta dijadikan salah satu program di TK Tunas Muda Kota Jambi.

Penelitian ini di khususkan kepada pengembangan Brain Gym, dimana sebelumnya banyak peneliti yang membuat rangkaian gerak brain gym dan belum baku, guna kepentingan khusus lainnya. Penulis menambahkan warming up dan coolingdown sebagai syarat dari kegiatan senam yakni adanya kegiatan warming up yang berguna untuk melenturkan otot-otot tubuh dan cooling down yang berguna untuk merelaksasikan kembali otot-otot yang telah dilatih. Sehingga pengembangan Brain Gym ini dapat dimanfaatkan serta menjadi program yang dapat meningkatkan prestasi dan kreasi dalam proses belajar mengajar.

1.2. Identifikasi Masalah

Berangkat dari latar belakang dan alasan yang telah diuraikan diatas, maka masalah dalam penelitian ini adalah pengembangan Brain gym untuk anak usia dini.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1. Penelitian

2.1.1. Hakekat Penelitian

Penelitian adalah upaya sistematis untuk mencari jawaban suatu masalah. Jawaban yang dicari tersebut dapat berupa jawaban abstrak dan umum atau yang kongkret dan spesifik. Apapun jawaban yang hendak diungkap (abstrak atau kongkret), suatu penelitian harus memenuhi beberapa karakteristik untuk dapat dikatakan sebagai penelitian ilmiah. Umumnya ada empat karakteristik penelitian ilmiah yakni : sistematis, logis, empirik dan reflektif.

Sistematis yang berarti suatu penelitian harus disusun dan dilaksanakan secara berurutan sesuai dengan pola dan kaidah yang benar. Pelaksanaan penelitian harus mengikuti langkah-langkah tertentu dimulai dari yang mudah dan sederhana sampai pada

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah mengembangkan Brain Gym untuk anak usia dini mampu membuat daya tarik anak sehingga menyenangkan?
2. Bagaimana tanggapan para ahli materi dan anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi mengenai produk yang disajikan?

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui pengembangan Brain Gym untuk anak usia dini mampu membuat daya tarik anak sehingga menyenangkan.
2. Untuk mengetahui tanggapan para ahli materi dan anak usia dini TK Tunas Muda Kota Jambi mengenai produk yang disajikan

1.5. Manfaat Penelitian

1. Bagi Guru, Memberikan masukan dan kemudahan dalam menciptakan suasana yang menyenangkan melalui kegiatan Brain Gym
2. Bagi siswa, dapat memberikan suatu kegiatan yang menyenangkan dan memiliki tujuan serta fungsi penting dalam menstimulus kerja otak sehingga tercapai tujuan dari Brain Gym.
3. Bagi sekolah, sebagai bahan masukan dalam memprogram kegiatan positif yang dapat menunjang kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan dengan Brain Gym setiap paginya.

yang kompleks. Pelaksanaanya dimulai dengan menemukan masalah penelitian, merumuskannya, dilanjutkan dengan langkah-langkah lain yang lebih kompleks dan diakhiri dengan penyusunan laporan penelitian. Masing-masing langkah tersebut harus pula dilaksanakan menurut pola tertentu agar diperoleh hasil penelitian yang dapat dipertanggungjawabkan.

Suatu penelitian harus dikatakan logis. Sesuatu dapat dikatakan benar bilamana dapat diterima akal berdasarkan fakta empirik. Oleh karenanya, pencairan kebenaran harus berlangsung menurut prosedur atau hukum yang menjadi kaidah bekerjanya akal yaitu logika. Prosedur penalaran yang dipakai adalah prosedur induktif (cara berfikir untuk menarik kesimpulan secara umum dari berbagai kasus individual) dan deduktif (cara berfikir untuk menarik kesimpulan yang bersifat khusus dari pernyataan yang umum).

Emperisme merupakan faham yang mendasari sekaligus menjadi karakteristik suatu penelitian ilmiah. Faham ini menekankan pada unsur yang berasal dari kesan indrawi. Oleh karena itu, suatu penelitian biasanya didasarkan pada pengalaman sehari-hari yang ditemukan atau melalui hasil coba-coba yang kemudian diangkat sebagai bahan penelitian.

Reflikatif adalah suatu penelitian yang pernah dilaksanakan harus dapat diuji kembali oleh peneliti lain dan harus memberikan hasil yang sama bilamana dilakukan dengan metode, kriteria dan kondisi yang sama. Sifat reflikatif ini merupakan ciri khas suatu penelitian ilmiah. Oleh karena itu, penyusunan definisi operasional variabel penelitian merupakan langkah yang penting agar peneliti lain yang ingin meneliti penelitian tersebut dapat mengetahui dengan pasti metode, kriteria, maupun kondisi yang dimaksud peneliti pertama. (Panduan Penelitian 2006 :49).

