

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian bertajuk " Efektifitas Brain Gym terhadap konsentrasi belajar anak di SDN 1 Kronggen, Kecamatan Brati," yang berlangsung dari tanggal 20 April hingga 1 Mei 2026, akan dipaparkan dan dijelaskan dalam bab ini. 32 siswa SDN 1 Kronggen Kelas 5 dan 6 mengikuti penelitian, mereka dibagi menjadi 16 kelompok eksperimen dan 16 kelompok kontrol. Penelitian semacam ini menggunakan desain kelompok kontrol pretest dan posttest dalam desain kuasi eksperimental. Lokasi penelitian, karakteristik responden (jenis kelamin, kelas, dan usia), serta temuan analisis univariat dan bivariat semuanya dibahas dalam hasil penelitian.

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SDN 1 Kecamatan Kronggen Toroh Kabupaten Grobogan Provinsi Jawa Tengah melakukan penyidikan ini. dengan Kabupaten Grobogan, Desa Kronggen, dan Kabupaten Brati. Bapak Galih Wahyudi adalah kepala sekolah SDN 1 Kronggen saat ini. SDN 1 Kronggen terakreditasi A dan menggunakan kurikulum 2013. Total ada 140 anak, termasuk 22 di Kelas 5 dan 26 di Kelas 6. Siswa di SDN 1 Kronggen mengambil kelas enam hari seminggu, Senin sampai Sabtu.

B. Karakteristik Responden

Keragaman responden menurut jenis kelamin, usia, dan kelas dipastikan dengan menganalisis ciri-cirinya. Total ada 32 responden, 16 di antaranya melakukan latihan otak dan 16 di antaranya tidak.

1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Eksperimen		Kontrol	
	F	%	F	%
Laki-laki	6	18,8	9	28,1
Perempuan	10	31,3	7	21,9
Total	16	50,0	16	50,0

Sumber : oleh data peneliti (2026)

Tabel 4.1 memberikan informasi tentang distribusi responden berdasarkan jenis kelamin: 10 responden perempuan (31,3%) dan 6 responden laki-laki (18,8%) mendapat senam otak; 7 responden perempuan dan 9 responden laki-laki tidak mendapat senam otak (28,1).

2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Eksperimen		Kontrol	
	F	%	F	%
10	8	25	8	25
11	6	18,8	7	21,9
12	2	6,3	1	3,1
Total	16	50,0	16	50,0

Sumber : oleh data peneliti (2026)

Sajian data pada Tabel 4.2 menunjukkan bahwa distribusi usia 10 tahun memiliki jumlah yang seimbang antara kelompok perlakuan brain gym dan kelompok kontrol, yaitu masing-masing sebanyak 8 responden (25%). Kelompok perlakuan brain gym pada kategori usia 11 tahun mencakup 6 responden (18,8%), sedangkan kelompok kontrol terdiri atas 7 responden (21,9%). Kategori usia 12 tahun mencatatkan 2 responden (6,3%) pada kelompok perlakuan brain gym dan 1 responden (3,1%) pada kelompok kontrol.

3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Eksperimen		Kontrol	
	F	%	F	%
5	8	25,0	8	25,0
6	8	25,0	8	25,0
Total	16	50,0	16	50,0

Sumber : oleh data peneliti (2026)

Menurut Tabel 4.3, terdapat 8 responden (25%) di Kelas 5 dan 8 responden (25%) di Kelas 6 yang mengikuti senam otak. Delapan responden (25%) di Kelas 5 dan delapan responden (25%) di Kelas 6 tidak mengikuti senam otak.

C. Analisa Univariat

Analisis univariat bertujuan mengkarakterisasi gambaran distribusi setiap variabel penelitian secara mandiri. Evaluasi ini mencakup penyajian data dasar pada kelompok eksperimen yang menerima latihan otak (brain gym) dan kelompok kontrol sebagai pembandingan. Rincian hasil pengujian sebagai berikut.:

1. Distribusi Konsentrasi Kelompok Eksperimen Yang Melakukan Senam Otak

Tabel 4. 4 Distribusi Konsentrasi Kelompok Eksperimen Yang Melakukan Senam Otak

Kelompok Eksperimen	Pretest		Posttest	
	F	%	F	%
Konsentrasi Sangat Kurang	0	0	0	0
Konsentrasi Kurang	2	12,5	0	0
Konsentrasi Sedang	14	87,5	0	0
Konsentrasi Baik	0	0	16	100,0
Konsentrasi Sangat Baik	0	0	0	0
Total	16	100,0	16	100,0

Sumber : oleh data peneliti (2026)

Menurut Tabel 4.4, 14 responden, atau 87,5% dari total, memiliki temuan pretest tertinggi dari latihan otak pada kelompok eksperimen pada tingkat konsentrasi sedang. Hingga 16 responden, atau 100% dari sampel, menunjukkan konsentrasi yang baik pada kelompok eksperimen latihan otak posttest. Delapan anak di Kelas 5 dan hingga delapan siswa di Kelas 6 berpartisipasi dalam kelompok eksperimen yang melakukan senam otak.

