

PENGARUH *BRAIN GYM* TERHADAP PENINGKATAN DAYA INGAT ANAK USIA PRASEKOLAH

Ach. Royyan, Hindyah Ike S., Anita Rahmawati
ITSKes Insan Cendekia Medika Jombang

Menurunnya daya ingat anak dipengaruhi oleh faktor lingkungan sehingga dapat menyebabkan prestasi anak menurun dan kehilangan rasa percaya diri karena kalah bersaing dengan teman sebayanya. *Brain gym* merupakan metode serangkaian latihan berbasis gerakan tubuh sederhana untuk membantu meningkatkan daya ingat anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *brain gym* terhadap peningkatan daya ingat anak usia prasekolah. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan pra-eksperimen *one group pre-post test design*. Penelitian ini dilaksanakan di Taman Kanak-Kanak Miftahul Falah Sumenep pada bulan Maret sampai Juli 2023. Populasinya adalah seluruh siswa kelas A dan B berjumlah 45 siswa. Sampel penelitian berjumlah 31 orang. Pemilihan sampel dengan menggunakan teknik *propotional random sampling*. Variabel pada penelitian ini adalah *brain gym* dan daya ingat anak usia prasekolah. Pengumpulan data menggunakan observasi dengan lembar sub tes daya ingat dari *Wechsler Preschool and Primary Scale of Intelligence* (WPPSI). Pengolahan data dengan menggunakan *editing, coding* dan *scoring*. Analisa data dengan menggunakan Uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa daya ingat pada anak usia prasekolah sebelum diberikan *brain gym* didapatkan hasil hampir setengahnya responden memiliki kriteria *dull Normal* atau dibawah rata-rata sebanyak 45,2%. Sementara, daya ingat pada anak usia prasekolah sesudah diberikan *brain gym* didapatkan hasil hampir setengahnya responden memiliki kriteria *average* atau rata-rata sebanyak 48,4%. Hasil dari uji statistik *wilcoxon* didapatkan nilai $p=0,03 < \alpha=0,05$ maka H_1 diterima. Kesimpulan pada penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh *brain gym* terhadap peningkatan daya ingat anak usia prasekolah. Diharapkan bagi pendidik dapat menerapkan *brain gym* dengan konsisten.

Kata kunci: *Brain gym*, Daya ingat, Anak usia prasekolah