

PENGARUH *BRAIN GYM* UNTUK MENINGKATKAN KONSENTRASI ANAK DI TAMAN KANAK-KANAK KEMALA BHAYANGKARI 10 HARAU

Oktavia Melati Ramadhani¹, Nurhafizah², Rakimahwati³, Serli Marlina⁴

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Universitas Negeri Padang

oktaviamelatiramadhani@gmail.com , nurhafizahunp@gmail.com,

rakimahwati@fip.unp.ac.id.com, serlimarlina@fip.unp.ac.id

ABSTRACT

This article was written based on research that aims to test the effect of the implementation of Brain Gym as an effort to improve the concentration of children in Kemala Bhayangkari 10 Harau kindergarten, this study uses a quantitative method with a One Group Pretest-Posttest design, namely a design that involves initial measurements (Pretest) before giving treatment and final measurements (Post-test) after the treatment is given. This research is included in the Pre-experimental research subjects all 19 children in class B1. Thus, the results of the testing and data analysis that have been carried out show that the significance value of the t test is 0,000 ($< 0,05$) and the average value of N-Gain is 0,9235 with a high category, it can be concluded that the implementation of Brain Gym has a significant effect on increasing the concentration of children in Kemala Bhayangkari 10 Harau Kindergarten.

Keywords: *Brain gym; Child Concentration; Kindergarten*

ABSTRAK

Artikel ini ditulis berdasarkan penelitian yang bertujuan untuk menguji pengaruh penerapan *Brain Gym* sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan konsentrasi anak di TK Kemala Bhayangkari 10 Harau, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *One Group Pretest-Posstest*, yaitu desain yang melibatkan pengukuran awal (*Pre-test*) sebelum pemberian perlakuan dan pengukuran akhir (*Post-test*) setelah perlakuan diberikan. Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian Pra-eksperimental (*pre-experimental design*). Dengan subjek penelitian seluruh anak kelas B1 berjumlah 19 anak. Dengan demikian hasil pengujian dan analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa nilai signifikansi uji t sebesar 0,000 ($< 0,05$) dan nilai rata-rata *N-Gain* sebesar 0,9235 dengan kategori tinggi, diperoleh kesimpulan bahwa penerapan *Brain Gym* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan konsentrasi anak di TK Kemala Bhayangkari 10 Harau.

Kata Kunci: *Brain gym; Kosentrasi Anak; Taman Kanak-kanak*

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu usaha yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar serta proses pembelajaran yang memungkinkan peserta didik mengembangkan potensi dirinya secara aktif. Melalui proses tersebut, peserta didik diharapkan mampu mengembangkan kekuatan spritual keagamaan, kemampuan pengendalian diri, kepribadian, akhlak mulia, serta berbagai keterampilan yang dibutuhkan bagi kehidupan pribadi maupun dalam bermasyarakat. Dalam kajian pendidikan, terdapat dua istilah yang memiliki kemiripan dan sering digunakan, yaitu pedagogik dan pedagogi. Pedagogik merujuk pada ilmu yang mempelajari pendidikan atau ilmu pendidikan, sedangkan pedagogi mengacu pada praktik atau proses pendidikan itu sendiri (Setyawan, 2021).

Menurut Dewantara, pendidikan merupakan suatu upaya untuk mengembangkan pertumbuhan budi pekerti (karakter dan kekuatan batin), kemampuan berpikir, serta perkembangan jasmani anak. Sementara itu,

Langeveld (2017) menyatakan bahwa pendidikan adalah proses bimbingan yang diberikan oleh orang dewasa kepada anak untuk membantu perkembangan anak. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa penyelenggaraan pendidikan berorientasi pada pembentukan karakter peserta didik agar mampu berkompetisi secara positif dalam kehidupan. Sejalan dengan pendapat tersebut, Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat (1) mendefenisikan pendidikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran yang memungkinkan peserta didik secara aktif mengembangkan potensi yang dimilikinya (Sanga & Wangdra, 2023).

