

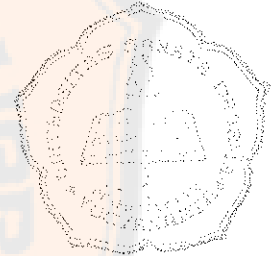
PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

**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 Bekerja Sama dengan
Lembaga Pendidikan Mental Aritmatika “Sinar Bocah” Yogyakarta)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Matematika



Disusun Oleh :

AGUSTINA DIAN IKAWATI

NIM : 951414012

NIRM : 950051120501120012

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN MATEMATIKA
JURUSAN PENDIDIKAN MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SANATA DHARMA
YOGYAKARTA**

2003

SKRIPSI

**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 Bekerja Sama dengan
Lembaga Pendidikan Mental Aritmatika "Sinar Bocah" Yogyakarta)

Oleh :

Agustina Dian Ikawati

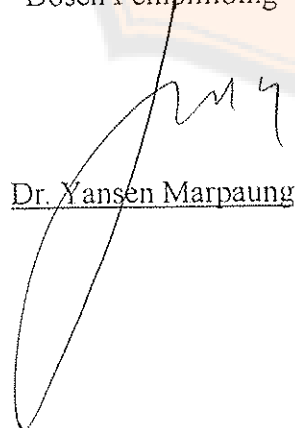
NIM : 951414012

NIRM: 950051120501120012

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing

Tanggal: 6 Maret 2003


Dr. Yansen Marpaung

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN METODE RELAKSASI
DALAM MENINGKATKAN DAYA KONSENTRASI ANAK KELAS 3
PADA SISWA KURSUS SEMPOA DAN ARITMATIKA MENTAL**



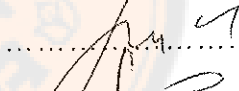


(Sebuah Penelitian Tindakan di SDN Tegalrejo II yang Bekerja Sama dengan
Lembaga Pendidikan Mental Aritmatika "Sinar Bocah" Yogyakarta)

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

Agustina Dian Ikawati
NIM : 951414012
NIRM: 950051120501120012

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji
pada tanggal 19 Maret 2003
dan dinyatakan memenuhi syarat.

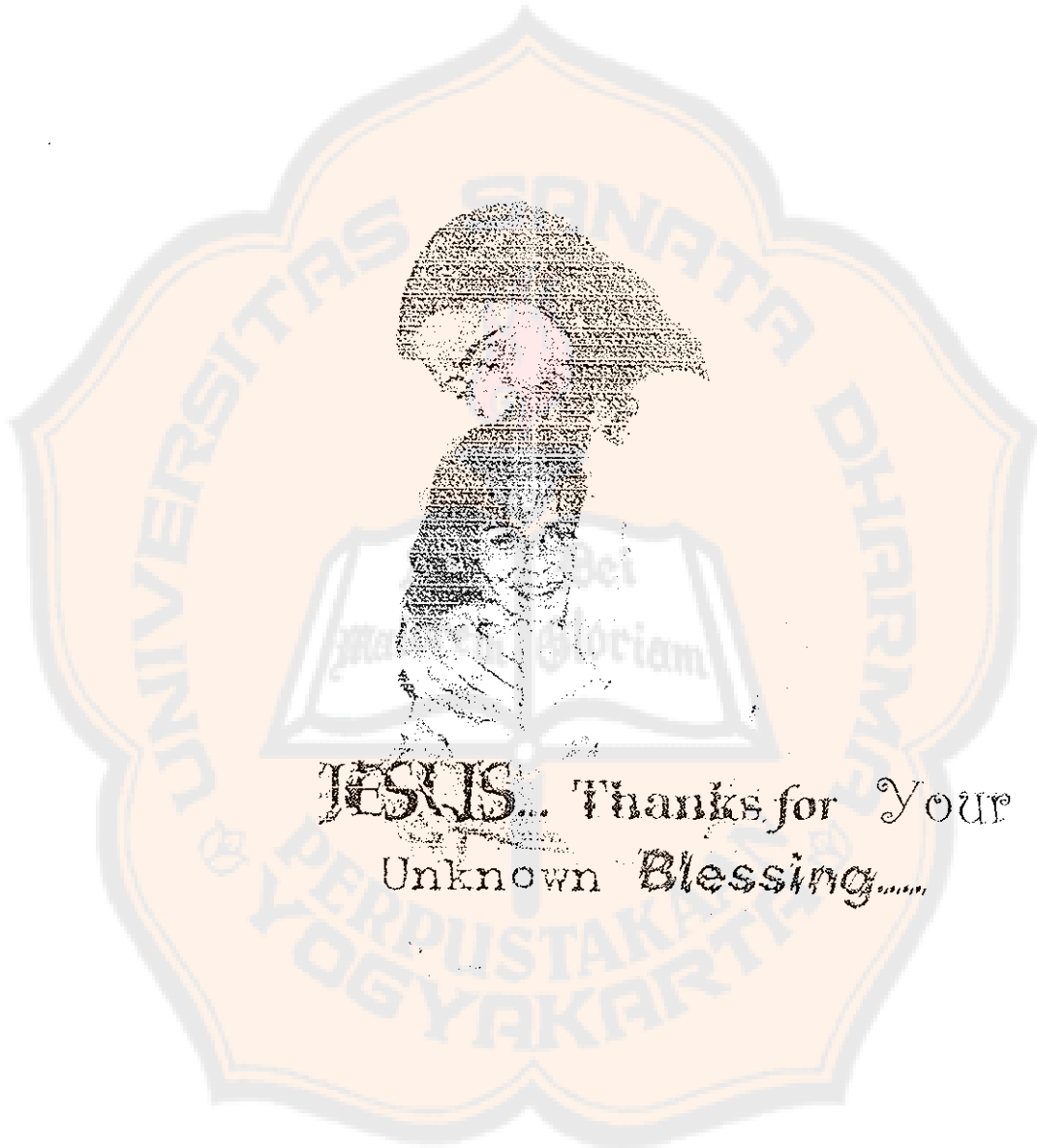
Susunan Panitia Penguji

	Nama lengkap	Tanda tangan
Ketua	: Drs. A. Atmadi, M.Si.	
Sekretaris	: Drs. Th. Sugiarto, M.T.	
Anggota	: Dr. Yansen Marpaung	
Anggota	: Dr. St. Suwarsono	
Anggota	: M. Andy Rudhito, S.Pd., M.Si.	

Yogyakarta, 19 Maret 2003
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sanata Dharma



Dr. A.M. Slamet Soewandi, M.Pd.



JESUS.. Thanks for Your
Unknown Blessing.....

Aku persembahkan dengan sepenuh **CUNTA**
kepada **SETIAP PROBAWI** yang sudah mewarnai hidupku

TUHAN YESUS DAN BUNDA MARGA

Bapak dan Ibu ku Tersayang

(Maaf atas keterlambatan ini)

Adik-adikku Tersayang:

Nini, Mia dan si kecil Kiko

Sahabat dan Saudara dalam perjalananku:

mNdang dan keluarga, Erick dan keluarga, dYanti dan keluarga, dKristin, Ima dan keluarga, mYus dan keluarga, Dewi dan keluarga, Simus dan keluarga, Nining, Hellen, Nani, Agnes, Gustin Er mHeri dan keluarga, Widi, Tri, mTono, mIntan dan keluarga, dTri, dYuli, Roberi, Wuri, Rahadian, dDina, Janti.

Terimakasih untuk si Keajaiban dunia

Sahabat tercinta:

*Made, mJito, Adi, Theo, dRia, dRia, dRi, dRik, dRia, Fitri, Yusi, Lenny, Penny, Mela, Diah, mRi, Erika,
Sasa dan keluarga*

Keluarga besar Pakdhe, Budhe, Om, Tiyang dan Simbah.

Harada Taulan


PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

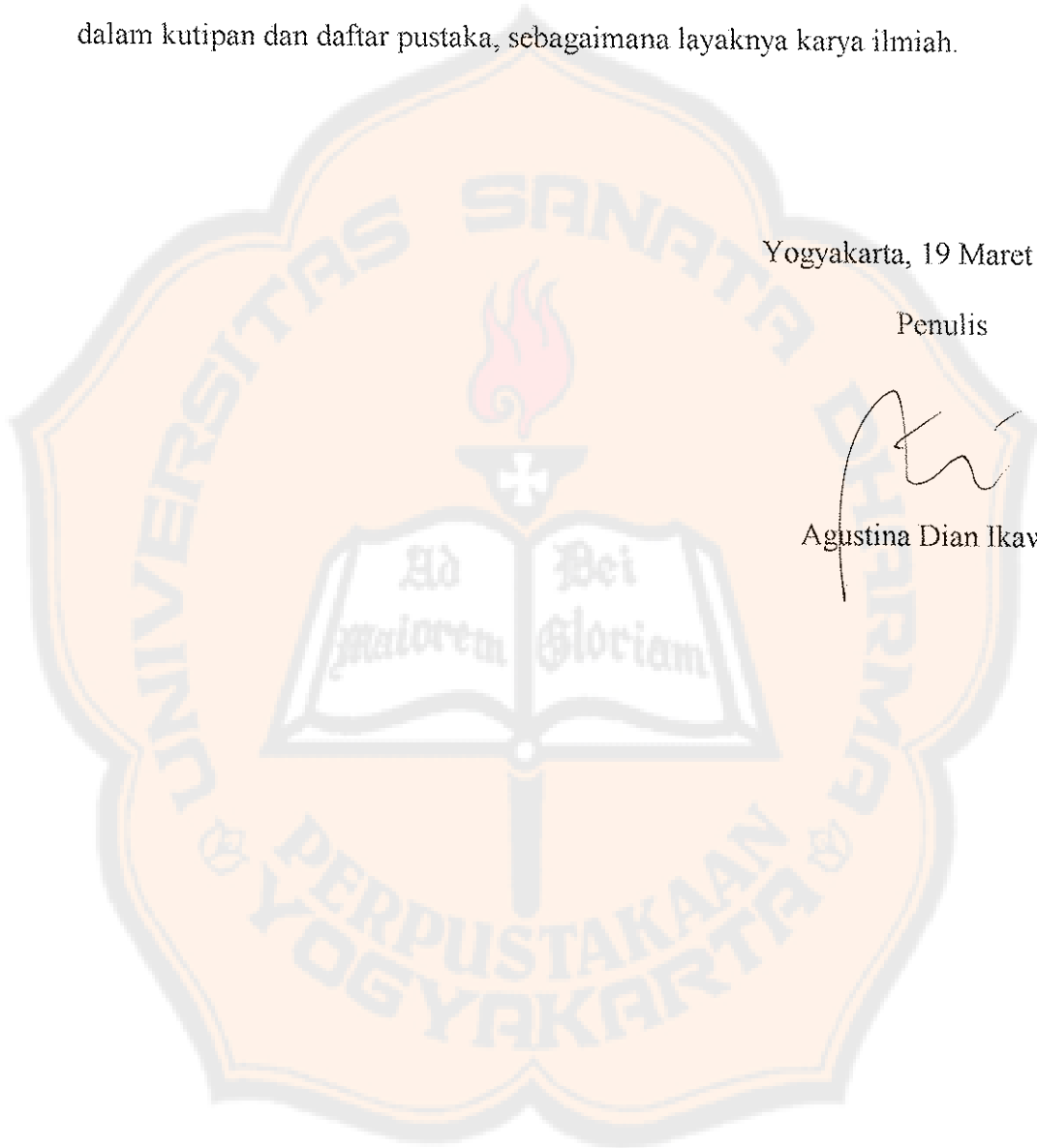
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini tidak memuat karya atau bagian karya orang lain, kecuali yang telah disebutkan dalam kutipan dan daftar pustaka, sebagaimana layaknya karya ilmiah.

Yogyakarta, 19 Maret 2003

Penulis


Agustina Dian Ikawati



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 3rd 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 3rd 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 relevation 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.