Beberapa pakar lain memberikan devinisi penelitian sebagai berikut :

1. Davit H Penny. Penelitian adalah pemikiran yang sisitematis mengenai berbagai jenis masalah yang pemecahannya memerlukan pengumpulan dan penafsiran fakta-fakta.
2. Sutrisni Hadi. Sesuai dengan tujuannya, penelitian dapat diartikan sebagai usaha untuk menemukan, mengembangkan, dan menguji kebenaran suatu pengetahuan.
3. Moh.Ali. Penelitian adalah suatu cara untuk memahami sesuatu melalui penyelidikan atau usaha mencari bukti-bukti yang muncul sehubungan dengan masalah itu, yang dilakukan secara hati-hati sekali sehingga diperoleh pemecahannya.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penelitian adalah usaha seseorang yang dilakukan secara sistematis mengikuti aturan-aturan metodologi misalnya observasi secara sistematis, dikontrol, dan berdasarkan pada teori yang ada dan diperkuat dengan gejala yang ada.

2.1.2. Jenis Penelitian

Penelitian dibedakan menjadi 2 yakni penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif

A. Penelitian Kuantitatif

Penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel-variabel ini diukur (biasanya dengan instrumen penelitian) sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur statistik. Laporan akhir untuk penelitian umumnya memiliki struktur yang

ketat dan konsisten mulai dari pendahuluan, tinjauan pustaka, metode penelitian, hasil penelitian dan pembahasan, kesimpulan serta saran-saran.

B. Penelitian Kualitatif

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang tidak menggunakan disiplin, fokus pada multimethod, natstatistik tetapi melalui pengumpulan data, analisis, kemudian diinterpretasikan. Biasanya berhubungan dengan masalah sosial dan manusia yang bersifat interdisipliner, fokus pada multimethod, naturalistik dan interpretatif (dalam pengumpulan data, paradigma, dan interpretasi). Penelitian kualitatif ini merupakan penelitian yang menekankan pada pemahaman mengenai masalah. (Panduan Penulisan Skripsi 2015: 20)

C. Tujuan Penelitian

Penelitian kuantitatif pada dasarnya bertujuan untuk menguji hubungan antar variabel penelitian. Suatu masalah yang hendak diteliti dengan metodologi penelitian kuantitatif harus memiliki data dasar yang kemudian dijadikan suatu model statistik. Oleh karena itu, penelitian kuantitatif biasanya sarat dengan perhitungan statistik. Sedangkan penelitian kualitatif memiliki tujuan utama mengumpulkan data deskriptif yang mendeskripsikan obyek penelitian secara rinci dan mendalam dengan maksud mengembangkan konsep atau pemahaman dari suatu gejala. Hal ini dilaksanakan karena disadari bahwa aa banyak hal yang tidak mungkin diungkap hanya melalui obsevasi dan pengukuran-pengukuran saja. . (Panduan Penelitian 2006 :49)

D. Fungsi Penelitian

Fungsi dari suatu penelitian adalah:

Sebagai cara untuk mengembangkan ilmu pengetahuan baik berupa temuan baru, pengembangan ilmu atau teori yang ada maupun koreksi terhadap ilmu atau teori yang telah usang.

Sebagai cara untuk pengembangan teknologi

Sebagai penyumbang informasi bagi pengambilan kebijakan dan perencanaan program pembangunan

Sebagai alat pemecahan masalah praktis dilapangan

Menemukan sesuatu yang baru

walaupun banyak cara untuk menemukan informasi atau karya baru dalam dunia pengetahuan penemuan yang dilakukan melalui sesuatu kegiatan penelitian adalah hasil yang andal dan mendapat pengakuan dari kalangan ilmun

6. Menemukan permasalahan penelitian.

2.2. Pengembangan

2.2.1 Hakekat Pengembangan

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2002 Pengembangan adalah kegiatan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bertujuan memanfaatkan kaidah dan teori ilmu pengetahuan yang telah terbukti kebenarannya untuk meningkatkan fungsi, manfaat, dan aplikasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah ada, atau menghasilkan teknologi baru. Pengembangan secara umum berarti pola pertumbuhan, perubahan secara perlahan (evolution) dan perubahan secara bertahap.

Menurut Seels & Richey (Alim Sumarno, 2012) pengembangan berarti proses menterjemahkan atau menjabarkan spesifikasi rancangan kedalam bentuk fitur fisik. Pengembangan secara khusus berarti proses menghasilkan bahan-bahan pembelajaran. Sedangkan menurut Tessmer dan Richey (Alim Sumarno, 2012) pengembangan memusatkan perhatiannya tidak hanya pada analisis kebutuhan, tetapi juga isu-isu luas tentang analisis awal-akhir, seperti analisis kontekstual. Pengembangan bertujuan untuk menghasilkan produk berdasarkan temuan-temuan uji lapangan.