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Ayat (14) menjelaskan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan Upaya pembinaan yang diberikan stimulasi pendidikan secara terencana. Pemberian stimulasi tersebut bertujuan untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan

perkembangan anak sehingga mereka memiliki kesiapan yang memadai dalam memasuki jenjang pendidikan selanjutnya.

Perkembangan kognitif dan motorik merupakan aspek yang memiliki peran penting dalam mendukung pencapaian perkembangan anak secara optimal. Aspek kognitif memberikan kontribusi yang signifikan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk dalam kemampuan memusatkan perhatian atau rentang perhatian (*attention span*) merupakan kemampuan anak untuk mempertahankan fokus terhadap suatu objek atau kegiatan dalam kurun waktu tertentu. Kemampuan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kematangan sistem saraf, lingkungan tempat anak berinteraksi, serta kondisi psikologis yang menyertai perkembangan anak.

Secara etimologis, konsentrasi berasal dari kata *concentrate* yang berarti memusatkan perhatian, sedangkan *concentration* diartikan sebagai keadaan terfokusnya perhatian pada suatu objek tertentu. Supriyono dan Amalia

(2022) menjelaskan bahwa konsentrasi merupakan kemampuan untuk mengarahkan perhatian secara penuh terhadap suatu objek, aktivitas, atau materi tertentu dengan mengabaikan berbagai rangsangan yang tidak berhubungan (Maulana, 2017).

Menurut Hurlock, kemampuan konsentrasi yang dimiliki anak usia dini masih relatif rendah, yaitu hanya mampu bertahan sekitar 10-15 menit. Oleh karena itu, dalam proses pembelajaran anak memerlukan media atau stimulasi yang dapat membantu mempertahankan perhatian dan mengurangi kebosanan sehingga konsentrasi dapat berlangsung lebih lama (Zola & Nurhafizah, 2021).

Pengertian tersebut mengandung makna bahwa individu perlu memusatkan perhatian pada materi yang dipelajari serta mengesampingkan segala bentuk gangguan (Azizah, 2024).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada tanggal 28-30 Oktober 2025 di Tk Kemala Bhayangkari 10 Harau khususnya di kelas B1, penulis menemukan

bahwa kemampuan konsentrasi anak masih tergolong rendah. Dari 19 anak yang berada di kelas tersebut hanya 3 anak yang mampu mempertahankan konsentrasi dengan baik selama kegiatan berlangsung. Anak-anak ini dapat mendengarkan penjelasan dari guru, mengikuti arahan yang diberikan, serta menyelesaikan aktivitas yang sedang dilakukan. Disisi lain, terdapat 16 anak yang masih kesulitan dalam menjaga konsentrasi. Beberapa anak tampak mudah terdistraksi oleh berbagai rangsangan dari lingkungan sekitar, misalnya suara dari luar kelas atau aktivitas yang dilakukan oleh teman-teman di sebelah, ada beberapa dari anak yang sering mengobrol dengan teman, melihat kanan dan kiri di saat guru di depan. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi anak usia dini masih perlu di tingkatkan, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan konsentrasi anak adalah dengan memberikan stimulasi yang bisa membantu anak menjadi lebih siap sebelum pembelajaran dimulai. Salah satu kegiatan yang

digunakan untuk membantu meningkatkan kesiapan belajar anak adalah gerak terpola berbasis *Brain Gym*.

Menurut teori perkembangan anak, kemampuan perhatian merupakan bagian dari perkembangan kognitif yang berkembang secara bertahap. Anak usia dini cenderung memiliki perhatian yang singkat dan mudah teralihkan oleh rangsangan dan lingkungan. Secara umum, anak usia 3-4 tahun mampu berkonsentrasi sekitar 5-10 menit, usia 4-5 tahun sekitar 10-15 menit, dan usia 5-6 tahun sekitar 15-20 menit, yang menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi anak meningkat seiring dengan perkembangan kognitif anak (Santrok 2020).