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

KATA PENGANTAR

Puji syukur dan terimakasih kepada Allah Bapa di Surga atas segala berkat, campur tangan, pertolongan, penghiburan dan cinta kasihNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Efektivitas Penggunaan Metode Relaksasi dalam Meningkatkan Daya Konsentrasi Anak Kelas 3 pada Siswa Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental”

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Matematika, Jurusan Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.

Skripsi ini tidak akan tersusun tanpa bimbingan dan bantuan baik moral maupun spiritual dari semua pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan sepuh hati penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Yansen Marpaung selaku dosen pembimbing yang telah membimbing penulis dengan segala kasih, perhatian, kesabaran dan kesungguhan hati selama penulisan skripsi ini.
2. Bapak Th. Sugiarto, M.T selaku Kaprodi yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Siti Baroroh selaku Kepala Sekolah SDN Tegalrejo II Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan, kerjasama dan dukungan untuk mengadakan penelitian.

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

4. Segenap guru dan karyawan SDN Tegalrejo II Yogyakarta atas penerimaan dan kerjasamanya.
5. Segenap staf pengajar dan karyawan LPMA “Sinar Bocah” Yogyakarta atas segala dukungan dan kerjasama selama penulis mengadakan penelitian.
6. Segenap dosen Jurusan Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam atas bantuan yang diberikan selama masa kuliah.
7. Bapak Drs. Susento, M.Si atas semangat dan dukungan yang diberikan pada penulis selama masa kuliah.
8. Sr Yuni FCJ atas doa, berkat dan dukungan yang selalu mengingatkan penulis akan Dia.
9. Bapak Sunardjo dan Bapak Sugeng selaku sekretariat JP.MIPA yang telah membantu dan melayani untuk kelancaran studi.
10. Staf perpustakaan Sanata Dharma atas bantuan dan penyediaan buku-buku referensi.
11. Bapak, Ibu dan adik-adikku : Ninit, Mia dan si kecil Kiko atas segala pemahaman, permakluman, dukungan, cinta, dan doanya.
12. Keluarga besar Bapak Suharto di Karanganyar atas doa dan dukungannya.
13. Keluarga besar Bapak Masiyo di Sedayu atas segala dukungannya.
14. Keluarga besar Ima di Kulon Progo atas segala dukungannya.
15. Keluarga besar Pakdhe, Budhe dan Simbah di Kulon Progo atas segala doa dan dukungannya.
16. Keluarga besar Mateus Hartono di Magelang atas dukungan.

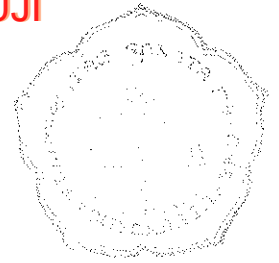
PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

17. Keluarga besar Mas Hery dan Gustin di Bantul.
18. Keluarga besar Bapak Tugiyo di Yogyakarta.
19. Kawan-kawan di LPMA “Sinar Bocah”: Mas Gemak, Mas Danar, Mbak Santi, Mbak Santi-Santi, Mbak Janti, Mas Nur atas kebersamaan dan kerjasamanya.
20. Mbak Endang, Erik, Dek Yanti, Ima dan keluarga , Mas Yus, Gustin, Mas Hery, Mas Jito, Adi, Merry, Widi, Made, Teo, Nani, Agnes, Dek Kristin, Dek Tri, Dek Yuli, Robert, Dek Ana, Dek Ria, Fitri, Dek Siti, Dek Anik, Yusi, Dek Nita, Wuri, Lenny, Janti, Dik Dina , Diah, Rahadian, Miki, Erika, Mbak Intan, Dek Ida, Susan, dan Mas Han atas kebersamaan kita yang indah selama ini.
21. Kawan-kawan seperjuangan di Sanggar Kinasih: Dewi, Simus, Nining, Hellen dan teman-teman kecilku atas permakluman dan dukungannya.
22. Kawan-kawan angkatan 95, kawan-kawan dari Blora dan siapapun yang telah mewarnai hidupku.
23. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, semua masukan akan penulis terima dengan senang hati. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, Maret 2003

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xxi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
B.1. Kondisi Siswa dalam Belajar dengan Menggunakan Sempoa	4
B.2. Karakteristik Guru dan Tampilan Guru.....	4
B.3. Karakteristik Kelas	6
C. Pembatasan dan Perumusan Masalah.....	7
D. Pembatasan Istilah	7
D.1 Efektivitas.....	7

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

D.2 Metode Relaksasi	8
D.3 Daya Konsentrasi Anak	9
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	10
BAB II. LANDASAN TEORITIS .	
A. Menelusuri Sistem kerja Otak	12
B. Sempoa	13
C. Sempoa sebagai Media untuk mengembalikan anak pada Dunia Bermain Sambil Belajar.....	17
D. Relaksasi Untuk Anak-Anak	21
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis penelitian	27
B. Beberapa Rekaman Proses Observasi yang Mendasari Perencanaan Tindakan Penelitian.....	29
C. Hasil Pengamatan Secara Umum Selama Obser vasi.....	35
D. Sampel	36
E. Prosedur Penelitian	38
E.1 Persiapan.....	38
E.2 Rencana Tindakan	38
E.3 Rencana pelaksanaan.....	40
E.4 Rencana Analisis Data.....	41
BAB IV. TINDAKAN, OBSERVASI DAN REFLEKSI	
A. Pengantar	42
B. Tindakan, Observasi dan Refleksi Pada Saat Metode Relaksasi.....	44

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

B.1 Pertemuan I.....	44
B.2 Pertemuan II.....	49
B.3 Pertemuan III.....	54
B.4 Pertemuan IV.....	56
B.5 Pertemuan V.....	60
B.6 Pertemuan VI.....	64
B.7 Pertemuan VII.....	69
B.8 Pertemuan VIII.....	73
B.9 Pertemuan IX.....	76
B.10 Pertemuan X.....	79
C. Observasi Pada saat Materi Pembelajaran Sempoa.....	81
C.1 Pertemuan I.....	83
C.1 Pertemuan II.....	84
C.1 Pertemuan III.....	85
C.1 Pertemuan IV.....	86
C.1 Pertemuan V.....	87
C.1 Pertemuan VI.....	88
C.1 Pertemuan VII.....	88
C.1 Pertemuan VIII.....	89
C.1 Pertemuan IX.....	90
C.1 Pertemuan X.....	91

BAB V. ANALISIS DATA DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Tentang Tempat penelitian.....	92
---	----

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

B. Pribadi Anak (siswa sempoa) Menurut Guru Kelas dan Guru Sempoa	
Masa Pra Tindakan.....	93
C. Analisis Fakta-Fakta atau Fenomena-Fenomena Menarik Selama	
Tindakan Dilakukan.....	100
C.1 Pertemuan I.....	100
C.1 Pertemuan II.....	103
C.1 Pertemuan III.....	105
C.1 Pertemuan IV.....	107
C.1 Pertemuan V.....	108
C.1 Pertemuan VI.....	109
C.1 Pertemuan VII.....	111
C.1 Pertemuan VIII.....	112
C.1 Pertemuan IX.....	113
C.1 Pertemuan X.....	113
D. Evaluasi Pelaku Tindakan terhadap Pribadi 12 Siswa Sempoa.....	114
E. Evaluasi terhadap Jenis-jenis Relaksasi yang Diujicobakan.....	119
E.1 Penilaian terhadap Jenis-jenis Relaksasi I.....	121
E.2 Penilaian terhadap Jenis-jenis Relaksasi II.....	123
E.3 Tingkat Keberhasilan Jenis-jenis Relaksasi I.....	125
E.4 Tingkat Keberhasilan Jenis-jenis Relaksasi II.....	128
F. Hasil-hasil Penelitian.....	130
BAB VI PEMBAHASAN, KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	
A. Pembahasan.....	136

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

B. Kesimpulan.....	142
C. Rekomendasi	150
Daftar Pustaka	152
Lampiran	154



DAFTAR TABEL

- Tabel 5.1 : Penilaian Guru Kelas terhadap 12 Siswa Sempoa
- Tabel 5.2 : Penilaian Guru Sempoa terhadap 12 Siswa Sempoa.
- Tabel 5.3 : Rekapitulasi Penilaian Guru Kelas dan Guru Sempoa terhadap 12 Siswa Sempoa.
- Tabel 5.4 : Pribadi Anak (12 Siswa Sempoa) Masa Pra Tindakan.
- Tabel 5.5 : Pribadi Anak (12 Siswa Sempoa) Masa Pasca Tindakan.
- Tabel 5.6 : Rekapitulasi Pribadi 12 Siswa Sempoa Masa Pra Tindakan dan Masa Pasca Tindakan.
- Tabel 5.7 : Penilaian Jenis-Jenis Relaksasi I
- Tabel 5.8 : Penilaian Jenis-Jenis Relaksasi II.
- Tabel 5.9 : Skor Untuk Jenis-Jenis Relaksasi I
- Tabel 5.10: Tingkat Keberhasilan Jenis-jenis Relaksasi I
- Tabel 5.11: Skor Untuk Jenis-Jenis Relaksasi II
- Tabel 5.12: Tingkat Keberhasilan Jenis-Jenis Relaksasi II
- Tabel 5.13: Relevansi Jenis-Jenis Relaksasi I dalam Pembelajaran Sempoa
- Tabel 5.14: Tingkat Bermaknanya Jenis-Jenis Relaksasi I dalam Pembelajaran Sempoa
- Tabel 5.15: Relevansi Jenis-Jenis Relaksasi II dalam Pembelajaran Sempoa
- Tabel 5.16: Tingkat Bermaknanya Jenis-Jenis Relaksasi II dalam Pembelajaran Sempoa

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

Tabel 6.1 : Perubahan pribadi 12 Siswa Sempoa pada Masa Pra Tindakan dan Masa Tindakan.

Tabel 6.2 : Persentase Perubahan Pribadi 12 Siswa Sempoa

Tabel 6.3 : Perbandingan Penilaian Guru Kelas dan Guru Sempoa.

Tabel 6.4 : Perbandingan Penilaian Guru Kelas dan Guru Sempoa pada 2 Indikator.



PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Skenario Metode Relaksasi
- Lampiran 2. Lembar Penilaian Guru Kelas terhadap 12 Siswa Sempoa.
- Lampiran 3. Lembar Penilaian Guru Sempoa terhadap 12 Siswa Sempoa
- Lampiran 4. Rekapitulasi Penilaian Guru Kelas dan Guru Sempoa terhadap 12 Siswa Sempoa.
- Lampiran 5. Lembar Observasi Untuk Pengamat (Guru Sempoa) pada Saat Metode Relaksasi.
- Lampiran 6. Lembar Observasi Untuk Pengamat (Peneliti) pada Saat Metode Relaksasi.
- Lampiran 7. Pribadi Anak (12 Siswa Sempoa) pada Masa Pra Tindakan.
- Lampiran 8. Pribadi Anak (12 Siswa Sempoa) pada Masa Pasca Tindakan
- Lampiran 9. Rekapitulasi Pribadi 12 Siswa Sempoa Masa Pra Tindakan dan Masa Pasca Tindakan.
- Lampiran 10. Penilaian Jenis-Jenis Relaksasi I.
- Lampiran 11. Penilaian Jenis-Jenis Relaksasi II.
- Lampiran 12. Skor dari Masing-Masing Jenis Relaksasi I
- Lampiran 13. Skor dari Masing-Masing Jenis Relaksasi II

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

- Lampiran 14. Tingkat Keberhasilan Jenis-Jenis Relaksasi I
- Lampiran 15. Tingkat Keberhasilan Jenis-Jenis Relaksasi II
- Lampiran 16. Soal-soal Ulangan pada Waktu Observasi di kelas
Sampel
- Lampiran 17. Soal-soal Tes Kecil pada Waktu Pertemuan III
- Lampiran 18. Soal-soal Tes Kecil pada Waktu Pertemuan V
- Lampiran 19. Soal-soal Tes Kecil pada Waktu Pertemuan VII
- Lampiran 20. Soal-soal Tes Kecil pada Waktu Pertemuan X



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) yang amat pesat dewasa ini, tuntutan terhadap dunia pendidikan juga semakin tinggi. Indonesia sebagai negara berkembang hidup dalam suasana yang sangat tergantung pada IPTEK, sehingga kesadaran akan proses pendidikan ilmu murni yang memberdayakan anak dalam menggunakan pengetahuan yang telah mereka dapatkan perlu diperhatikan sebaik-baiknya. Pendidikan ilmu murni, matematika misalnya, memiliki peranan yang sangat penting dalam pembentukan kepribadian dan perkembangan intelektual anak.