Pada hakikatnya pengembangan adalah upaya pendidikan baik formal maupun non formal yang dilaksanakan secara sadar, berencana, terarah, teratur dan bertanggung jawab dalam rangka memperkenalkan, menumbuhkan, membimbing, mengembangkan suatu dasar kepribadian yang seimbang, utuh, selaras, pengetahuan, keterampilan sesuai dengan bakat, keinginan serta kemampuan-kemampuan sebagai bekal atas prakarsa sendiri untuk menambah, meningkatkan, mengembangkannya ke arah tercapainya martabat, mutu dan kemampuan manusiawi yang optimal serta pribadi mandiri (Wiryoko Kusumo, 2011).

Dari pendapat para ahli diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa pengembangan merupakan suatu usaha yang disadari, terencana, dan terarah dengan tujuan memperbaiki, menambah atau membuat sehingga menjadi produk yang semakin bermanfaat dan lebih baik lagi.

2.3. Research And Development (RnD)

2.3.1. Pengertian RnD

Research and development, terdiri atas dua kata yaitu Research (penelitian) dan Development (pengembangan). Kegiatan utama adalah: pertama melakukan penelitian

dan studi literatur untuk menghasilkan rancangan produk tertentu, dan kegiatan kedua adalah pengembangan yaitu menguji efektivitas, validitas, rancangan yang telah dibuat, sehingga menjadi produk yang teruji dan dapat dimanfaatkan masyarakat luas.

Metode penelitian dan pengembangan telah banyak digunakan pada bidang-bidang Ilmu Alam dan Teknik serta merupakan ujung tombak dari suatu industri dalam menghasilkan produk-produk baru yang dibutuhkan oleh pasar.

2.3.2. Kegunaan RnD

Metode penelitian dan pengembangan (research and development/RnD) termasuk dalam kategori penelitian yang hasilnya digunakan untuk membantu pelaksanaan pekerjaan, sehingga kalau pekerjaan tersebut dibantu dengan produk yang dihasilkan dari RnD maka akan semakin produktif, efektif dan efisien. Oleh karena itu metode RnD ini digunakan untuk penelitian penyusunan STD (Skripsi, Tesis dan Disertasi) apabila peneliti atau mahasiswa bermaksud untuk menguji produk tertentu yang sudah ada, mengembangkan produk tertentu dan menemukan produk tertentu yang lebih efektif, baru dan original. Menguji produk untuk penelitian skripsi, mengembangkan untuk penelitian tesis, dan menemukan produk yang baru dan original untuk penelitian disertasi. Metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian kombinasi model berurutan.

2.3.3. Langkah-langkah Penelitian dan Pengembangan

Dalam buku Sugiyono (2010), langkah-langkah penelitian RnD adalah sebagai berikut :

Potensi dan Masalah

Penelitian dapat berangkat dari adanya potensi atau masalah. Potensi adalah segala sesuatu yang apabila di dayagunakan akan memiliki nilai tambah.

Mengumpulkan Informasi

Setelah potensi dan masalah dapat ditunjukkan secara faktual dan update, maka selanjutnya perlu dikumpulkan berbagai informasi dari lapangan dan studi literatur yang dapat digunakan sebagai bahan untuk perencanaan produk tertentu yang diharapkan dapat mengatasi masalah tersebut.

Desain Produk

Produk yang dihasilkan dalam penelitian Research and Development bermacam-macam. Dalam bidang teknologi, orientasi produk teknologi yang dapat dimanfaatkan untuk kehidupan produk yang berkualitas, hemat energi, menarik, harga

murah, bobot ringan, ergonomis, dan bermanfaat ganda. Dalam bidang pendidikan RnD diharapkan produk yang dihasilkan dapat meningkatkan produktivitas pendidikan, yaitu lulusan yang jumlahnya banyak, berkualitas, dan relevan dengan kebutuhan.

4. Validasi Desain
Validasi desain merupakan proses kegiatan untuk menilai apakah rancangan produk, dalam hal ini metode mengajar baru secara rasional akan lebih efektif dari yang lama atau tidak.
5. Perbaikan Desain
Setelah desain produk, divalidasi melalui diskusi dengan pakar dan para ahli lainnya, maka akan dapat diketahui kelemahannya. Kelemahan tersebut selanjutnya dicoba untuk dikurangi dengan cara memperbaiki desain. Yang bertugas memperbaiki desain adalah peneliti yang mau menghasilkan produk tersebut.
6. Pembuatan Produk
Setelah desain produk dipandang valid, maka selanjutnya dibuat menjadi produk. Produk yang dibuat bisa berupa barang, atau metode metode mengajar dan lain-lain.
7. Uji Coba Produk
Dalam bidang pendidikan, desain produk seperti metode mengajar baru dapat diuji coba, setelah divalidasi dan revisi. Uji coba tahap awal dilakukan dengan simulasi penggunaan metode mengajar tersebut
8. Revisi Produk
Pengujian efektivitas metode mengajar baru pada sampel yang terbatas tersebut menunjukkan bahwa metode mengajar baru ternyata yang lebih efektif dari metode lama. Perbedaan sangat signifikan, sehingga metode mengajar baru tersebut dapat diberlakukan pada kelas yang lebih luas dimana sampel tersebut diambil.
9. Uji Coba Pemakaian
Setelah produk di desain, validasi, dan revisi produk 1 oleh para ahli validator, diberikan saran dan masukan serta kritik yang membangun maka selanjutnya diuji cobakan kepada sampel.
10. Revisi Produk 2
Tahap ini merupakan tahap terakhir dalam pembuatan produk yang dihasilkan, yang nantinya akan di lanjutkan dengan produk massal.
11. Produk Massal
Pada tahap ini produk yang dihasilkan telah selesai dan akan di lanjutkan kepada tahap pemasaran namun sesuai dengan prosedur yang ditentukan.

