

## ABSTRAK

**Agustina Dian Ikawati.. Efektivitas Penggunaan Metode Relaksasi dalam Meningkatkan Daya Konsentrasi Anak Kelas 3 pada Siswa Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental. (Sebuah penelitian tindakan di SDN Tegalrejo II yang bekerjasama dengan LPMA “ Sinar Bocah” Yogyakarta). Program Studi Pendidikan Matematika, Jurusan Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, 2003.**

Penelitian ini untuk menyelidiki apakah efektivitas penggunaan Metode Relaksasi dapat meningkatkan daya konsentrasi anak kelas 3, siswa Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental dalam proses pembelajaran sempoa.

Metode Relaksasi adalah suatu cara untuk mencapai kondisi rileks kembali (tidak tegang) sehingga anak merasa nyaman belajar. Beberapa kegiatan yang dapat digolongkan sebagai bentuk-bentuk relaksasi adalah: mendongeng, *games*, bernyanyi, senam otak (*Brain Gym*), dan mendengarkan musik.

Jenis penelitian yang dipilih adalah penelitian tindakan eksperimental. Pada penelitian ini peneliti mengabaikan adanya variabel kontrol karena lebih menekankan dan memfokuskan pada perubahan-perubahan yang terjadi di kelas sampel.

Tujuan dari penelitian ini adalah mempraktekkan jenis-jenis relaksasi dalam proses pembelajaran sempoa, untuk mengetahui sejauhmana pengaruh Metode Relaksasi pada peningkatan daya konsentrasi anak pada saat belajar sempoa, untuk mengetahui sejauh mana Metode Relaksasi dapat membantu guru sempoa dalam mewujudkan suasana belajar sambil bermain selama proses pembelajaran sempoa, dan untuk mengetahui perubahan-perubahan pribadi siswa selama masa tindakan.

Tindakan yang dapat dilakukan selama mempraktekkan jenis-jenis relaksasi adalah: guru sempoa mengajak anak untuk belajar berkonsekuensi (sehabis bermain adalah belajar), harus memahami bahwa pribadi tiap anak adalah unik, guru memberi “*reward*” kepada anak, ekspresi harus selalu ceria sehingga suasana menjadi segar dan menyenangkan, mempertinggi daya empatiknya agar lebih menangkap suasana hati anak, kreatif untuk selalu memberi warna lain dalam proses belajar mengajar sempoa, bertindak sebagai fasilitator sehingga proses tidak didominasi oleh guru, selalu memancing komentar-komentar dan ide-ide dari anak dan kemudian ditawarkan kepada anak yang lain, membantu anak untuk membangun mental dan memahaminya sebagai proses yang bertahap, guru memberikan kesempatan untuk belajar secara “*trial and error*”.

Pengumpulan data diadakan dengan pengamatan dan diskusi bersama. Data yang dikumpulkan bersifat kualitatif dan dianalisis secara kualitatif deskriptif.

Hasil penelitian adalah: untuk jenis-jenis relaksasi I yang relevansinya besar dalam pembelajaran sempoa adalah Bernyanyi Little Indian, Bermain dan

## PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

Bernyanyi dalam Lingkaran, Permainan TIC TAC TOE, Menyusun Gambar Kuda, Bermain Puzzle, Permainan Ya dan Tidak, dan Senam Otak “Kaki ke Tangan”. Relevansinya cukup adalah senam otak “ Tombol Keseimbangan”, dan Duel ala Irlandia. Relevansinya kurang adalah Berperan sebagai Sempoa. Sedangkan bermaknanya jenis-jenis relaksasi I yang bermaknanya sangat besar adalah Bernyanyi Little Indian dan Permainan TIC TAC TOE. Bermaknanya besar adalah Berperan sebagai Sempoa. Bermaknanya cukup adalah Bermain dan Bernyanyi dalam Lingkaran, Menyusun Gambar Kuda, dan Bermain Puzzle. Bermaknanya kurang adalah Senam Otak “Tombol Keseimbangan”, Duel ala Irlandia, Permainan Ya dan Tidak, dan Senam Otak “Kaki ke Tangan”.

Untuk jenis-jenis relaksasi II, yang relevansinya besar adalah Teka-Teki, Senam Otak “8 Tidur”, Mengamati Benda, Mendongeng, dan Permainan Angka-Angka. Relevansinya cukup adalah Carilah 15 Nama Bunga, Mengurai Benang Kusut, Menggambar dengan Dua Tangan, dan Benda-Benda Ajaib. Sedangkan untuk bermaknanya jenis-jenis relaksasi II dalam pembelajaran sempoa yang bermaknanya besar adalah Permainan Angka-Angka, bermaknanya cukup adalah Teka-Teki, dan Senam Otak “8 Tidur”, dan bermaknanya kurang adalah Mengurai Benang Kusut, Carilah 15 Nama Bunga, Menggambar dengan Dua Tangan, Benda-Benda Ajaib, Mengamati Benda, dan Mendongeng.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Metode Relaksasi dapat membantu meningkatkan daya konsentrasi anak saat belajar siswa sempoa. Dalam analisis data didapat hasil bahwa indikator konsentrasi anak dialami perubahannya oleh sebagian besar anak (10 dari 12 siswa sempoa, berarti 83,3%). Aktivitas-aktivitas yang menggambarkan suasana belajar sambil bermain selama masa tindakan adalah: konsentrasi belajar anak meningkat, pada saat relaksasi anak berebut untuk menjadi pelaku, anak belajar untuk menyelesaikan masalah dengan caranya sendiri-sendiri, setelah relaksasi anak bersedia untuk belajar, walaupun sering diperingatkan anak memenuhi kesepakatan proses yang mereka tetapkan sendiri, pada saat materi sempoa keterampilan anak berhitung dengan menggunakan sempoa dan mental ada peningkatan.