Tetapi anehnya, matematika dalam pandangan umum orang Indonesia sering dijadikan sebagai ukuran kecerdasan anak namun dalam kenyataannya malah ditakuti. Barangkali matematika memang pantas “dibenci” karena metode pengajaran yang digunakan tidak menyenangkan bagi siswa. Padahal minat anak terhadap matematika perlu digugah sejak dini, agar anak kelak tidak alergi (dikenal dengan istilah Numerofobia).

Banking Concept of Education atau pendidikan gaya bank yang dikritik oleh Paulo Freire sangat jelas menggambarkan sistem pendidikan yang ada dan berlaku selama ini, Freire mengungkapkan antagonisme pendidikan gaya bank itu sebagai berikut (Freire,1972:46)

- Guru mengajar murid belajar
- Guru tahu segalanya, murid tidak tahu apa-apa
- Guru berpikir, murid dipikirkan
- Guru bicara, murid mendengar
- Guru mengatur, murid diatur
- Guru memilih dan memaksakan pilihannya, murid menuruti
- Guru bertindak, murid membayangkan bagaimana bertindak sesuai dengan tindakan gurunya
- Guru memilih apa yang akan diajarkan, murid menyesuaikan diri
- Guru mengacaukan wewenang ilmu pengetahuan dengan wewenang profesionalismenya dan mempertentangkannya dengan kebebasan murid
- Guru adalah subyek proses belajar, murid obyeknya

Sebagai ilustrasi, suasana yang mewarnai pengajaran umumnya sekolah-sekolah (di Indonesia) adalah guru berada di depan kelas dan mengajarkan mata pelajaran tertentu. Siswa diharapkan tenang dan diam selama proses pengajaran berlangsung. Siswa yang dipaksa menerima suatu konsep akhirnya memandang bahwa belajar adalah sulit dan tidak menyenangkan. Tanpa disadari, hilanglah semangat, kegembiraan, dan kebebasan anak dalam belajar.

Setiap harinya anak dikondisikan agar selalu memberi respon terhadap berbagai kejadian yang terjadi dalam hidupnya. Sudah menjadi makanan sehari-hari bagi anak sekolah pelajaran yang sarat rumus, hitungan, dan hafalan. Sehingga, lama kelamaan dapat mengakibatkan tekanan mental atau dengan kata

lain muncul perasaan stres yaitu suatu perasaan ketika anak merasa tidak puas akan kemampuannya dan akhirnya kehilangan arah.

Keadaan ini tentu sangat memprihatinkan. Tidak mengherankan jika kursus matematika yang (mungkin) menawarkan pembelajaran dengan metode belajar sambil bermain menjamur di masyarakat, salah satunya adalah kursus sempoa. Sempoa merupakan salah satu media belajar alternatif yang akhir-akhir ini menjadi primadona. Hal ini terlihat dengan terus meningkatnya jumlah orang tua yang mengikutsertakan anaknya pada kursus-kursus sempoa. Menjamurnya kursus sempoa akhir-akhir ini menyebabkan muncul indikasi bahwa maraknya kursus-kursus tersebut cenderung hanya sekedar *trend* saja. Tidak sedikit orang tua yang hanya ikut-ikutan mengkursuskan anaknya. Padahal, belum tentu si anak menyukai kursus tersebut. Akibatnya, anak merasa dipaksa untuk belajar sempoa.

Seorang guru pernah mengeluh bahwa anak didiknya menjadi “kacau” dalam bermatematika justru setelah si anak mengikuti Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental. Pada saat guru memberikan soal-soal latihan biasanya anak (yang sudah pernah mengikuti kursus sempoa) cenderung langsung memberikan jawaban tanpa memperhatikan proses penghitungannya. Walaupun jawabannya cepat dan tepat, tetapi si anak sama sekali tidak memperhatikan prosesnya. Demikian juga dengan soal yang berbentuk soal-soal cerita. Walaupun anak sudah terampil berhitung, akan tetapi untuk mengerjakan soal-soal tersebut dia masih kesulitan.

Jika kejadian tersebut dibiarkan terus menerus, proses belajar sempoa akan bermuara pada akhir yang sama seperti proses yang terjadi selama ini yaitu berorientasi pada hasil (*product oriented*). Hal ini patut disayangkan karena Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental merupakan terobosan baru dalam dunia pendidikan khususnya matematika.

Oleh karena itu, sangatlah penting untuk “mengemas” Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental itu secara baik dan bertanggungjawab, khususnya terhadap pendidikan anak-anak. Untuk itu peneliti berniat mengujicobakan sebuah metode yaitu Metode Relaksasi bagi anak-anak yang mengikuti Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental.

B. Identifikasi Masalah

Berdasar hasil observasi yang peneliti lakukan selama kurang lebih satu bulan di beberapa sekolah dasar, yang menjalin kerjasama dengan sebuah lembaga Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental, peneliti menemukan beberapa masalah yang berhubungan dengan penggunaan Metode Relaksasi.

Permasalahan-permasalahannya adalah sebagai berikut:

B.1. Kondisi Siswa dalam Belajar dengan Menggunakan Sempoa

Proses belajar mengajar sempoa dilaksanakan diluar jam pelajaran sekolah dengan alokasi waktu kurang lebih 90 menit. Tidak seperti kursus-kursus yang lain, kursus ini dilaksanakan di sekolah-sekolah. Jadi, siswa tidak datang ketempat kursus, melainkan guru yang datang ke sekolah. Untuk kelas 1 sampai

dengan kelas 6 di kelas sempoa suasana belajar yang tercipta tidak jauh berbeda dengan suasana belajar pada umumnya. Ketika pelajaran akan dimulai siswa kurang bisa berkonsentrasi untuk mulai belajar sempoa. Pada saat pelajaran berlangsung siswa cenderung untuk bermain-main dan bercerita sendiri sehingga mereka tidak memperhatikan guru. Oleh karena itu, guru menjadi sibuk mengatur anak-anak. Dengan kondisi semacam itu tentu saja mengakibatkan banyak waktu terbuang percuma. Apalagi pelajaran sempoa ini dilaksanakan setelah jam sekolah yang tidak menutup kemungkinan bahwa siswa sudah lelah dan jenuh.

B. 2. Karakteristik Guru dan Tampilan Guru

Penggunaan Metode relaksasi ini secara teknis dipengaruhi oleh karakter guru di kelas. Sikap guru harus merupakan pribadi yang sesuai dan disukai oleh siswa, misalnya kejelasan dalam menerangkan dan memberikan tugas, variasi dalam penggunaan metode, tekanan pada penyelesaian suatu tugas belajar bersama, penyesuaian diri dengan keadaan kelas, komentar yang membangun dan lain sebagainya (Winkel,1984). Sikap guru yang disukai oleh siswa akan memberi motivasi kepada siswa untuk belajar sehingga hasil belajar siswa akan maksimal.

Sejauh pengamatan peneliti dan masukan dari beberapa guru, karakter guru sangat mempengaruhi suasana belajar mengajar yang tercipta. Sebagai contohnya guru A dengan karakter lembut ketika dia berada di kelas yang “adem” (tidak ramai) suasana kelas tetap terjaga ketenangannya, artinya tidak terlalu banyak gejolak yang terjadi. Demikian juga pada saat dia ditempatkan di

kelas yang ramai, suasana kelas tetap bisa terkontrol. Sebaliknya yang terjadi pada guru B dengan karakter keras. Ketika dia berada di kelas ramai, suasana kelas menjadi kurang terkontrol. Namun ketika dia berada di kelas yang tidak ramai, suasana kelas menjadi terkontrol. Ada juga guru yang berkarakter lembut ketika berada di kelas yang ramai dia akan kepayahan untuk mengatur anak-anaknya, sehingga diperlukan seorang asisten yang ikut membantu.

Dengan kondisi riil seperti itu, peneliti berpendapat bahwa karakter guru sangat mempengaruhi suasana yang tercipta di dalam kelas. Selain itu, penampilan guru juga faktor penting dalam proses penciptaan suasana belajar yang dinamis.

Di lembaga tempat penelitian dilakukan ada semacam keharusan bagi guru untuk kreatif mengisi selingan disela-sela pelajaran. Sebagai contohnya untuk mengantisipasi kejenuhan siswa diajak bermain, dan lomba kecepatan berhitung, bernyanyi sambil berhitung, mendongeng dan lain sebagainya. Penampilan guru yang kurang ekspresif dan kurang “menyentuh” anak akan berakibat anak tidak memperhatikan guru.

B.3. Karakteristik Kelas

Variabel karakteristik kelas sangat penting dalam menentukan efektivitas dari Metode Relaksasi. Sedangkan yang dimaksud dengan karakteristik kelas adalah suasana kelas yang tercipta selama proses belajar sempoa berlangsung.

Dalam pengamatan peneliti selama observasi, karakteristik kelas dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain:

- a. Performance guru (penampilan guru)

b. Karakteristik siswa

c. Kondisi awal siswa pada saat belajar sempoa

C. Pembatasan dan Perumusan Masalah

Berdasar latar belakang di atas peneliti membatasi permasalahan yang akan diteliti yaitu efektivitas penggunaan Metode Relaksasi di kelas 3, siswa Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental.

Adapun perumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Jenis-jenis relaksasi apa yang relevan dan bermakna dalam pembelajaran sempoa bagi anak kelas 3 siswa Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental ?
2. Dapatkah Metode Relaksasi membantu anak meningkatkan konsentrasi belajarnya?
3. Dapatkah Metode Relaksasi membantu guru sempoa dalam mewujudkan suasana belajar sambil bermain selama proses pembelajaran sempoa?
4. Dapatkah praktek-praktek Metode Relaksasi membawa perubahan pada pribadi siswa selama proses pembelajaran sempoa?

D. Pembatasan Istilah

Dalam penelitian tindakan ini, peneliti akan mengamati sejauh mana Metode Relaksasi berpengaruh dalam meningkatkan daya konsentrasi anak pada

saat belajar sempoa. Untuk itu, peneliti merasa perlu memberikan beberapa definisi yang berkaitan dengan penelitian ini.

D.1. Efektivitas

Efektivitas berasal dari kata *effect* yang berarti akibat, *effectiv* yang berarti berhasil dan *effectiveness* yang berarti keberhasilan. Menurut kamus besar Bahasa Indonesia efektif berarti dapat membawa hasil atau hasil guna. Dari beberapa pengertian tersebut efektivitas dapat diartikan sebagai akibat yang diharapkan.

Dalam penelitian tindakan ini, kondisi ideal adalah semakin tinggi efektivitasnya berarti semakin dekat pada sasaran hasilnya.

Berdasarkan siklus penelitian yang digunakan peneliti, hasil refleksi lebih didasarkan pada refleksi kualitatif yaitu refleksi yang berasal dari hasil pengamatan peneliti dan guru selama penelitian berlangsung.

D. 2. Metode Relaksasi

Dalam bukunya yang berjudul “Metodologi Pengajaran Nasional”, Winarno Surakhmad mengatakan metode adalah cara, yang fungsinya merupakan alat untuk mencapai suatu tujuan (1992:75).