2.4. Senam

2.4.1. Hakekat Senam

Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi program pendidikan jasmani. Gerakannya merangsang perkembangan komponen, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu, senam juga berpotensi mengembangkan teknik suatu cabang olahraga.

Senam yang dikenal dalam bahas aindonesia sebagai salah satu cabang olahraga, merupakan terjemahan langsung dari bahasa inggris Gymnastics, atau belanda Gymnastiek. Gymnastic sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan kata dari bahasa yunani, gymnos, yang berarti telanjang. Menurut (Mahendra 2001:3), kata gymnastiek tersebut dipakai untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keleluasaan gerak sehingga perlu sehingga dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal ini bisa terjadi kara teknologi pembuatan bahan pakaian sebelum semaju sekarang, sehingga belum memungkinkan membuat pakaian yang bersifat lentur mengikuti gerak pemakainya.

Dalam bahasa yunani sendiri, gymnastics diturunkan dari kata kerja gymnazein, yang artinya berlatih atau melatih diri. Latihan-latihan ini diperlukan bagi para pemuda yunani kuno (sekitar tahun 1000SM hingga kira-kira tahun 476) untuk menjadi warga negara yang baik sesuai cita-cita Negara serta untuk menjadikan penduduknya sebagai manusia harmonis. Para filosof seperti Plato dan Aristoteles telah mendukung program-program latihan fisik, yang dimaksudkan untuk meningkatkan keindahan dan kecantikan, kekuatan serta efisiensi gerak. Dari jaman itu lah mulai muncul tanda-tanda senam medis, massage dan kebugaran jasmani. Dengan pendekatan sejarah perkembangannya dapat ditelusuri kembali.

Pada zaman kekaisaran romawi kegiatan-kegiatan sejenis dapat pula ditentukan pada pada waktu itu masyarakat amat mendukung kegiatan-kegiatan fisik untuk memudahkan latihan-latihan militer untuk kaum prianya. Sebagai hasilnya, para pemuda romawi telah dikenal sebagai pemuda yang kuat, berani serta pejuang yang tangguh. Pada saat itu kata gymnos atau gymnastics mengandung arti yang demikian luas, tidak terbatas pada pengertian seperti yang dikenal dewasa ini. Pata tersebut menunjuk pada kegiatan-kegiatan olahraga seperti gulat, atletik serta bertinju. Sejalan dengan berkembangnya

jaman, kemudian arti yang dikandung kata gymnastics semakin menyempit dan disesuaikan dengan kebutuhannya. (Mahendra 2001:11) mencoba mendefinisikan senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan segerakan jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual.

Sedangkan Lynne Brick (2001:147) senam dapat diartikan sebagai “bentuk latihan tubuh pada lantai atau pada alat yang diranubuh”cang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelincahan, koordinasi serta kontrol tubuh’. Jadi fokus dari penjelasan diatas adalah tubuh bukan alatnya, bukan pula pola-pola gerakannya, karena gerak apapun yang digunakan, tujuan utamanya adalah peningkatan kualitas fisik serta penguasaan pengontrolnya.

Mengingat begitu luasnya cakupan arti senam serta berbagai karakteristik geraknya, Lynne Brick (2002:33) memberikan pedoman untuk memperjelas pengertian senam:

Maksudnya, jika suatu kegiatan fisik mengandung salah satu atau gabungan dari ketiga unsur diatas, kegiatan itu bisa dikelompokkan sebagai senam.

Dari seluruh penjelasan tentang senam menurut para ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa senam merupakan cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, dan keserasian serta merupakan gerakan fisik yang teratur aktivitas jasmani yang efektif untuk dirancang meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol tubuh.

Untuk lebih memudahkan penjenisan senam, alangkah baiknya kita ikuti pengelompokan senam menurut Mahendra, (2001:16) yang dikutip dari FIG (Federation Internationale de Gymnastique:1999) yang diindonesia menjadi Federasi Senam Internasional. Menurut FIG. Senam dibagi menjadi 6 kelompok, yaitu: senam artistic, senam ritmik, senam akrobatik, senam trampoline, dan senam general.