Hasil penelitian yang terakhir adalah Metode Relaksasi yang diujicobakan peneliti beserta guru sempoa dapat menghasilkan perubahan-perubahan pribadi siswa sempoa yang menyangkut: kemampuan siswa mengerjakan tugas sampai selesai, kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan, motivasi dan semangat siswa selama pelajaran, kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran, konsentrasi siswa selama pelajaran, kemampuan siswa dalam memahami materi, keterampilan bertanya dan menyampaikan ide, keterampilan menggunakan sempoa dan keterampilan menggunakan mental. Perubahan-perubahan yang terjadi sebagian besar mengalami kemajuan.

ABSTRACT

*Agustina Dian Ikawati. Effectiveness of Relaxation Method Usage in Improving Child Energy Concentration at 3<sup>rd</sup> Student Class Abacus and Arithmetic Mental Courses. (An Action Research in SDN Tegalrejo II which work along with LPMA "Sinar Bocah" Yogyakarta). Program Study Education Of Mathematics, Majors Education of Mathematics and Science of Nature, Faculty of Teachership and Science Education, University of Sanata Dharma Yogyakarta, 2003.*

This research is to investigate the Effectiveness of Relaxation Method Usage can improved child energy concentration at 3<sup>rd</sup> Student Class Abacus and Arithmetic Mental Courses, in study of Abacus.

Relaxation Method is a way to return the rilex condition (unconvulsively) so that child feels balmy to learn. Some activity which can classified as forms of Relaxation are: mendongeng, gamet, singing, brain gymnastic (Brain Gym), and listen to the music.

The selected type of research is research of eksperimental action. This research, the researcher disregard the existence of variable control because more emphasizing and focussed to the changes that happened in class of sampel.

The target of this research is to practice the types of relaxation in course of study of Abacus, to know how far Relaxation Method influence can make-up child concentration energy at the learning Abacus, to know how far Relaxation Method can assist abacus teacher in realizing atmosphere learn at the same time play during process study of Abacus, and to know changes of student person during a period of action.

Action able to be conducted during practicing on Relaxation types are: Abacus teacher invite child to learn to have consequence (play at finished learning), have to comprehend that every child person is unique, teacher give "reward" to child, always have to fun expression so that atmosphere become pleasant and fresh, heightening its empathy energy more to catch child mood, creative to always give other colour in course of learning to teach abacus, acting as a fasilitator so that process do not predominate by teacher, always fish child ideas and comments and then shared to the other child, assisting child to build their bounce and comprehending it as a process which in phases, to give opportunity to learn by "trial and error".

Data collecting performed with discussion and perception. Collected data have the qualitative character and analysed by qualitative-descriptive.

Result of research is to the types of Relaxation I which its big relevance in study of Abacus are *Bernyanyi Little Indian, Bermain dan Bernyanyi dalam Lingkaran, Permainan TIC TAC TOE, Menyusun Gambar Kuda, Bermain Puzzle, Permainan Ya dan Tidak, and Senam Otak "Kaki ke Tangan"*. Enough for its relevantion are *Senam Otak " Tombol Keseimbangan"*, and *Duel ala Irlandia*. It

## PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

less on *Berperan sebagai Sempoa*. And the types of Relaxation I which have a big is to *Bernyanyi Little Indian* and *Permainan TIC TAC TOE*. Have a big meaning to *Berperan sebagai Sempoa*. Having an enough meaning is to *Bermain dan Bernyanyi dalam Lingkaran*, *Menyusun Gambar Kuda*, and *Bermain Puzzle*. Having a less of meaning is *Senam Otak "Tombol Keseimbangan"*, *Duel ala Irlandia*, *Permainan Ya dan Tidak*, and *Senam Otak "Kaki ke Tangan"*.

For the types of Relaxation II, which its big relevation is *Teka-Teki*, *Senam Otak "8 Tidur"*, *Mengamati Benda*, *Mendongeng*, and *Permainan Angka-Angka*. Which its enough is *Carilah 15 Nama Bunga*, *Mengurai Benang Kusut*, *Menggambar dengan Dua Tangan*, and *Benda-Benda Ajaib*. While to having a meaning of relaxation II types in study of Abacus whom have a big meaning is *Permainan Angka-Angka*, having a meaning of it enough is *Teka-Teki* and *Senam Otak "8 Tidur"*, and having a meaning of it less is to *Mengurai Benang Kusut*, *Carilah 15 Nama Bunga*, *Menggambar dengan Dua Tangan*, *Benda-Benda Ajaib*, *Mengamati Benda*, and *Mendongeng*.

Result of research indicate that Relaxation Method can assist to improve concentration energy of student to learn Abacus. In data analysis got by result of that natural child concentration indicator is change for most child (10 and 12 abacus student, meaning 83,3%). The Activity of depicting atmosphere learn at the same time play during a period of action is: child concentration to learn is mounted, at the time of relaxation the child are scrambling to become perpetrator, child learn to finish the problem by them selves, after a relaxation child have the kindness to learn, although often warned child fulfill agreement process which they specify by themselves, at the time skilled of abacus items there is an improvement by using abacus and bounce.

The last result of research is Relaxation Method which applied by researcher along with abacus teacher can yield changes of abacus student person which concerning of student ability to do duty till finish, willingness of student to do duty outside that obliged, motivation and spirit of student during lesson, student interaction and cooperation during lesson, student concentration during lesson, student ability in comprehending items, skilled enquire and submit idea, skilled use abacus and skilled use to bounce. Changes that happened most experiencing the progress.