Ada beberapa definisi relaksasi yang digunakan peneliti dalam penelitian ini. Menurut Kamus Elektronika, *relaxation* (pengendoran) diartikan sebagai kembalinya secara spontan suatu sistem menuju kondisi kesetimbangan. Sedangkan menurut kamus Bahasa Indonesia Kontemporer, relaks berarti tidak tegang atau dalam keadaan santai.

Dari uraian diatas, peneliti dapat merumuskan yang dimaksud dengan Metode Relaksasi adalah suatu cara untuk mencapai kondisi rileks kembali (tidak tegang).

Beberapa kegiatan yang dapat peneliti golongan sebagai bentuk-bentuk relaksasi adalah:

- mendongeng
- games (permainan)
- bernyanyi
- senam otak
- mendengarkan musik (terutama musik klasik)

Jadi, suatu kegiatan disebut (digolongkan) sebagai suatu bentuk relaksasi jika kegiatan itu dapat membantu anak-anak menjadi santai atau tidak tegang.

D. 3. Daya Konsentrasi Anak

Konsentrasi berasal dari kata *concentration* yang berarti pemusatan atau pemfokusan. Lebih lanjut lagi, daya konsentrasi anak berarti kemampuan anak untuk memusatkan pikiran atau memfokuskan pikiran pada sesuatu yang menjadi fokus perhatiannya.

Dalam bukunya yang berjudul "Psikologi Pengajaran", Winkel mengatakan konsentrasi ialah pemusatan tenaga dan energi psikis dalam menghadapi suatu obyek, dalam hal ini peristiwa proses belajar mengajar di kelas dan apa yang berkaitan dengan itu.

Hampir semua anak pernah mengalami kesulitan membangun konsentrasi belajar. Oleh karena itu, Metode Relaksasi diharapkan berguna untuk membangun daya konsentrasi anak dalam belajar sempoa.

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Mempraktekkan teknik-teknik relaksasi dalam proses pembelajaran sempoa khususnya bagi anak kelas 3, siswa Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental.
2. Untuk mengetahui sejauh mana pengaruh Metode Relaksasi pada peningkatan daya konsentrasi anak pada saat belajar sempoa.
3. Untuk mengetahui sejauh mana Metode Relaksasi dapat membantu guru sempoa dalam mewujudkan suasana belajar sambil bermain selama proses pembelajaran sempoa.
4. Untuk mengetahui perubahan pribadi siswa selama masa tindakan (mulai dari pra tindakan sampai pasca tindakan)

Manfaat penelitian ini adalah :

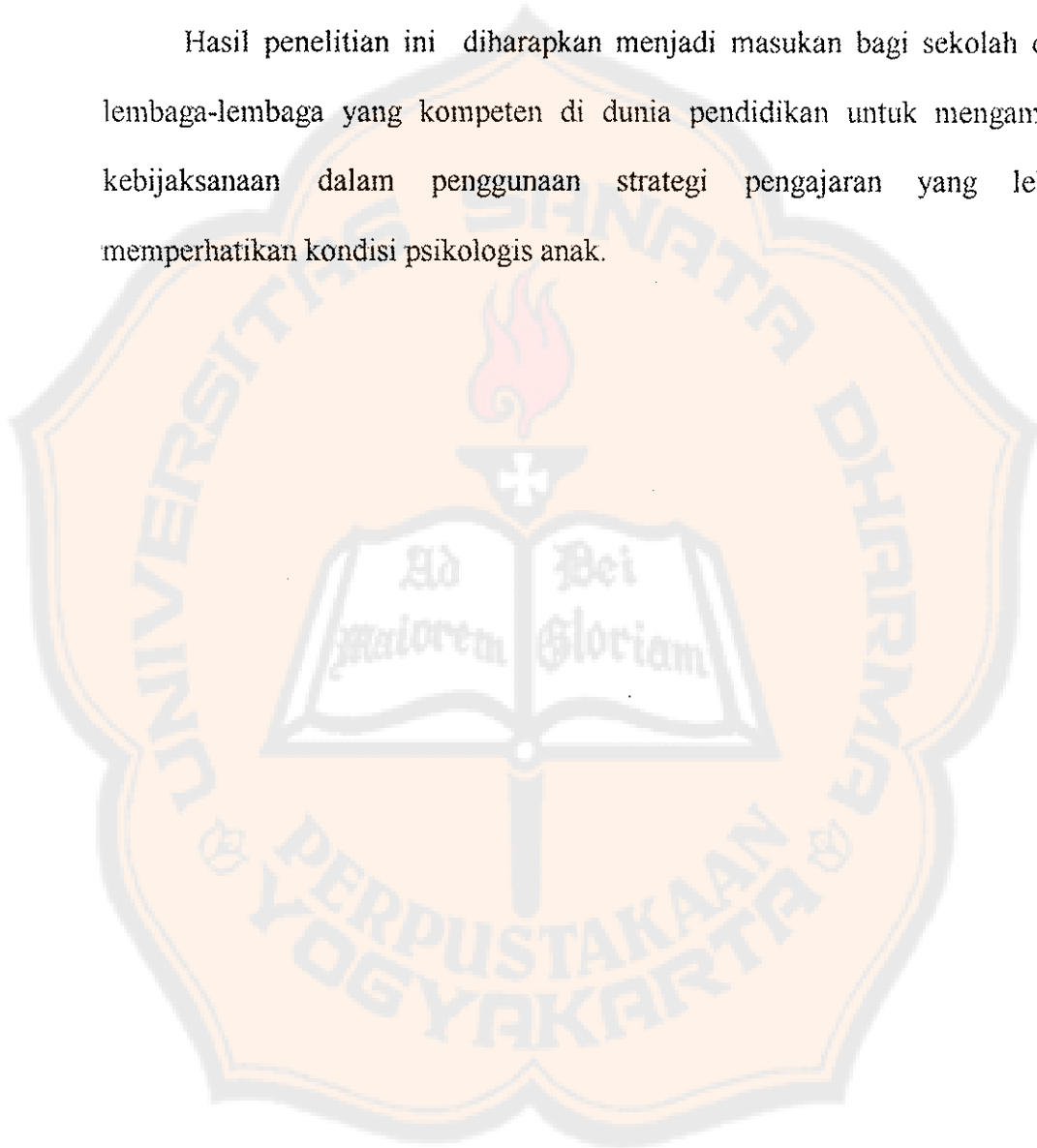
1. Untuk rekan-rekan yang berkecimpung di dunia pendidikan pada umumnya dan guru pada khususnya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan bahan pertimbangan bagi rekan rekan dalam proses belajar mengajar di tempat

berkarya masing-masing, terutama untuk mengenali dan mengetahui kondisi psikologis anak di kelas.

2. Bagi sekolah dan lembaga-lembaga yang kompeten di dunia pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi sekolah dan lembaga-lembaga yang kompeten di dunia pendidikan untuk mengambil kebijaksanaan dalam penggunaan strategi pengajaran yang lebih memperhatikan kondisi psikologis anak.



BAB II
LANDASAN TEORITIS

A . Menelusuri Sistem Kerja Otak

Otak adalah organ manusia yang terdiri dari sekumpulan jaringan syaraf yang terlindung di dalam tengkorak. Organ ini mempunyai berat 1400 gram dan bervolume sekitar 230 cm³. Organ ini berfungsi sebagai pusat pengendali berbagai aktifitas fisik maupun mental. Oleh karena itu, otak dapat memegang peranan yang sangat penting bagi kehidupan manusia.

Jaringan syaraf dalam otak tersusun dari bermilyar-milyar sel syaraf (neuron). Jaringan syaraf ini terbagi menjadi dua yaitu otak besar (cerebrum) dan otak kecil (cereblum). Otak besar manusia terbagi atas dua bagian yaitu otak kiri (Hemisphere Sinistra) dan otak kanan (Hemisphere Dextra). Menurut Sperry, komunikasi antara kedua belahan otak ini diatur oleh simpul syaraf yang disebut Corpus Collosum (Anggani Sudono, 2000)

Dalam kegiatannya, otak kiri mengendalikan tubuh bagian kanan sedangkan otak sebelah kanan mempunyai fungsi sebaliknya yaitu mengendalikan tubuh sebelah kiri. Perbedaan fungsi kedua belahan itu adalah otak kiri berhubungan dengan hal-hal yang bersifat logis, tertib, dan analitis, sedangkan otak kanan berhubungan dengan hal-hal yang bersifat intuitif,

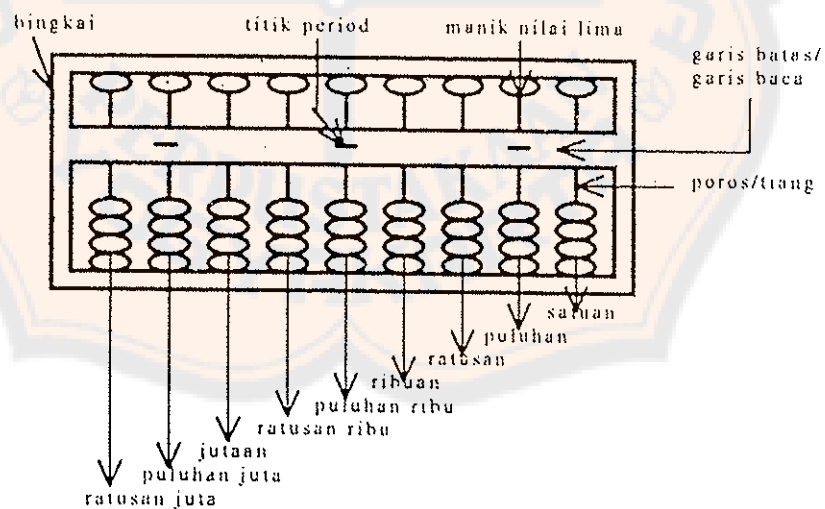
bahwa hanya dengan mengistirahatkan otak kiri dan mempekerjakan otak kananlah maka manusia akan memasuki “panggung imajinasinya”.

B. SEMPOA

Semproa telah dikenal oleh bangsa Cina kurang lebih sejak 2000 tahun yang lalu. Pada pertengahan dinasti Ming, cara berhitung dengan semproa telah populer di Korea, Jepang dan Thailand yang akhirnya kemudian merambah ke negara-negara Asia Tenggara termasuk Indonesia (Bernas, 27 Juni 1999)

Pendidikan semproa merupakan suatu sistem pendidikan yang menggunakan konsep-konsep hitungan aritmatika yaitu penjumlahan, pengurangan, perkalian dan pembagian.

Bagian-bagian dari Semproa



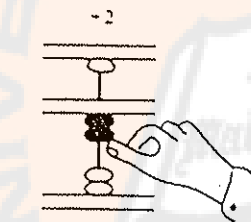
Keterangan:

1. Bingkai : kerangka
2. Poros/ tiang : tempat bergesernya manik-manik
3. Manik-manik : setiap tiang/ poros terdiri atas 5 buah manik yang terbagi menjadi 2 bagian, yaitu manik bernilai 1 ada 4 buah di bawah garis baca dan satu manik bernilai 5 di atas garis baca.
4. Garis baca : garis baca menentukan manik-manik mana yang di baca.
5. Titik periode : berfungsi untuk menandai tempat perhitungan dan menandai bilangan puluhan ribu.