2.5. Brain Gym

2.5.1. Hakekat Brain Gym

Senam otak (brain gym) ditemukan oleh Paul E. Dennison, Ph.D dan istrinya Gai E. Sebagai bagian dari Educational Kinesiology. Senam otak dengan latihan Edu-K atau pelatihan dan kinesi

(gerakan) akan menggunakan seluruh otak melalui pembaruan pola gerakan tertentu untuk membuka bagian-bagian otak yang sebelumnya tertutup atau terhambat (Gunaldi, 24 Gerakan meningkat Kecerdasan Anak, 2009, hal. 20). Dalam bukunya sendiri Dannison (2005: 1) menjelaskan bahwa *Brain Gym* merupakan serangkaian gerak sederhana yang menyenangkan dan digunakan oleh para murid di Educational Kinesiology (Edu-K) untuk meningkatkan kemampuan belajar mereka dengan menggunakan keseluruhan otak. Edu-Kinestik adalah nama penerapan Kinestik (gerakan) terhadap studi mengenai otak, badan kiri-kanan, dan integrasi antara keduanya dalam rangka mengurangi stres dan memaksimalkan potensi belajar (Dennison, 2005:74). *Brain Gym* adalah serangkaian latihan gerak yang sederhana untuk memudahkan kegiatan belajar dan penyesuaian dengan tuntutan sehari-hari, digunakan untuk meningkatkan pengalaman belajar dengan keseluruhan otak (<http://fitisme.com/senam-otak-beserta-manfaat-dan-gerakan-senam-otak/>).

Menurut Femi Olivia dalam buku *Mengoptimalkan Kinerja Otak Anak di Sekolah* (2004: 129) Selain melalui aneka permainan yang memancing kreativitas keseimbangan otak kanan dan kiri juga bisa dilatih melalui senam otak . Gerakan-gerakan dalam senam otak bisa membantu mengkoordinasikan tubuh dan otak. Senam otak terdiri dari beberapa gerakan sederhana yang dapat memudahkan kegiatan belajar dan mengatasi gangguan-gangguan belajar pada anak. Gerakan-gerakan dalam senam otak dilakukan dengan intensitas yang cepat dan menarik sehingga dapat meningkatkan semangat anak setelah melakukan rangkaian gerakan senam otak ini (Gunadi, 24 Gerakan Meningkatkan Kecerdasan Anak, 2009, hal. 20).

Senam otak merupakan kumpulan gerakan-gerakan sederhana yang bertujuan untuk menghubungkan atau menyatukan otot dan postur tubuh untuk meningkatkan fungsi dan kinerja otak. Adapun gerakan-gerakan senam otak yaitu :

1. cross crawl (gerakan diagonal)
2. alphabeth 8s (abjad 8)
3. double doodle (menggambar dua tangan)
4. lazy 8 A (8 perut)
5. belly breathing (pernafasan perut)
6. the elephant (gajah)
7. neck rolls (putar kepala)
8. energizer (kepala kobra)
9. The owl (burung hantu)

10. Arm activation (mengaktifkan tangan)
11. The footflex (melenturkan sendi kaki)
12. Calf pump (pompa betis)
13. The gravity dlider (bandul gravitasi)
14. The grounder (kuda-kuda)
15. Brain button (tombol otak)
16. Earth button (tombol bumi)
17. Space button (tombol ruang)
18. The thinking cap (pijat kuping)
19. Balance button (tombol keseimbangan)
20. The energy yawn (pijat otot penguap)
21. Cook's hook up (duduk angkat kaki jari bersentuhan)
22. Dan positive points (titik positif)
(Carrigan C. Dalam Sularyo dan Setyo, 2002:37)

2.5.2. Tujuan Brain Gym

Menurut ayyinosa (2009) tujuan brain gym adalah sebagai berikut:

- (a) Hubungan antar manusia dan suasana belajar/kerja lebih relax dan menyenangkan,
 - (b) Stress emosional berkurang pikiran menjadi lebih jernih,
 - (c) Kemampuan berbahasa dan daya ingat meningkat,
 - (d) Lebih bersemangat, lebih kreatif dan efisien,
 - (e) Merasa lebih sehat karena stress berkurang,
 - (f) Prestasi belajar dan bekerja meningkat
- Terbukti saat Dennison beserta istrinya membuat gerakan brain gym hingga sekarang banyak peneliti yang mengembangkan senam otak (brain gym), baik secara teknik gerak maupun musik yang digunakan. Sehingga anak lebih termotivasi untuk melakukan gerakan –gerakan brain gym.