2. Distribusi Konsentrasi Kelompok Kontrol Yang Tidak Melakukan Senam Otak

Tabel 4. 5 Distribusi Konsentrasi Kelompok Kontrol Yang Tidak Melakukan Senam Otak

Kelompok Kontrol	Pretest		Posttest	
	F	%	F	%
Konsentrasi Sangat Kurang	4	25,0	2	12,5
Konsentrasi Kurang	14	75,0	12	75,0
Konsentrasi Sedang	0	0	2	12,5
Konsentrasi Baik	0	0	0	0
Konsentrasi Sangat Baik	0	0	0	0
Total	16	100,0	16	100,0

Sumber : oleh data peneliti (2026)

Sajian data pada Tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa pada kelompok kontrol memiliki tingkat konsentrasi kurang saat pretest, yaitu sebanyak 14 responden (75%), sedangkan 4 responden lainnya (25%) berada pada tingkat sangat kurang. Hasil pengukuran posttest pada kelompok ini mencatatkan tingkat konsentrasi kurang sebanyak 12 responden (75%), tingkat sedang sebanyak 2 responden (12,5%), dan tingkat sangat kurang sebanyak 2 responden (12,5%). Kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan brain gym ini terdiri atas 8 siswa dari kelas 5 dan 8 siswa dari kelas 6.

D. Analisa Bivariat

Uji normalitas Shapiro-Wilk dilakukan sebelum menganalisis efektivitas senam otak (brain gym) terhadap konsentrasi belajar siswa SDN 1 Kronggen, Kecamatan Brati. Rincian hasil pengujian distribusi data tersebut dipaparkan sebagai berikut.

Tabel 4. 6 Uji Normalitas			
Hasil Pengukuran Konsentrasi Belajar	Shapiro-Wilk		
	Statistic	F	Sig.
<i>Pretest</i> Eksperimen	0.931	16	0,255
<i>Posttest</i> Eksperimen	0,912	16	0,123
<i>Pretest</i> Control	0,957	16	0,215
<i>Posttest</i> Control	0,932	16	0,258
Selisih Eksperimen	0,914	16	0,137
Selisih Kontrol	0.892	16	0,61

Sumber : oleh data peneliti (2026)

Sajian data pada Tabel 4.6 menunjukkan bahwa nilai signifikansi *pretest* kelompok eksperimen melebihi batas 0,05 ($0,255 > 0,05$), sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Pengukuran *posttest* pada kelompok eksperimen juga mencatatkan nilai signifikansi di atas 0,05 ($0,123 > 0,05$), yang menegaskan bahwa data terdistribusi secara normal. Kelompok kontrol turut memenuhi asumsi normalitas dengan nilai signifikansi *pretest* 0,215 dan *posttest* $0,258 > (0,05)$. Terpenuhiya prasyarat ini mengarahkan pengujian hipotesis selanjutnya menggunakan analisis statistik parametrik, yaitu *Paired Sample T-Test* dan *Independent Sample T-Test*.

1) Uji Berpasangan

Tabel 4. 7 Uji Paired T-Test (Pretest Posttest Eksperimen dan Control)

Kategori	Paired T-test		
	F	Mean	P
<i>Pretest</i> Eksperimen	16	12,06	0,000
<i>Posttest</i> Eksperimen	16	17,56	
<i>Pretest</i> Control	16	7,25	0,089
<i>Posttest</i> Control	16	7,69	
Selisih Eksperimen	16	5,50	0,000
Selisih Kontrol	16	0,44	

Sumber : oleh data peneliti (2026)

Tabel 4. 8 Uji Independent T-Test (Posttest Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol)

Kelompok	Independent T-test			
	F	Mean	P	Sig
<i>Posttest</i> Eksperimen	16	7,69	0,000	0,247
<i>Posttest</i> Kontrol	16	17,56		

Sumber : oleh data peneliti (2026)

Menurut Tabel 4.7, uji *Pretest-Posttest* Uji t Berpasangan kelompok eksperimen mengungkapkan nilai (Sig. 2 tailed) sebesar $(0,000) < (0,05)$. Akibatnya, H_a diterima dan H_o ditolak, menunjukkan bahwa pelatihan otak bermanfaat untuk fokus belajar.

Posttest eksperimental dan kontrol dibandingkan menggunakan uji-T independen berdasarkan Tabel 4.8. Terdapat perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol posttest jika hasil Uji Independen t-Test experimental dan posttest posttest control mencapai nilai (Sig. 2 tailed) $(0,000) < 0,05$.