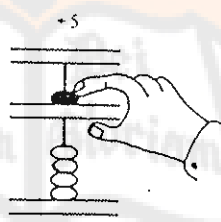
Aturan Pemakaian Jari

1. Metode Penjumlahan

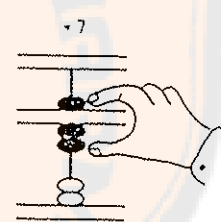
- | | |
|--------------------|-------------------------------|
| +1 = ibu jari | +6 = jari telunjuk + ibu jari |
| +2 = ibu jari | +7 = jari telunjuk + ibu jari |
| +3 = ibu jari | +8 = jari telunjuk + ibu jari |
| +4 = ibu jari | +9 = jari telunjuk + ibu jari |
| +5 = jari telunjuk | |



Dengan ibu jari naikkan 2 manik bernilai satu



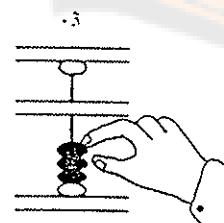
Dengan jari telunjuk turunkan 1 manik bernilai lima



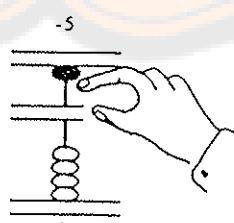
Dengan ibu jari dan jari telunjuk jepit manik bersama-sama

2. Metode Pengurangan

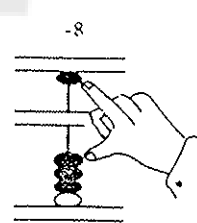
- | | |
|--------------------|-------------------------------|
| -1 = jari telunjuk | -6 = jari telunjuk + ibu jari |
| -2 = jari telunjuk | -7 = jari telunjuk + ibu jari |
| -3 = jari telunjuk | -8 = jari telunjuk + ibu jari |
| -4 = jari telunjuk | -9 = jari telunjuk + ibu jari |
| -5 = jari telunjuk | |



Dorong turun 3 manik bernilai satu menggunakan jari telunjuk



Naikkan manik bernilai lima menggunakan jari telunjuk



Dengan menggunakan ibu jari dan jari telunjuk disentilkan bersama-sama

Pada tahap awal anak menggunakan alat hitung tersebut untuk melatih kecepatan motorik tangan. Pada proses selanjutnya anak diajak memasuki “panggung imajinasinya” (meminjam istilah Maltz). Alat bantu sempoa juga membantu anak belajar untuk berimajinasi bukan pada sesuatu yang abstrak tetapi lebih pada hal-hal yang konkrit, seperti manik-manik sempoa. Selain keterampilan tangan, anak dilatih imajinasinya untuk memainkan manik-manik sempoa dalam pikiran mereka. Ketika terjadi proses membayangkan itu berarti anak telah memasuki “panggung imajinasinya” dengan jalan mengkaryakan otak kanannya.

Menurut pandangan Seto Mulyadi, teknik-teknik sempoa itu memang cocok untuk pengembangan mental anak yang merupakan potensi kemampuan otak kanan (Familia, April 2001). Dengan demikian, jika anak terlatih mengembangkan mental maka kelak ia akan terhindar dari *numerofobia*.

Dalam buku “Perkembangan Anak” dituliskan bahwa imajinasi kreatif berkembang lebih cepat di masa kanak-kanak dan mencapai puncaknya di masa remaja (Hurlock, 1978).

Mengikuti pandangan seorang pakar psikologi perkembangan nalar anak, Jean Piaget, perkembangan intelegensi manusia dibagi dalam tahap-tahap sebagai berikut :

1. Tahap sensori motorik : anak berumur kurang lebih 0-1,5 tahun.
2. Tahap pra-operasional : anak berumur kurang lebih 1,5-6 atau 7 tahun.

3. Tahap operasional konkrit : anak berumur kurang lebih 7-11 atau 12 tahun.

4. Tahap operasi formal : anak berumur lebih dari 12 tahun

Sesuai dengan tahap-tahap perkembangan intelegensi manusia, usia ideal anak untuk belajar sempoa adalah 6-12 tahun. Pada usia tersebut anak berada pada tahap operasional konkrit, artinya mereka bisa berpikir logis tetapi terikat pada hal-hal yang konkrit. Keadaan tersebut terlihat saat anak belajar untuk memakai mental (istilah anak ketika tidak menggunakan sempoa). Pada saat itu masih ada anak yang mencuri-curi untuk menggunakan sempoa atau minimal mereka melihat sempoa (menggerakkan sempoa dengan mata).

Sebuah penelitian medis di Jepang menyimpulkan bahwa otak bagian kanan pada anak lebih aktif dan fungsional setelah melalui program pelatihan sempoa. Dari hasil penelitian itu, ditemukan ada dua tipe pergerakan saraf dalam otak kita yang disebut dengan gelombang alpha dan gelombang beta. Gelombang alpha dipenuhi dengan rangsangan panca indera dan gelombang beta dipenuhi tanda-tanda dari aktivitas mental dan peringatan ketika otak sedang bekerja. Penelitian dilakukan secara intensif dan diambil sampel sebanyak 35 anak yang semuanya telah selesai mempelajari program pelatihan sempoa. Hasil penemuannya adalah anak-anak tersebut ternyata memiliki lebih banyak pergerakan gelombang beta. Sehingga didapat kesimpulan bahwa dengan menggunakan sempoa kemampuan anak-anak dalam berhitung dan berintuisi akan berkembang lebih cepat (Bernas, 27 Juni 1999).

C. Sempoa Sebagai Media Untuk Mengembalikan Anak Pada Dunia Belajar Sambil Bermain

Salah satu butir rekomendasi pokok-pokok pendidikan dari Seminar Nasional “Quo Vadis Pendidikan di Indonesia” yang diselenggarakan di Hotel Santika, 21-23 Agustus 2000 menyatakan bahwa :

“ Pendidikan dasar (TK-SD) haruslah menjadi prioritas utama pendidikan kita. Bahkan pendidikan dasar harus menjadi isu politik yang strategis dibanding jenjang pendidikan yang lain. Sejak pendidikan dasar anak-anak harus diberi kesempatan untuk menjadi dirinya sendiri (unik) dan menghargai keunikan dan percaya kepada sesamanya ; sekaligus mengembangkan solidaritas dan empati dalam menggunakan kepercayaan orang lain. Disini anak sudah dilatih menerima pluralisme dan belajar mengelola konflik. Anak harus belajar berkeadilan sepagi mungkin. Karena itu, anak juga harus mengalami sadar dan peka gender sejak pendidikan dasar. Secara personal, anak haruslah diberi kesempatan yang cukup untuk berimajinasi, bermain, berkreasi, sesuai tuntutan dunianya dan menjadi pembelajar terus-menerus”.

(disampaikan oleh P. Riana Prapdi, dalam Sarasehan Pendidikan di Kanisius 2001). Pernyataan tersebut semakin menegaskan bahwa kurikulum pendidikan di sekolah (SD) sekarang ini dinilai sudah menyimpang dari kriteria. Pelajar Sekolah Dasar terlalu dijejali dengan kurikulum yang sifatnya sangat ketat dan di luar konsep.)

Menurut Suyanto, mata pelajaran yang diberikan di sekolah dasar sekarang ini bergerak ini di daerah kognitif saja, bukan bersosialisasi pada kemampuan anak. Padahal filosofi pendidikan sekolah dasar siswa bukan objek tetapi subjek, artinya mereka belajar dengan bermain untuk menemukan konsep itu. Bukan sebaliknya, konsep yang *dicekoki* kepada mereka (Suara Pembaharuan, 1 Februari 2001). Ketika anak masuk ke sekolah dasar pada umumnya mulailah mereka mengalami kesulitan belajar. Realitas yang terjadi di kelas, guru mengharapkan siswa untuk diam selama 1 jam atau lebih dan guru berdiri sambil mengajarkan subjek tertentu. Dengan keadaan seperti itu anak akan kehilangan suasana belajar dalam permainan. Padahal bila anak merasakan kegembiraan dalam belajar maka dengan sendirinya akan muncul dorongan untuk belajar aktif.

Keadaan ini juga disoroti oleh Marpaung sebagai berikut:

Siswa-siswa sekolah dasar belum menyadari tujuan dia sekolah. Dia pergi sekolah karena orangtuanya menyuruh dia sekolah. Dia sebenarnya masih lebih senang bermain-main daripada harus duduk mendengarkan dan belajar. (lihat laporan hasil penelitian, Marpaung 1999).

Belajar sambil bermain seharusnya diterapkan bagi pelajar Sekolah Dasar karena cara belajar ini lebih efektif mengingat pada usia tersebut anak masih suka bermain.

Pada hakekatnya dunia anak adalah dunia bermain. Dunia yang identik dengan kebebasan dan kreativitas anak. Misalnya ketika ia bermain *pasar-pasaran* sebuah permainan asosiasi hasil pengalaman melihat pasar ketika

diajak ibunya berbelanja. Mereka berimajinasi seolah-olah mereka adalah penjual dan pembeli. Uang-uangan yang mereka buat dari kertas seolah-olah adalah uang sah. Ada transaksi jual-beli serta dialog tawar-menawar seperti sebuah pasar sesungguhnya. Lewat imajinasi seperti itu anak berusaha melakukan suatu konstruksi atas realitas yang mereka alami merupakan sebuah pekerjaan kreatif. Dalam permainan tadi anak mengolah suatu proses belajar (Nasir, dalam buku "Membela Anak Dengan Teater", 2001).

Secara umum, bermain sering dikaitkan dengan kegiatan anak-anak yang dilakukan dengan spontan dan dalam suasana gembira. Dalam hal ini Garney (1991) mengemukakan adanya lima pengertian yang berkaitan dengan bermain yaitu:

- a. Bermain adalah sesuatu yang menyenangkan dan memiliki nilai positif bagi anak.
- b. Bermain tidak memiliki tujuan ekstrinsik tetapi motivasinya lebih bersifat intrinsik.
- c. Bermain bersifat spontan dan sukarela, tidak ada unsur keterpaksaan dan bebas dipilih oleh anak.
- d. Bermain melibatkan peran aktif keikutsertaan anak.
- e. Bermain memiliki hubungan sistematis yang khusus dengan sesuatu yang bukan bermain, seperti misalnya: kemampuan kreativitas, kemampuan memecahkan masalah, belajar bahasa atau perlambangan sosial dan sebagainya.

Pengertian ini menggambarkan bahwa apabila kegiatan bermain menyenangkan maka anak akan terus melakukannya, namun bila sudah tidak menyenangkan maka anak akan menghentikan permainan tersebut.

Mengoptimalkan potensi otak anak tanpa mempersempit ruang bermainnya inilah yang ditawarkan oleh beberapa lembaga pendidikan alternatif seperti kursus-kursus sempoa. Pelajaran matematika yang hingga kini dirasakan menjadi momok tidak hanya untuk siswa pendidikan dasar tetapi juga untuk siswa perguruan tinggi sesungguhnya dapat dibuat lebih menyenangkan dan disukai.

Seorang tokoh pemerhati anak, Ibu Kasur, berpendapat sebagai berikut:

Mengingat perkembangan zaman di mana kita harus menyiapkan anak memasuki era globalisasi, memang perlu mengenalkan mereka kepada angka dan huruf namun cara yang dilakukan tetap dengan bermain dan bergembira.(KOMPAS, 25 September 1997).

Menurut Beliau kebutuhan bermain anak pada saat ini belum terpenuhi secara wajar.

Dari beberapa artikel serta didukung oleh pengamatan peneliti selama observasi, anak-anak siswa kursus sempoa merasa bahwa dengan matematika yang ada hanya “fun” dan suasana ceria. Apalagi dalam proses belajar mereka diselingi dongeng, permainan dan bernyanyi. Atau dengan kata lain, kondisi idealnya adalah matematika dapat dijadikan sebagai teman bermain, pengisi waktu luang atau alat rekreasi anak.

Peneliti juga sempat mengamati lomba sempoa se-DIY dan Jateng yang diadakan di gedung Among Raga pada tanggal 12 November 2001 lalu. Sejauh pengamatan peneliti antusiasme anak-anak cukup tinggi. Mereka berlomba dengan penuh keceriaan serta dukungan dari orang tua juga cukup baik. Peran serta dan dukungan dari orang tua juga cukup baik.