Menurut Bandura, proses belajar pada anak berlangsung melalui kegiatan mengamati dan meniru perilaku individu lain, yang dikenal sebagai teori pembelajaran sosial (*Social Learning Theory*). Dalam proses tersebut terdapat beberapa tahapan yang berperan penting, salah satunya adalah perhatian (*Attention*). Bandura berpendapat bahwa anak dapat

memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru apabila memiliki kemampuan untuk memusatkan perhatian, menyimpan informasi dalam ingatan, serta memiliki motivasi atau dorongan untuk belajar Bandura dalam Wahyuni & Fitriani (2022).

Secara etimologis, *Brain Gym* berasal dari gabungan kata *Brain* yang berarti otak sebagai pusat aktivitas berpikir, dan *Gym* yang merujuk pada aktivitas atau latihan fisik. *Brain gym* merupakan serangkaian gerakan sederhana yang dirancang untuk mengoptimalkan fungsi dan kinerja otak. Kegiatan ini bertujuan untuk menyeimbangkan kerja belahan otak kiri dan kanan, membantu relaksasi bagian depan dan belakang otak guna meningkatkan fokus, menstimulasi area tengah otak (system limbik) yang berperan dalam pengelolaan emosi, serta mendukung kemampuan konsentrasi yang berkaitan dengan fungsi otak besar. Selain itu, *Brain Gym* merupakan latihan yang terstruktur dengan memanfaatkan gerakan dinamis dan gerakan silang yang bertujuan mengintegrasikan kerja pikiran dan

tubuh secara selaras. Metode *Brain Gym* pertama kali dikembangkan oleh Dennison, pencetus *Educational kinesiology (Edu-K)*, sebagai pendekatan yang dirancang untuk membantu anak-anak yang mengalami kesulitan dalam proses belajar. (Dennison, dalam Umariyah, Wulandari, & Warsiah, 2025)

Brain gym atau senam otak merupakan serangkaian gerakan sederhana yang dilakukan secara menyenangkan dengan tujuan mengoptimalkan proses belajar melalui stimulasi fungsi otak. Kegiatan ini dapat mendukung efektivitas pembelajaran, khususnya dalam meningkatkan pencapaian akademik. Melalui pemberian stimulasi yang berkelanjutan melalui berbagai gerakan sederhana, *Brain Gym* mampu membantu memperbaiki sistem kerja otak serta mendorong terjadinya perubahan yang signifikan pada struktur otak. Oleh karena itu, *Brain Gym* memiliki berbagai manfaat positif terhadap fungsi maupun perkembangan struktur otak (Oktaria et al., 2024)

B. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menerapkan desain *Pre-experimental* yaitu “Desain *Pre-test, post-test* satu grup”. Metode satu grup *Pre-test* dan *post-test* design melibatkan adanya *pre-test* yang dilakukan sebelum perlakuan, sehingga penelitian ini juga mencakup *post-test* yang dilakukan setelah perlakuan. Dengan cara ini, hasil dari perlakuan dapat diidentifikasi dengan lebih tepat karena dapat dibandingkan dengan kondisi sebelum perlakuan dilakukan. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di TK Kemala Bhayangkari 10 Harau yang beralamat di Kecamatan Harau, Kabupaten Lima Puluh Kota, Provinsi Sumatera Barat, Sampel penelitian berjumlah 19 anak.

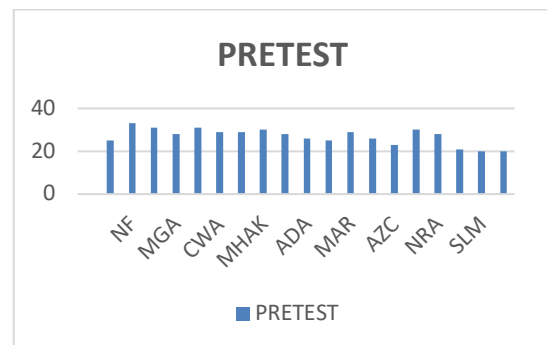
C. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *Brain Gym* terhadap konsentrasi anak di Taman Kanak-kanak Kemala Bahayangkari 10 Harau, penelitian dilaksanakan pada bulan april dengan 5 kali pertemuan yang terdiri dari satu kali *pretest*, tiga kali treatment (Perlakuan) menggunakan *Brain Gym*, dan satu kali *posttest*. Data

kosentrasi anak ditunjukkan melalui hasil pretest dan posttest yang diberikan kepada 19 anak.