2.6. Pengertian dan Karakteristik Anak Usia Dini

Sesuai dengan Pasal 1 UU RI No. 20. Tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara (Depdiknas, 2007:2)

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah jenjang pendidikan sebelum jenjang pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak

memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut, yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal (DirjenPaud, 2011:5)

Anak usia dini sangat memerlukan banyak sekali informasi untuk mengisi pengetahuannya agar siap menjadi manusia sesungguhnya. Dengan mengikutsertakan anak dalam program PAUD. Hasilnya, otak yang merupakan pusat koordinasi pun bekerja keras menemukan hal-hal baru yang akan menjadi pengisi memori otak sekaligus menjadi bekal pertumbuhan (Adi Susilo, 2011:13).

Dalam undang-undang tentang sistem pendidikan nasional dinyatakan bahwa pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (UU nomor 20 tahun 2001 bab 1 pasal 1 ayat 14)

Anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan sampai usia enam tahun. Usia ini merupakan usia yang sangat menentukan dalam pembentukan karakter dan kepribadian anak, usia dini ini sering di sebut sebagai usia emas (golden age).Makanan yang bergizi dan seimbang serta stimulasi yang intensif sangat dibutuhkan untuk perkembangan dan pertumbuhan tersebut.

Ada berbagai kajian tentang hakikat anak usia dini, khususnya anak TK diantaranya Bredecam dkk (dalam Masitoh dkk, 2005) sebagai berikut :

- a. Anak bersifat unik
- Anak mengekspresikan perilakunya secara relatif spontan
- Anak bersifat aktif dan energik
- Anak itu egosentris
- Anak memiliki rasa ingin tahu yang kuat dan antusias terhadap banyak hal
- Anak bersifat eksploratif dan berjiwa petualang
- Anak umumnya kaya degan fantasi
- Anak masih mudah frustrasi
- Anak masih kurang pertimbangan dalam bertindak
- Anak memiliki daya perhatian yang pendek
- Masa anak adalah masa belajar yang paling potensial
- Anak semakin menunjukkan minat terhadap teman

2.6.1. Prinsip-prinsip Perkembangan Anak Usia Dini

Prinsip-prinsip perkembangan anak usia dini menurut Bredekamp dan Coople (Aisyah dkk, 2007) adalah sebagai berikut:

- a. Perkembangan aspek fisik, sosial, emosional, kognitif anak saling berkaitan dan saling mempengaruhi satu sama lain
- b. Perkembangan fisik/motorik, emosi, sosial, bahasa, dan kognitif anak terjadi dalam suatu urutan tertentu yang relatif dan diramalkan
- c. Perkembangan berlangsung dalam rentang yang bervariasi antar anak dan antar bidang pengembangan dari masing-masing fungsi
- d. Pengalaman awal anak memiliki pengaruh kumulatif dan tertunda terhadap perkembangan anak.
- e. Perkembangan dan cara belajar anak terjadi dan dipengaruhi oleh konteks sosial dan budaya yang majemuk.
- f. Perkembangan anak berlangsung kearah ~~3.6.3~~ semakin kompleks, khusus, terorganisasi dan internalisasi
- g. Anak adalah pembelajar yang aktif, yang berusaha membangun pemahamannya tentang lingkungan sekitarnya dari pengalaman fisik, sosial, dan pengetahuan yang diperolehnya. **2.7.**
- h. Perkembangan dan belajar merupakan interaksi kematangan biologis dan lingkungan fisik maupun lingkungan sosial
- i. Bermain merupakan penting bagi perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak serta menggambarkan perkembangan anak.
- j. Perkembangan anak mengalami percepatan bila anak berkesempatan untuk mempraktikkan berbagai keterampilan yang diperoleh dan mengalami tantangan setingkat lebih tinggi dari hal-hal yang dikuasainya

2.6.2. Jalur Penyelenggaraan Pendidikan Anak Usia Dini

Dalam Undang-undang tentang sistem pendidikan nasional menyatakan bahwa pendidikan anak usia dini (PAUD) adalah

salah satu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (UU No.20 Tahun 2003 (Undang-undang sistem pendidikan nasional) bab 1 pasal 1 ayat 14)

Dalam pasal 28 ayat 3 undang-undang sistem pendidikan nasional dinyatakan bahwa pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal berbentuk taman kanak-kanak (TK), raudathul athfal, atau bentuk lain yang sederajat. Pada penelitian ini penulis berfokus kepada anak usia dini pada jalur pendidikan formal berbentuk taman kanak-kanak (TK).

Tujuan Pendidikan Anak Usia Dini

Secara umum tujuan pendidikan anak usia dini adalah menyumbangkan berbagai potensi anak sejak dini sebagai persiapan untuk hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Kerangka Berfikir

Program pembelajaran merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan proses pembelajaran, dapat dimanfaatkan sebagai sarana penyampaian informasi yang dapat menunjang proses pengajaran semakin enak dan tidak bosan.