D. Relaksasi Untuk Anak-Anak

Salah satu faktor intern yang mempengaruhi hasil belajar siswa adalah faktor kelelahan (Slameto,1988). Kelelahan dapat dibedakan menjadi dua yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani. Kelelahan jasmani terlihat dengan lemasnya tubuh dan kecenderungan untuk tidur. Kelelahan jasmani dapat disebabkan karena peredaran darah yang tidak atau kuraang lama pada bagian tubuh-tubuh tertentu. Sedangkan kelelahan rohani tampak dari adanya kebosanan dan kejenuhan sehingga minat atau dorongan untuk belajar menjadi hilang. Kelelahan fisik terasa pada bagian kepala dengan gejala pusing, sulit berkonsentrasi, dan otak terasa kehabisan daya untuk bekerja. Kelelahan rohani terjadi karena terlalu sering memikirkan hal-hal atau masalah-masalah berat tanpa variasi dan mengerjakan sesuatu karena terpaksa.

Dari uraian di atas, menjadi jelas bahwa kelelahan jasmani dan kelelahan rohani berpengaruh pada hasil belajar siswa sehingga perlu diusahakan kondisi yang bebas dari kelelahan. Salah satu usaha itu adalah dengan menggunakan Metode Relaksasi.

Dalam bukunya “Psikosibernetika 2000”, Maltz menyatakan bahwa relaksasi adalah kunci untuk mengaktifkan imajinasi kreatif manusia. Imajinasi kreatif itu mengacu pada kemampuan untuk menciptakan bayangan tertentu dalam pikiran manusia. Sehubungan dengan sempoa, metode relaksasi untuk anak-anak ini ditujukan untuk membantu anak mengaktifkan imajinasi kreatif mereka dalam menciptakan bayangan sempoa dalam pikirannya.

Salah satu cara agar anak-anak menjadi relaks adalah dengan mendengarkan musik. Musik dapat membawa suasana santai bagi anak dan berfungsi sebagai latar belakang kelas untuk meredam bunyi-bunyian atau riuhnya lalu lintas. Penggunaan musik untuk mempercepat belajar dikembangkan oleh psikolog Bulgaria, Georgio Losanov, terutama yang berhubungan dengan sugesti, khayalan, dan relaksasi. Dalam penelitian di Bulgarian Academy of Scientist, ia menemukan bahwa musik barok yang lambat dapat membantu para murid ke dalam suasana santai dan rileks (Don Campbell, 1999)

Menurut Teori Koneksionisme dari Thorndike, proses belajar yang berlangsung secara *trial and error* berdasar pada hukum-hukum tertentu yaitu hukum kesiapan, hukum latihan dan hukum efek. Tanpa maksud mengabaikan kedua hukum yang lain, peneliti hanya memfokuskan pada satu hukum yaitu hukum kesiapan karena hukum ini berhubungan erat dengan Metode Relaksasi.

Dari definisi Metode Relaksasi diatas yaitu suatu cara agar anak rileks kembali atau tidak tegang yang bertujuan agar anak siap untuk belajar atau

lebih berkonsentrasi dalam belajar maka, hukum kesiapan mengandung makna bahwa kegiatan belajar dapat berlangsung secara efektif dan efisien apabila anak telah memiliki kesiapan belajar.

Pada waktu anak benar-benar santai dan rileks justru itu saat yang tepat untuk memacu daya serap belajar. Demikian juga ketika anak belajar sempoa, keadaan itu akan sangat membantu mereka dalam menciptakan bayangan manik-manik sempoa.

Menurut teori Thorndike (Sumadi Suryabrata, 1998) hukum kesiapan mencakup tiga keadaan, yaitu :

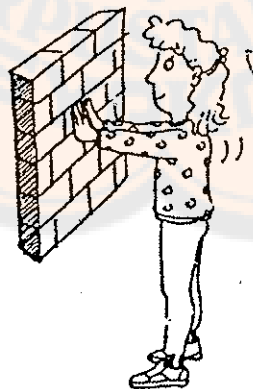
- a. Seseorang cenderung untuk melakukan tindakan karena tindakan tersebut dapat menimbulkan kepuasan, oleh karena itu ia tidak melakukan tindakan yang lain. Tindakan ini dilakukan dengan sepenuh hati.
- b. Seseorang yang tidak jadi melakukan suatu tindakan yang diinginkan cenderung melakukan tindakan lain untuk mengurangi atau menetralisasi kekecewaannya atau ketidakpuasannya. Tindakan dilakukan tidak dengan sepenuh hati.
- c. Seseorang yang cenderung untuk tidak melakukan sesuatu kegiatan tetapi karena ia dipaksa untuk melakukannya maka timbul ketidakpuasan dalam dirinya sendiri sehingga ia melakukan tindakan lain untuk mengurangi atau menetralisasi ketidakpuasannya. Dengan kata lain ia telah siap melakukan suatu tindakan namun tidak diberi kesempatan atau dihalangi.

Unsur penting dalam relaksasi adalah visualisasi atau penggambaran. Rickard (1994) dalam salah satu metode relaksasinya juga memperkenalkan konsep mempergunakan otak untuk menciptakan gambar di dalam pikiran. Berikut kutipan teknis latihan untuk menghilangkan ketegangan urat. Latihan itu mereka sebut mengulur tembok batu bata dimana anak diajak untuk membayangkan mereka sedang berusaha mendorong tembok batu bata yang besar.

Mengulur ke Depan

Berdiri dengan tangan diangkat setinggi bahu, telapak tangan menghadap ke atas, jari tangan lurus. Sekarang bayangkan ada batu bata merah besar di depan kalian. Benar-benar lihat tembok tersebut dalam pikiran kalian. Sekarang, ulurkan tangan dan dorong tembok... dorong...dorong...dorong...tembok. Sekarang rileks, jatuhkan tangan ke samping. Ulangi latihan ini lima kali, rileks setiap kali selesai mengulur.

Gambar 1.



Mengulur ke Atas

Bayangkan sekarang tembok batu bata ada di atas kepala kalian. Dengan tangan dan telapak tangan di atas kepala, dorong tembok batu bata tersebut. Coba untuk mendorong jauh tembok batu bata tersebut. Ulur ke atas, ke atas dan dorong tembok tersebut menjauh. Rileks, lepaskan dan jatuhkan tangan. Ulangi lima kali, dengan rileks setiap kali selesai mengulur.

Gambar 2.

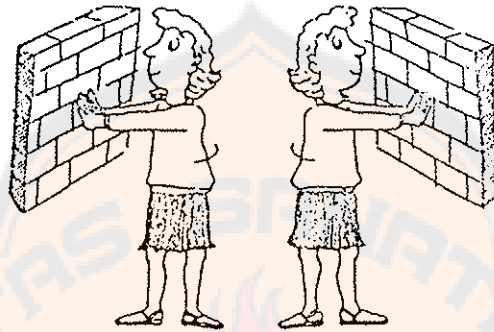


Mengulur ke Samping

Tembok batu bata merah yang besar itu sekarang ada di samping kiri kalian, dan saya ingin kalian memutar pinggang untuk mendorong tembok tersebut. Dengan kedua tangan setinggi bahu, dan telapak tangan ditekuk ke atas, putar kepala, bahu dan telapak tangan ke samping kiri, dan ulur keluar...keluar, dengan mendorong tembok itu menjauh. Rileks, kemudian putar ke kanan dan ulangi kegiatan ini. Lakukan untuk sebelah kanan, ulangi setiap uluran sebanyak lima kali, dan rileks antara setiap uluran. Akhiri dengann uluran yang tenang.



Gambar 3.



Teknis di atas akan digunakan peneliti sebagai dasar untuk menentukan teknik pemakaian mental.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti akan mengujicobakan sebuah metode yaitu Metode Relaksasi sebagai salah satu cara alternatif untuk meningkatkan daya atau kemampuan siswa dalam berkonsentrasi belajar. Sesuai tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini, maka jenis penelitian yang dipilih adalah penelitian tindakan eksperimental.

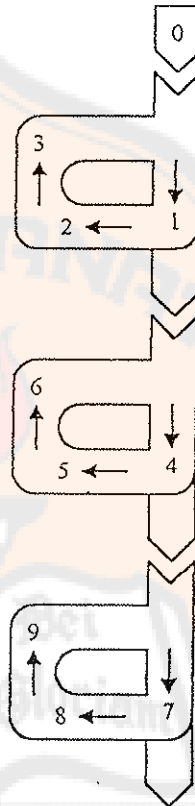
Batasan penelitian tindakan ini adalah kajian tentang situasi sosial dengan maksud untuk meningkatkan kualitas tindakan di dalamnya. Seluruh prosesnya yaitu telaah, diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, pemantauan, dan pengaruh menciptakan hubungan yang diperlukan antara evaluasi diri dan perkembangan profesional (Elliot, 1982).

Dalam bukunya yang berjudul "Panduan Penelitian Tindakan" Suwarsih Madya (1994) menyatakan bahwa penelitian tindakan eksperimental berarti penelitian dengan menggunakan berbagai teknis tindakan untuk mencapai tujuan tertentu .

Pada penelitian ini, peneliti mengabaikan adanya variabel kontrol karena lebih menekankan dan memfokuskan pada perubahan-perubahan yang terjadi di kelas sampel.

Siklus penelitian yang digunakan peneliti adalah sebagai berikut:

SIKLUS PENELITIAN



Keterangan:

- 0 = perenungan
- 1 = perencanaan
- 2 = tindakan dan observasi I
- 3 = refleksi I
- 4 = rencana terevisi I
- 5 = tindakan dan observasi II
- 6 = refleksi II
- 7 = rencana terevisi II
- 8 = tindakan dan observasi III
- 9 = refleksi III

B. Beberapa Rekaman Proses Observasi yang Mendasari Perencanaan Tindakan Penelitian

Sebagai laporan, ada 10 sekolah yang dijadikan sebagai tempat observasi yaitu:

1. SD Kanisius Kotabaru
2. SD BOPKRI Gondolayu
3. SD Marsudirini Gondomanan
4. SDN Timuran
5. SD Netral
6. SD Kanisius Tegalmulyo
7. SD Pangudi Luhur Panembahan
8. SD Karitas
9. SD Kanisius Gayam
10. SDN Tegalrejo II

Namun, tidak semua hasil rekaman proses selama observasi akan ditampilkan peneliti, dengan pertimbangan bahwa pemilihan sampel akan dipengaruhi oleh kejadian-kejadian istimewa yang terjadi di kelas-kelas tertentu.

Ada beberapa masukan menarik yang didapatkan peneliti selama observasi yang mempengaruhi penelitian ini. Pengaruh tersebut sangat penting terutama yang berkaitan dengan :

- 1) pemilihan sampel
- 2) fokus dari Metode Relaksasi

3) spesifikasi teknis dari Metode Relaksasi

Oleh karena itu, peneliti merasa perlu menampilkan beberapa rekaman proses selama observasi dilakukan. Rekaman proses diklasifikasikan berdasarkan kelas.

1. Rekaman proses di kelas 3, SDN Tegalrejo II

Pada awal pelajaran guru bertanya tentang pekerjaan rumah satu minggu sebelumnya. Setelah itu, untuk menyegarkan suasana guru mendongeng. Pada saat itu respon anak-anak cukup baik. Mereka menikmati dongeng yang diceritakan guru.

Setelah itu dilanjutkan test dan ulangan dengan alokasi waktu kurang lebih 20 menit sebanyak 6 soal. Adapun contoh lembaran soal terdapat di lampiran halaman 29.

Soal-soal itu dikerjakan mempergunakan mental (tidak mempergunakan sempoa). Ada dua teknik mental yang dipergunakan yaitu:

- a) untuk 3 soal pertama, anak-anak boleh melihat sempoa tanpa memegang. Dengan melihat sempoa, anak-anak membayangkan menghitung dengan mempergunakan sempoa (hanya dalam imajinasi).
- b) untuk 3 soal berikutnya sempoa disembunyikan. Anak-anak menghitung dengan membayangkan manik-manik sempoa (tanpa melihat dan memegang sempoa).