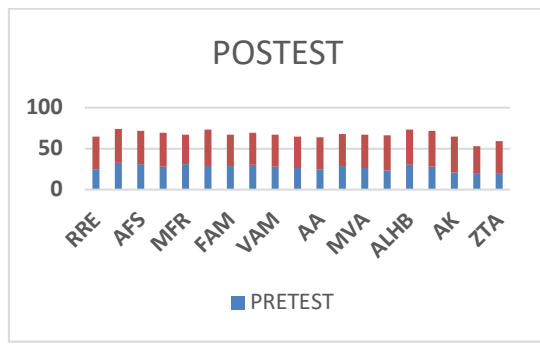
Pada tahap pretest, anak mengikuti kegiatan berupa rangkaian gerakan sederhana seperti tepuk tangan, menyentuh kepala, berdiri, duduk, dan mengangkat tangan. Berdasarkan hasil pretest diperoleh oleh total skor sebesar 512 dengan rata-rata 26,95, yang menunjukkan bahwa kemampuan kosentrasi anak masih berada pada kategori cukup dan mulai mampu.

Grafik 1. Hasil Pretest



Setelah dilakukan treatment menggunakan *Brain Gym*, diperoleh hasil posttest dengan total skor 763 dan rata-rata 40,16. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan konsentrasi anak setelah diberikan perlakuan. Seluruh anak mengalami peningkatan nilai dan berada pada kategori mampu.

Grafik 2. hasil *Post-test*



Post-test Grafik di atas menampilkan hasil *post-test* dari 19 anak yang menjadi subjek penelitian, rentang skor nilai *posttest* berada antara 33 hingga 44. Dapat dilihat bahwa seluruh anak memperoleh nilai yang tinggi, yang menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi anak setelah mengikuti kegiatan *Brain Gym* mengalami peningkatan yang sangat baik.

Grafik 3. Hasil Perbandingan *Pre-test* dan *Post-test*



D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh *Brain Gym* Untuk Meningkatkan Kosentrasi Anak

Di Taman Kanak-kanak Kemala Bhayangkari 10 Harau, diperlukan kajian yang lebih mendalam untuk memahami secara komprehensif hubungan antara pemberian *Brain Gym* dan peningkatan konsentrasi anak. *Brain Gym* merupakan metode yang efektif dalam mendukung kesiapan belajar anak melalui aktifitas gerak yang menyenangkan. Karakteristik anak usia dini yang cenderung aktif serta memiliki ketertarikan terhadap aktivitas fisik menjadikan *Brain Gym* sebagai kegiatan yang sesuai untuk diterapkan dalam proses pembelajaran. Melalui gerakan-gerakan yang dilakukan, perhatian anak bisa lebih terarah sehingga mereka menjadi siap untuk mengikuti kegiatan pembelajaran secara optimal.

Melalui penerapan *Brain Gym*, guru bisa memberikan stimulasi sebelum pembelajaran dimulai dengan melakukan gerakan-gerakan seperti tepuk tangan, menyentuh anggota tubuh, berdiri dan duduk, serta mengkoordinasikan gerakan lainnya. Kegiatan ini bukan hanya membantu meningkatkan konsentrasi, tetapi juga bis melatih koordinasi motorik dan keseimbangan tubuh anak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Brain Gym* terhadap konsentrasi anak di Taman Kanak-kanak Kemala Bhayangkari 10 Harau, penelitian dilaksanakan pada bulan April-Mei dengan 5 kali pertemuan yang terdiri dari satu kali *Pretest*, tiga kali *treatment* (perlakuan) menggunakan *Brain Gym*, dan satu kali *Posttest*. Data konsentrasi anak ditunjukkan melalui hasil *pretest* dan *posttest* yang diberikan kepada 19 anak. Berdasarkan hasil *pretest* diperoleh total skor sebesar 512 dengan rata-rata 26,95 yang menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi anak masih berada pada kategori cukup dan mulai mampu.