Seorang guru atau kepala sekolah harus bisa menciptakan suatu program pembelajaran yang berguna dan dapat dimanfaatkan oleh siswa, guna memperoleh tujuan maksimal dari suatu program tersebut. Pengembangan ini bertujuan merancang dan membuat produk sajian sehingga dapat dimanfaatkan sekolah Tingkat Taman Kanak-kanak setiap paginya, terkhusus untuk anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode Research & Development (R & D) untuk mengembangkan dan memvalidasi produk berupa rangkaian brain gym untuk anak usia. Menurut Sugiyono penelitian dan pengembangan adalah model penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu.

3.2 Tujuan Penelitian

Penelitian dan pengembangan brain gym memiliki tujuan mengembangkan variasi model latihan senam otak yang menyenangkan sebagai program rutin di TK Tunas Muda Kota Jambi.

Tujuan akhir dari penelitian pengembangan ini adalah menghasilkan produk berupa variasi model brain gym yang akan dibuat dalam bentuk VCD yang berisikan variasi gerakan brain gym sehingga dapat dijadikan suatu program guna merelaksasikan otak anak sebelum melaksanakan KBM.

3.3. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan sebelum kegiatan belajar mengajar (KBM) TK Tunas Muda Kota Jambi. Penelitian dilakukan selama bulan April 2017. Penelitian dilakukan di lapangan TK Tunas Muda Kota Jambi.

3.4. Populasi Dan Sampel

3.4.1. Populasi

Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang ditentukan (Margono, 2010:118). Menurut Suharsimi Arikunto (2010:173) Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi, dengan jumlah 2 kelas.

3.4.2. Sampel

Menurut Arikunto (2010:174) "sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah anak usia dini TK Tunas Muda Kota Jambi. Adapun sampel yang penulis ambil sebesar 100%.

3.5. Langkah-langkah Pengembangan Model

Penelitian ini melalui 11 tahapan dengan mengadaptasi penelitian dan pengembangan model Sugiyono sebagai berikut : analisis kebutuhan, analisis pengembangan produk, desain produk brain gym, memvalidasi produk, merevisi produk, pembuatan produk , uji coba produk, merevisi produk 1, uji coba pemakaian, revisi produk 2, dan terakhir menjadi sebuah produk massal.

BAB IV

PEMBAHASAN

4.1. Hasil Pengembangan Produk

Hasil dari pengembangan produk latihan senam brain gym yang diuji cobakan pada anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi ditulis dalam bentuk buku panduan model latihan. Buku tersebut menyajikan serangkaian gerak dimulai dari pemanasan(warming up) hingga pendinginan (colling

3.5.1. Penelitian Pendahuluan

Melakukan penelitian pendahuluan (prasurvei) untuk mengumpulkan informasi kajian pustaka, pengamatan kelas, identifikasi masalah yang dijumpai dalam kegiatan anak usia dini sebelum melakukan Kegiatan Belajar Mengajar. Dalam pengembangan brain gym ini lebih di fokuskan pada analisis awal/identifikasi masalah serta kebutuhan jasmani yang di perlukan sebelum dilaksanakannya KBM di TK Tunas Muda Kota Jambi.

3.5.2. Analisis Pengembangan Produk

Analisis kebutuhan ini difokuskan pada tingkat kegembiraan anak. Hasil kajian ini digunakan sebagai dasar untuk mendesain model latihan yang akan dikembangkan. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini sebagai berikut :

- 1) Melakukan observasi dan wawancara dengan anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi sebelum melakukan KBM tanpa melakukan kegiatan senam.
- 2) Menganalisa model latihan yang telah diterapkan
- 3) Melakukan diskusi dengan anak usia dini apa saja kendala atau kesulitan dalam melakukan kegiatan brain gym
- 4) Menganalisa gerakan yang dilakukan anak usia dini dalam melakukan teknik brain gym serta ekspresi anak ketika melakukan brain gym

Hasil studi lapangan kemudian dianalisa untuk memfokuskan aspek-aspek yang menjadi dasar pengembangan. Pengembangan difokuskan pada tingkat kegembiraan anak ketika dan setelah melakukan brain gym.

down) yang dirangkai sesederhana mungkin menggunakan gerakan brain gym sederhana dan musik anak-anak yang dapat memotivasi anak untuk melakukan senam brain gym tersebut, disajikan dengan melibatkan gerakan yang sama dengan produk sebelumnya ditambahkan serta di desain senarik mungkin sesuai dengan usia anak usia dini. Dengan demikian produk latihan yang bervariasi dan diharapkan akan

tercapai tujuan dari latihan yang telah direncanakan.

4.1.1. Hasil Analisis Kebutuhan

Secara keseluruhan terdapat tujuan umum yang hendak diungkap dalam studi pendahuluan atau analisis kebutuhan yaitu mengembangkan senam brain gym. Berdasarkan tujuan umum tersebut maka peneliti melakukan studi pendahuluan dengan menggunakan instrumen wawancara kepada anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi, serta melakukan survei karena tujuan utamanya melakukan persiapan teknis dengan menjajaki terlebih dahulu subjek penelitian dan tempat yang akan dilakukan penelitian pengembangan. Hal tersebut untuk mengetahui seberapa dibutuhkan penelitian pengembangan senam brain gym yang akan dikembangkan oleh peneliti.