Hasil pengamatan:

Pada teknik mental yang pertama (soal no 1,2 dan 3) hampir semua anak dapat menjawab dengan benar, hanya untuk soal no 2 ada tiga anak yang jawabannya salah. Sedangkan pada tahap kedua (soal no 1) semua anak jawabannya benar namun untuk soal no 2 dan 3 sebagian besar jawabannya salah. Selama 20 menit itu anak-anak cenderung menurun daya konsentrasinya. Suasana tenang berlangsung selama 6-7 menit. Menit-menit berikutnya anak-anak (3-4 anak) mulai ramai.

2. Rekaman proses di kelas 2, SD Netral

Pelajaran diawali guru dengan menanyakan pekerjaan rumah minggu yang lalu. Suasana kelas sangat gaduh. Anak-anak ada yang cerita sendiri-sendiri, bermain, dan mengganggu teman yang lain. Sebagian besar anak tidak memperhatikan gurunya sama sekali. Guru terlihat kewalahan. Kemudian guru mencoba mengatasinya dengan permainan. Pada waktu permainan hanya sebagian anak saja yang mengikutinya. Anak-anak lain tetap dengan kegiatan semula.

Setelah permainan selesai, proses selanjutnya adalah masuk ke materi. Walaupun sudah masuk ke materi anak-anak tetap susah diatur dan tidak bisa tenang. Guru menjadi sering menegur anak, tidak konsentrasi ke materi, dan proses belajar menjadi terhambat.

3. Rekaman proses di kelas 3,4,5 SD BOPKRI Gondolayu

Kelas ini cukup istimewa karena jumlah siswa kelas 3, 4, dan 5 yang mengikuti kursus ini hanya sedikit sehingga dijadikan dalam satu kelas.

Pada saat guru masuk suasana kelas sangat ramai. Proses belajar diawali dengan menyanyikan lagu "Little Indian". Pembagian tugasnya adalah 10 anak memperagakan manik-manik sempoa dan anak-anak yang lain menyanyi. Terlihat respon anak cukup positif.

Setelah itu latihan soal dengan mempergunakan sempoa. Kurang lebih 50 persen dari isi kelas bisa menjawab soal dalam waktu 2 detik. Pada saat latihan soal itu anak-anak ada yang bermain sendiri, ada yang serius mengerjakan, dan ada yang mengerjakan diselingi bermain. Tahap selanjutnya adalah latihan soal dengan menggunakan mental. Jumlah soal ada 50 buah, yang dikerjakan dalam waktu 15-20 menit. Selama sepuluh menit anak-anak masih serius mengerjakan, tetapi menit-menit berikutnya konsentrasi sudah menurun. Anak-anak mulai ramai dan enggan mengerjakan soal. Karena suasana kelas semakin ramai, guru segera berkata, "Tolong dikerjakan tanpa suara!". Hingga waktu mengerjakan soal habis ada 3 anak yang belum selesai mengerjakan.

4. Rekaman proses di kelas 2, SD Kanisius Tegalmulyo

Keadaan di kelas ini cukup menarik perhatian peneliti. Jumlah siswa di kelas ada 15 anak. Suasana yang tercipta sangat berbeda dengan kelas-kelas yang lain. Anak-anak sangat mudah diatur dan terkontrol kelakuannya (tidak ramai).

Pada waktu masuk materi atau latihan soal, anak-anak serius mengikuti. Ketika latihan soal, ada anak yang tidak memakai sempoa tetapi menghitung dengan menggunakan tangan. Ada juga anak-anak yang tidak

memperhatikan tetapi tidak mengganggu teman di dekatnya. Keadaan seperti itu sangat mengherankan. Mengapa mereka sangat mudah ditata dan diatur? Dalam menjawab soal yang diberikan guru, mereka dapat menjawab dengan serempak. Hampir tidak ada gejolak yang berarti di kelas ini.

Proses belajar diakhiri dengan dongeng oleh guru. Respon anak tidak ekspresif. Proses belajar yang terjadi sangat lambat dan statis.

5. Rekaman proses di kelas 4 dan 5A, SD Marsudirini

Suasana di kelas pada waktu guru masuk cukup ramai. Walaupun begitu anak-anak tidak ada yang mengganggu teman di dekatnya. Di kelas ini seolah-olah terbagi menjadi 2 kelompok besar yaitu kelompok yang suka bermain dan kelompok yang serius. Namun kedua kelompok itu tidak saling mengganggu. Hal ini menjadi keunikan kelas tersebut.

Ketika masuk ke tahap memakai mental, hanya sebagian kecil anak yang bisa tepat menjawab. Sebagian besar masih meminta untuk diulangi soalnya. Peneliti mendapat masukan bahwa keadaan anak yang ramai dan tidak mau diam bukan berarti mereka tidak berkonsentrasi. Buktinya dengan keadaan seperti di kelas 4 dan 5A SD Marsudirini anak tetap bisa menyelesaikan latihan soal yang diberikan guru tepat pada waktunya.

6. Rekaman proses di kelas 1, SD Kanisius Gayam

Suasana kelas pada waktu guru masuk terkontrol dan tenang. Pada waktu masuk materi anak-anak menjadi tidak berkonsentrasi. Namun tidak lama kemudian mudah dikondisikan untuk serius. Kekhasan kelas ini anak-

anak cepat sekali hilang konsentrasinya namun mudah dikondisikan untuk serius kembali.

Proses belajar diakhiri dengan mendongeng. Ketika guru sedang mendongeng, anak-anak tidak memperhatikan karena mereka ingin cepat pulang. Ternyata dongeng diakhir pelajaran kurang tepat dan tidak bisa mencuri fokus anak.

7. Rekaman proses di kelas 2, SD Karitas

Di kelas ini ada dua orang guru, satu orang sebagai guru pokok dan satu orang lagi sebagai asisten. Suasana cukup ramai namun anak-anak dapat menikmati proses belajar. Kadang-kadang mereka juga asyik bermain. Di kelas ini ada tiga anak yang ketinggalan karena terlambat masuk. Sehingga dalam proses di kelas ketiga anak tersebut tidak bisa mengikuti proses belajar seperti teman-temannya yang lain. Sebagai solusi, asisten guru mengajari secara khusus ketiga anak itu. Namun kadangkala ketiga anak itu terpengaruh teman-temannya apalagi jika guru memberi tebak-tebakan karena kelas menjadi ramai oleh respon anak-anak.

Ketika anak-anak diujicoba tidak memakai sempoa (memakai mental), rata-rata dari mereka keberatan atau tidak mau karena mereka masih sangat tergantung pada sempoa. Hal itu terlihat dari sebagian anak ada yang menghitung dengan menggunakan tangan dan sebagian lagi mencuri-curi pandang untuk melihat sempoa.

C. Hasil Pengamatan Secara Umum Selama Observasi

Ada beberapa kejadian yang menarik bagi peneliti, khususnya yang terjadi di kelas 3. Pada waktu itu guru memberikan soal sebagai berikut:

$$13 + 20 + 6 + 5 = \dots$$

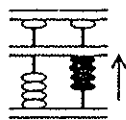
Anak-anak diperintahkan untuk menghitung dengan menggunakan mental.

Kemudian yang terjadi adalah:

1. Beberapa anak masih bingung, sehingga meminta guru untuk mengulangi pertanyaannya. Peristiwa itu terjadi berkali-kali.
2. Persentasi siswa yang bisa menjawab sangat kecil.
3. Ada beberapa anak yang mencuri kesempatan menghitung dengan menggunakan sempoa.
4. Ada anak yang mencoba menghitung dengan melihat sempoa (menghitung dengan menggunakan mata).

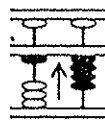
Dari beberapa kejadian di atas, peneliti berpendapat bahwa proses membayangkan (memvisualisasikan) sempoa dalam otak anak tidak bisa *distel* sewaktu-waktu. Otak membutuhkan pemanasan dengan latihan-latihan bertahap misalnya; guru terlebih dahulu memberikan soal untuk dua deret bilangan seperti $4 + 7 = \dots$

Langkahnya : $4 + 10 - 3 = 11$



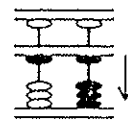
4

+



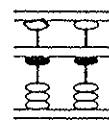
10

-



3

=



11

Langkah I

Langkah II

Langkah III

Hasil

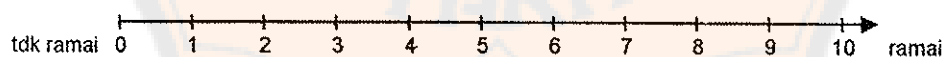
Proses ini dilakukan agar anak dapat memvisualisasikan manik-manik sempoa dalam otaknya.

Peneliti juga memiliki kesan bahwa dalam proses belajar sempoa ini perhatian guru kadangkala terjebak pada mahirnya anak menggerakkan sempoa atau dengan kata lain hanya memperhatikan keterampilan tangannya saja. Akibatnya aspek-aspek lain kurang diperhatikan seperti pengelolaan kelas, penampilan guru, kondisi anak, dan lain sebagainya.

D. Sampel

Selama observasi peneliti membuat *tafsiran kasar* untuk kelas-kelas yang akan dipilih menjadi sampel. *Tafsiran kasar* itu berdasarkan pada karakteristik kelas selama pelajaran berlangsung. Ada dua kategori karakteristik kelas yang digunakan peneliti sebagai acuan dalam pemilihan sampel yaitu kategori kelas yang sangat ramai dan kategori kelas yang tidak ramai.

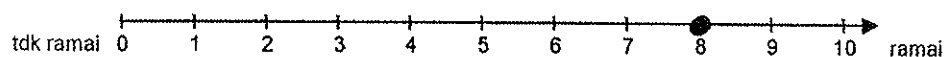
Tafsiran kasar dinyatakan peneliti ke dalam bentuk diagram skala keramaian sebagai berikut:



Jadi, jika situasi kelas menuju ke angka yang besar berarti semakin ramai. Dalam penentuan ramai atau tidak itu peneliti tidak mengabaikan bahwa kondisi kelas bisa berubah setiap saat. Untuk itu peneliti juga mencari masukan dari rekan-rekan guru kelas mengenai keadaan kelas yang akan menjadi sampel.

Peneliti berusaha mencari sampel kelas sempoa yang homogen artinya di kelas tersebut hanya terdapat atau berasal dari satu jenis kelas saja. Pertimbangan peneliti adalah agar proses tindakan yang diujicobakan lebih leluasa karena siswa-siswanya berasal dari latar belakang situasi kelas yang sama, usia yang hampir sama, dan lingkungan yang sama. Untuk kelas-kelas yang heterogen (misalnya satu kelas sempoa berisi siswa kelas 3,4, dan 5), peneliti merasa kesulitan karena pada umumnya di kelas tersebut mereka berkelompok berdasar tingkat kelasnya. Padahal salah satu unsur yang mendukung lancarnya ujicoba tindakan ini adalah adanya kerjasama dan suasana yang akrab.