Setelah dilakukan *treatment* menggunakan *Brain Gym*, diperoleh hasil *posttest* dengan skor 763 dan rata-rata 40,16. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan konsentrasi anak setelah diberikan perlakuan. Seluruh anak mengalami peningkatan nilai dan berada pada kategori mampu.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *Brain Gym* terhadap peningkatan konsentrasi anak. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan yang signifikan

dari *pretest* ke *posttest*. Hal ini diperkuat dengan hasil uji hipotesis menggunakan uji *Paired sampel t-test*, yang menunjukkan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa *Brain Gym* berpengaruh terhadap peningkatan konsentrasi anak.

Selain itu, penelitian Nurul Khodijah dkk, menunjukkan bahwa penerapan *Brain Gym* memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan kemampuan anak. Anak menjadi lebih aktif, fokus dan antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. (Parapat, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2024) menunjukkan bahwa penerapan *Brain Gym* mampu meningkatkan konsentrasi anak usia dini di RA Rohmatika Pameumpeuk Kabupaten Bandung. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata konsentrasi anak dari 21% pada siklus I menjadi 35% pada siklus II. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *Brain Gym* dapat membantu meningkatkan kemampuan

konsentrasi anak selama proses belajar (Rahmadaynti et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Taufiqoh 2023) menemukan bahwa *Brain Gym* berpengaruh terhadap konsentrasi anak prasekolah. Hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($< 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan *Brain Gym* terhadap peningkatan konsentrasi anak.

Rusdiana (2025) dalam penelitian Pengaruh *Brain Gym* terhadap Konsentrasi Berhitung Anak Usia 5-6 Tahun menemukan bahwa rata-rata skor konsentrasi meningkat dari 54,72 menjadi 81,39 setelah diberikan *Brain Gym*. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kemampuan konsentrasi anak.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Astuti (2017) yang menyatakan bahwa *Brain Gym* bisa menstimulasi fungsi otak melalui Gerakan sederhana sehingga membantu meningkatkan

fokus dan kemampuan berpikir anak. Selain itu penelitian Balqisty dkk. Perhatian dan konsentrasi anak melalui aktivitas Gerak yang melibatkan koordinasi tubuh dan fungsi otak. Penelitian Ningsih (2018) juga menunjukkan bahwa *Brain Gym* berpengaruh terhadap peningkatan konsentrasi anak di Taman Kanak-kanak. Dengan demikian, *Brain Gym* dapat menjadi kegiatan stimulasi yang membantu meningkatkan fokus dan kesiapan belajar anak usia dini.

E. Kesimpulan

Sampel penelitian ini adalah seluruh anak kelas B1 sebanyak 19 anak, dipilih karena kemampuan mereka dalam berkonsentrasi masih tergolong rendah. Oleh karena itu, kelas B1 dijadikan fokus penelitian untuk melihat pengaruh *Brain Gym* untuk meningkatkan konsentrasi anak. Berdasarkan hasil pretest diperoleh total skor sebesar 512 dengan rata-rata 26,95, yang menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi anak masih berada pada kategori cukup dan mulai mampu. Dan

setelah diberikan treatment menggunakan *Brain Gym*, diperoleh hasil posttest dengan total skor 763 dan rata-rata 40,16. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan konsentrasi anak setelah diberikan perlakuan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penerapan *Brain Gym* mampu meningkatkan konsentrasi anak secara signifikan. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa seluruh anak mengalami peningkatan kemampuan setelah diberikan perlakuan, yang ditandai dengan peningkatan skor dari pretest dan posttes