Berikut ini merupakan hasil analisis kebutuhan dan temuan lapangan yang diperoleh peneliti.

Tabel 4.1. Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan

N O	Butir Pertanyaan	Temuan
1.	Apakah aktifitas senam rutin dilakukan ?	Aktifitas senam rutin dilakukan
2.	Apakah jenis senam yang diketahui pengajar bervariasi?	Jenis senam tidak bervariasi dikarenakan keterbatasan penghafalan pengajar
3.	Apakah anak usia dini antusias mengikuti	Anak usia dini sangat antusias dalam mengikuti

	senam yang ada?	kegiatan senam, namun anak sedikit jenuh karena kurangnya variasi gerak senam dan anak merasa bosan.
4.	Apakah anak pernah melakukan kegiatan brain gym di TK ?	Anak pernah diajarkan gerak dasar brain gym tanpa musik dan gerak
5.	Apakah sarana memadai dalam kegiatan senam ?	Sarana yang digunakan tidak memadai, terbukti dari kurang maksimalnya volume musik ketika pengajar mengajak anak senam.
6.	Apakah perlu pengembangan senam brain gym sebagai salah satu penambah variasi senam untuk diterapkan di TK ?	Sangat diperlukan, karena anak membutuhkan senam yang dapat menyenangkan hati dan tentunya memiliki fungsi penting demi kecerdasan otak anak.

Dari hasil pengamatan lapangan juga ditemukan :

- 1) Peneliti merasa beberapa siswa merasa bosan untuk melakukan senam dan bertindak semaunya.

- 2) Peneliti merasa masih kurangnya media yang digunakan untuk melakukan senam.
- 3) Siswa masih melakukan kesulitan dalam mengontrol gerakan.
- 4) Peneliti merasa variasi yang diberikan sangat terbatas sehingga dibutuhkan pengembangan senam brain gym sebagai salah satu produk pilihan yang dapat diterapkan dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Berdasarkan analisis kebutuhan tersebut peneliti melakukan diskusi dengan pembimbing sekaligus penguji. Dari hasil diskusi diputuskan untuk melakukan pengembangan senam

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian, maka dapat diambil suatu kesimpulan yaitu, menghasilkan produk akhir berupa produk senam brain gym untuk anak usia dini di Tk Tunas Muda Kota Jambi. Yang terdiri dari :

1. Pemanasan (Warming Up)
 - a. Sikap awal berdiri tegap
 - b. 9 gerakan pemanasan (warming up)
2. Inti
 - a. Tunjuk telapak tangan
 - b. Tunjuk kepala
 - c. Tunjuk dua
 - d. Jempol kelingking
 - e. Tepuk elus
 - f. Silang lutut
 - g. Silang tumit
 - h. Panjang pendek
 - i. Putar terbalik
 - j. Jewer telinga
3. Pendinginan (cooling down)
 - a. 5 gerakan pendinginan

brain gym untuk anak usia dini di TK Tunas Muda Kota Jambi. Variasi senam brain ini menggunakan penambahan desain produk dari produk aslinya yang diakses pada

4.1.2. Model draf 1

Penulis akan mengembangkan senam brain gym dari salah satu senam brain gym yang di populerkan oleh perkumpulan yang dinamakan yes Bali tentang senam otak kanan yang dapat di lihat dari wesite : http://m.youtube.com/watch?v=7oo_3_uCsY. Dimana latihan senam brain gym ini memiliki 7 gerakan.

Peneliti telah melaksanakan tahapan-tahapan dari penelitian RnD mulai dari potensi masalah, mengumpulkan informasi, desain produk, validasi produk, perbaikan desain, pembuatan produk, uji coba produk, revisi produk 1, uji coba produk 2, revisi produk 2 dan produk massal. Pada akhir tahap penelitian dapat ditarik pula kesimpulan bahwa produk senam *brain gym* yang sudah di revisi para ahli sudah efektif untuk di jadikan model pengembangan.

B. Saran Pemanfaatan

1. Bagi guru atau pengajar PAUD atau TK hendaknya menghafal dan mengajarkan beberapa variasi senam kepada anak usia dini sehingga anak tidak merasa jenuh dan bosan ketika melakukan aktifitas senam
2. Bagi peneliti lain diharapkan untuk dapat lebih mengembangkan senam *brain gym* agar lebih memotivasi siswa dalam melakukan gerakan senam sehingga anak lebih semangat dan menyenangkan.
3. Produk senam brain gym ini dapat dijadikan sebagai variasi sarana pembelajaran dalam rangka meningkatkan kreativitas dan

motivasi serta kecerdasan otak kanan dan kiri anak usia dini