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Wahab Syakrani, Fitria Hasuna, Hamidah, Hermida, & Khafifah Sawitri. (2022). Model, Tujuan Dan Sistem Pendidikan Di Negara Indonesia. *Adiba: Journal of Education*, 2(4), 528–538.
- Al Etivali, A. U., & Kurnia PS, A. M. B. (2019). Pendidikan Pada Anak Usia Dini. *Jurnal :Penelitian Medan Agama*, 10(2), 212–237.
- Andayani, S. (2021). Karakteristik perkembangan anak usia dini. *Jurnal An-Nur: Kajian Ilmu-Ilmu Pendidikan Dan Keislaman*, 7(02), 199–212.
- Arifudin, O., Hasbi, I., Setiawati, E., Ma'sumah, M., Supeningsih, S., Lestaringrum, A., Suyatno, A., Umiyati, U., Fitriana, F., & Puspita, Y. (2021). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*.
- Ashari, N., Ayu Lestari, T., Khaeriyah, U., Hukmi, R., Aprianti, W., Anjani, S., Fatimah, N., & kunci, K. (2022). *PEDAGOGI: Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini Meningkatkan Kognitif Anak Melalui Eksperimen Menanam Tomat Untuk Anak Kelompok B Di PAUD Melati Binaan SKB PAREPARE*. 167–176.
- Azizah, L. (2024). Meningkatkan Konsentrasi Anak Melalui Brain Gym di Kelompok B RA Rohmatika Pameumpeuk Kabupaten Bandung. *Journal of Islamic Early Childhood Education (JOIECE): PIAUD-Ku*, 3(1), 13–18.
- Cantika, H. A. K., Hertina, Y. N., & Pramana, C. (2022). Dampak Pembelajaran Online di Masa Pandemi COVID-19 terhadap Kesehatan Mental Siswa PAUD di Indonesia. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(2), 318–328.
- Fauziddin, M., & Mufarizuddin, M. (2018). Useful of Clap Hand Games for Optimize Cognitive Aspects in Early Childhood Education. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 162.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v>

- 2i2.76
- Fauziddin, M., & Ningrum, M. A. (2024). Symantic Literature Review: Manfaat Artificial Intelligence (AI) pada Pendidikan Anak Usia Dini di Indonesia. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(6), 1475–1488.
- Husain, I. T., Nggai, D. A., Tanti, S. M. P., & Lomuli, F. (2025). Analisis Faktor Penyebab Kurangnya Fokus pada Anak Usia Dini dan Strategi Penanganannya. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Anak Usia Dini*, 1(4), 30–36.
- Indriyani, M., Oktriawan, W., & Jannah, M. (2025). Meningkatkan Motorik Dan Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini Melalui Stimulasi *Brain Gym* Di TK Nurul Huda Al Bukhari Desa Cirangkong. *Devotion: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 4(1), 18–22.
- Khairiyah, U., Mariati, P., Nursalim, M., & Surabaya, U. N. (2023). *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*. 10, 119–126.
- Marwah, S. (2023). Peningkatan Kemampuan Konsentrasi Anak Melalui Metode Bercerita Dengan Menggunakan Boneka Tangan Di Raudhatul Athfal Taufiqurrahman Kota Jambi. *Mikraf: Jurnal Pendidikan*, 3(2), 55–69.
<https://doi.org/10.70338/mikraf.v3i2.128>
- Nafiah, N., Al Gifari, M. Y., & Oktaviani, Y. E. (2025). The Effectiveness of Brain Gym Exercise on Students Learning Concentration. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 6(1), 61–66.
- Nurdiana, R., & Awaliah, F. (2024). Pendampingan Metode Brain Gym Relaxation Dalam Meningkatkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Pasca Bencana. *Attamkiim: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 46–57.
<https://doi.org/10.62070/attamkiim.v1i1.68>
- Nurhafizah. (2012). *Peranan senam otak (brain gym) dalam pemusatan perhatian (atensi) anak usia dini pada kegiatan pembelajaran . Dalam Konferensi Internasional Pendidikan Anak Usia Dini ke-1* (Vol. 1, hlm. 179–187). FIP Universitas Negeri Padang.
- Nurhafizah. (2018). Pelatihan Pembuatan Media Pembelajaran Anak Usia Dini Menggunakan Bahan Sisa. *Anak Usia Dini: Jurnal Pendidikan*, 2(2), 1–10.
- Oktaria, R., Djelita, A. P., & Simorangkir, A. R. (2024). Penerapan Senam Otak (Brain Gym) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Usia Praskeolah (4-6 Tahun) Di Kb Iffat Kota Jambi. *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 10(1), 37–43.
<https://doi.org/10.52741/jiikes.v10i1.94>
- Parapat, A. (n.d.). *Improving Early Childhood Cognitive Abilities Through Brain Gymnastics Activities at ABA Kartini Kindergarten , Binjai Kota District*. 4723–4730.
- Rahmadaynti, A. M., Rahmadayanti, A. M., & Mulya, B. S. (2023). Analisis Pengaruh Brain Gym Terhadap Perkembangan Motorik Halus Pada Anak Umur 4-5 Tahun. 12(2).

- Renna, H. R. P. (2022). Konsep Pendidikan Menurut John Locke dan Relevansinya bagi Pendidikan Sekolah Dasar di Wilayah Pedalaman Papua. *Jurnal Papeda: Jurnal Publikasi Pendidikan Dasar*, 4(1), 7–16. <https://doi.org/10.36232/jurnalpendidikandasar.v4i1.1698>
- Retnaningsih, L. E., & Khairiyah, U. (2022). Kurikulum merdeka pada pendidikan anak usia dini. *SELING: Jurnal Program Studi PGRA*, 8(2), 143–158.
- Rohita, R., & Asnawiyah, D. (2023). Pelaksanaan Prinsip Pembelajaran di Masa Belajar dari Rumah: Studi Kasus pada Model Sentra. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 769–785.
- Salsabil, N. P. Z., Aini, N. N., Ningrum, P. Z. D., & Sari, R. K. (2025). Pengembangan Media Busy House Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Usia Dini. *DZURRIYAT: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 1–19.
- Sanga, L. D., & Wangdra, Y. (2023). *Jurnal 3 (1). Prosiding Seminar Nasional Ilmu Sosial & Teknologi, September*, 84–90.
- Santrock, J. W. (2020). *Educational Psychology*.
- Setyawan, dodiet aditya. (2021). *Tahta Media Group v.penelitian*.
- Somantri, U., Yulius, Y., & Iswandi, H. (2023). Brain Gym Sebagai Media Kampanye Sosial Bagi Perkembangan Anak Usia Dini Di Kota Palembang. *Besaung : Jurnal Seni Desain Dan Budaya*, 8(2), 182–192. <https://doi.org/10.36982/jsdb.v8i2.3256>
- Umayriah, S. N., Wulandari, D. A., & Wasiah. (2025). *Brain Gym dan Keterampilan Menggunting sebagai Stimulasi Perkembangan Motorik Halus pada Balita*, Jakarta Barat: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Wahyuni, N., & Fitriani, W. (2022). *Relevansi Teori Belajar Sosial Albert Bandura dan Metode Pendidikan Keluarga dalam Islam*. 11(2), 60–66. <https://doi.org/10.33506/jq.v11i2.2060>
- Yusuf, R. N., Siti, N., Aulia, T., Khoeri, A., Herdiyanti, G. S., & Nuraeni, E. D. (2023). *Urgensi pendidikan anak usia dini bagi tumbuh kembang anak*. 1(1), 37–44.
- Zulfania, S. (2021). Analisis Rumusan Visi, Misi, Dan Tujuan Pendidikan Anak Usia Dini di TK II Pertiwi. *WISDOM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 48–58. <https://doi.org/10.21154/wisdom.v2i1.2529>
- Zola, N. P., & Nurhafizah. (2021). *The Effect of Storytelling Method Using Big Book in Improving Children's Learning Concentration in Kindergarten*. *EduBasic. Journal: Jurnal Pendidikan Dasar*, 3 (2), 107-116