Kelas yang menjadi sampel adalah kelas 3. Pertimbangan peneliti adalah di lembaga tersebut kelas 3 merupakan kelas pertama yang ditargetkan untuk bisa menggunakan mental. Sehingga siswa dapat dilihat hasil prosesnya dari tes atau ulangan yang diberikan oleh guru. Sedangkan khusus untuk kelas 1 dan kelas 2 tidak ditargetkan untuk bisa menggunakan mental tetapi pengenalan terlebih dahulu. Dengan pertimbangan di atas maka peneliti memilih satu sampel yaitu kelas 3, SDN Tegalrejo II. Keunikan lain dari kelas ini adalah siswa-siswanya cenderung tidak pemalu, ramai dan aktif. Jika dinyatakan dengan skala keramaian adalah sebagai berikut:



Artinya 80% dari jumlah anak yang ada dominan untuk ramai

E. Prosedur Penelitian

E.1 Persiapan

- a. Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu menghubungi pihak sekolah yang bersangkutan. Peneliti menceritakan maksud dan tujuan penelitian ini. Selanjutnya peneliti mempresentasikan gambaran umum tentang Metode Relaksasi kepada pihak sekolah. Walaupun pihak sekolah tidak terlibat secara langsung dalam proses ujicoba Metode Relaksasi ini, peneliti berpendapat bahwa segala hal (proses) yang berhubungan dengan anak didik adalah tanggung jawab mereka.
- b. Peneliti mempersiapkan berbagai macam teknik relaksasi seperti menyediakan buku-buku cerita untuk mendongeng, games (permainan-permainan), lagu-lagu untuk bernyanyi, kaset-kaset klasik atau lagu-lagu anak-anak, dan beberapa teknik senam otak (*brain gym*).
- c. Mendiskusikan teknik-teknik Metode Relaksasi ini dengan guru-guru pengajar smpoa, terutama yang kelasnya digunakan sebagai sampel. Dengan demikian diharapkan guru-guru memahami dan siap mempratekkan teknik-teknik berelaksasi.
- d. Mempersiapkan alat pengumpulan data yang digunakan dalam pengamatan, selama ujicoba Metode Relaksasi dilaksanakan.

E.2 . Rencana Tindakan

Berdasar siklus penelitian yang digunakan peneliti maka peneliti menggolongkan kegiatan selama observasi (berupa hasil pengamatan

secara umum, halaman 31) adalah termasuk langkah perenungan dan perencanaan. Jadi tindakan-tindakan selama penelitian selanjutnya adalah pelaksanaan dari tindakan dan observasi I, refleksi I, rencana terevisi I, dan seterusnya.

Tindakan-tindakan yang direncanakan akan dilaksanakan peneliti dibantu oleh guru sempoa sesuai dengan tujuan penelitian ini.

a. Untuk mempraktekkan jenis-jenis relaksasi dalam proses belajar mengajar sempoa, maka tindakan-tindakan yang dilakukan adalah:

- 1) mencari jenis, teknik dan kegunaan dari relaksasi.
- 2) membuat variasi teknisnya.
- 3) mengemas penyampaian dan penggunaannya secara komunikatif serta dengan cara-cara yang akrab dengan dunia anak.
- 4) memberi kesempatan kepada siswa mengutarakan kritik mereka mengenai pelaksanaan metode relaksasi ini.

b. Untuk mengetahui pengaruh Metode Relaksasi ini pada peningkatan daya konsentrasi anak dalam belajar sempoa maka tindakan yang dilakukan adalah:

- 1) mengamati secara intensif reaksi dan respon anak selama ujicoba ini dilakukan sehingga bisa direncanakan teknik-teknik yang sesuai dan tepat digunakan.
- 2) tidak memaksa anak-anak untuk berelaksasi jika tidak diperlukan.
- 3) memperbaiki penampilan guru apabila diperlukan.

- c. Untuk membantu guru sempoa dalam mewujudkan suasana belajar sambil bermain tindakan yang dilakukan adalah:
 - 1) peneliti dan guru sempoa berbagi tugas (siapa yang menjadi pengamat selama tindakan dilakukan).
 - 2) guru sempoa dan peneliti berpartisipasi aktif selama proses berlangsung.
 - 3) guru sempoa dan peneliti berperan sebagai fasilitator.
- d. Untuk mengetahui perubahan-perubahan pribadi anak pada masa pra tindakan sampai masa pasca tindakan, tindakan yang dilakukan adalah mengamati secara intensif reaksi dan respon anak selama proses belajar mengajar sempoa yang disertai tindakan.

E.3 Rencana Pelaksanaan

- a. Pelaksanaan tindakan di kelas berlangsung minimal satu bulan dengan pertimbangan bahwa lembaga Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental tersebut sudah menerapkan teknik-teknik berelaksasi hanya belum bervariasi dan belum dikelola dengan baik.
- b. Meminta ijin kepada sekolah yang menjadi obyek penelitian. Secara informal, pada waktu observasi peneliti sudah terlebih dahulu meminta ijin pada guru kelas mengenai maksud dan tujuan penelitian ini, serta kemungkinan kelas-kelas mereka akan digunakan sebagai sampel.
- c. Peneliti dibantu guru sempoa melaksanakan tindakan-tindakan yang sesuai dengan siklus penelitian yang digunakan peneliti.

- d. Pada waktu observasi pra penelitian, peneliti mempunyai kesimpulan sementara bahwa permainan yang sudah pernah dipraktekkan cenderung tidak menarik perhatian dan membosankan. Oleh karena itu, peneliti memutuskan untuk mempraktekkan satu jenis relaksasi hanya satu kali praktek.
- e. Evaluasi, refleksi, dan rencana tindakan disusun secara rutin.
- f. Mengumpulkan data.

E.4 Rencana Analisis Data

Data dikumpulkan melalui pengamatan di kelas. Data yang diperoleh melalui pengamatan lebih bersifat kualitatif. Semua yang terjadi selama tindakan dilakukan, baik yang direncanakan maupun yang tidak direncanakan perlu dianalisis untuk menentukan apakah ada perubahan ke arah perbaikan. Oleh karena itu, analisis data dalam penelitian ini disajikan secara kualitatif deskriptif.

BAB IV

TINDAKAN, OBSERVASI DAN REFLEKSI

A. Pengantar

Penelitian diawali pada bulan September 2002, bertepatan dimulainya Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental. Penelitian ini dirancang khusus untuk siswa kelas 3 karena Lembaga Pendidikan Mental Anak “Sinar Bocah” menargetkan kelas 3 sebagai kelas paling awal dalam menggunakan mental. Karena alasan tersebut peneliti juga merasa lebih leluasa dalam melaksanakan tindakan. Pertimbangan lain adalah materi untuk kelas 3 belum terlampaui padat dan kelas tersebut adalah salah satu kelas yang siswanya homogen (satu kelas hanya terdiri dari siswa kelas 3).

Tindakan-tindakan dicobakan satu per satu dalam bentuk paket. Satu paket kursus hanya mendapat jatah waktu 4 bulan. Berdasar rencana pelaksanaan (halaman 37) dan karena waktu yang tidak memungkinkan, tindakan yang diujicobakan berlaku untuk satu kali praktek. Konsekuensinya adalah proses pengulangan tindakan tidak berdasar pada jenis-jenis relaksasi akan tetapi juga memperhatikan teknik-teknik pelaksanaannya. Hal itu berarti peneliti harus lebih teliti dan cermat dalam memilih dan mengklasifikasikan jenis-jenis relaksasi yang mempunyai karakter yang sama. Untuk relaksasi I, yaitu Bernyanyi Little Indian dan Bermain dan Bernyanyi dalam Lingkaran terdapat unsur gerak dan lagu. Teknik senam otak terdapat pada jenis-jenis

relaksasi “Tombol Keseimbangan” dan “Kaki ke Tangan”. Penggalan imajinasi, kreativitas, kerjasama dan kompetisi terdapat pada permainan TIC TAC TOE, menyusun Gambar Kuda dan Bermain Puzzle. Jenis-jenis relaksasi yang menekankan aktifitas fisik dan konsentrasi terdapat pada Berperan Sebagai sempoa, Permainan Ya dan Tidak, dan Duel ala Irlandia. Untuk jenis-jenis relaksasi II semuanya menekankan pada penggalan imajinasi, konsentrasi, dan menciptakan gambar dalam pikiran. lagi.

Untuk rencana revisi, secara implisit terdapat di dalam refleksi. Satu paket tindakan terdapat di dalam suatu proses pembelajaran yang berlangsung antara 90-100 menit. Peneliti meminta waktu toleransi 10 menit untuk pelaksanaan tindakan. Sehingga waktu total proses pembelajaran sempoa menjadi 100 menit.

Pelaku pengamat tindakan dalam penelitian ini adalah guru sempoa dan peneliti. Peneliti melibatkan guru sempoa sebagai pengamat dengan alasan peneliti sebagai pelaku tindakan tidak bisa sepenuhnya mengamati jalannya proses tindakan. Untuk itu pihak yang membantu dalam proses ini adalah seseorang yang mengetahui maksud dan tujuan proses ujicoba Metode Relaksasi. Pembagian tugas antara peneliti dan guru sempoa adalah sebagai berikut:

1. Pada saat materi Metode Relaksasi I dan II diujicobakan, yang menjadi pelaku tindakan adalah peneliti dan yang menjadi pengamat adalah guru sempoa.

2. Pada saat materi pembelajaran sempoa, yang memberikan materi adalah guru sempoa dan yang menjadi pengamat adalah peneliti.

Diskripsi tindakan, observasi, dan refleksi dapat berupa uraian dialog dan uraian proses. Tindakan pertama adalah metode relaksasi yang bertujuan untuk pemanasan. Pemanasan tersebut bertujuan agar anak siap menerima pelajaran. Tindakan kedua adalah metode relaksasi yang bertujuan untuk membantu anak dalam membangun mentalnya.

Sebelum pertemuan pertama, peneliti sudah diperkenalkan oleh guru sempoa kepada anak-anak sekaligus menjelaskan maksud dan tujuan kedatangan peneliti di kelas mereka. Dalam setiap rekaman proses yang berupa dialog, P menyatakan peneliti, G menyatakan guru sempoa, dan S menyatakan siswa atau siswa-siswa.

B. Tindakan, Observasi dan Refleksi Pada Saat Materi Metode Relaksasi

B.1. Pertemuan I

Jenis Relaksasi : I

Materi : Bernyanyi "Little Indian"

a. Tindakan dan Observasi I

Pada waktu peneliti dan guru sempoa masuk kelas, anak-anak masih asyik bermain-main. Ada juga yang membeli makanan kecil di halaman sekolah. Kondisi tersebut bisa dimaklumi karena mereka sudah terlalu jenuh dengan kegiatan belajar-mengajar di kelas.

P: Hallo anak-anak. *Gimana*, sudah siap belajar belum?

S: (Sebagian anak-anak masih menikmati bekal makanan. Tiga anak menjawab)

- *Hallah* Bu, nanti dulu *maemnya* belum habis!

- Belum, Bu!

- Bu, *maen* aja dulu! Katanya mau ada permainan?

P: *Oke... oke*. Kita bermain tapi sehabis bermain kita belajar ya?

S: Beres , Bu!

P: (Peneliti kemudian meminta ijin kepada ibu guru sempoa)

Bu Santi, saya minta waktu sebentar ya?

P: *Nah*, anak-anak sekarang semuanya berdiri!

S: (Anak-anak mulai protes namun tetap melaksanakan perintah. Pertanyaan terlihat dari wajah mereka terlihat bertanya-tanya. Beberapa dari mereka memberanikan diri untuk bertanya)

- Untuk apa, Bu?

- Asyik! (Peneliti merasa terkesan dengan komentar tersebut karena itu merupakan komentar yang sama sekali tidak terduga)

P: Sekarang coba dengarkan. Kita akan bernyanyi lagu yang berjudul *Little Indian*. Sambil bernyanyi kita juga akan bergoyang setuju *nggak* !

S: Setuju, Bu!

P: Nah, sekarang kalian memilih sepuluh anak dan membentuk satu barisan berjajar. Setelah itu ditentukan siapa yang menjadi nomor 1,2,3, dan seterusnya.

(Mereka saling berebut untuk ikut di dalam barisan)

S: Yang lainnya bagaimana, Bu?

P: Yang lainnya boleh ikut bernyanyi dan bergoyang *kok!* (Peneliti menyanyikan lagu baris demi baris setelah itu ditirukan anak-anak. Syair lagu terdapat dalam skenario Metode Relaksasi halaman 2. Lagu tersebut diulang-ulang sampai anak-anak menghafalnya.)

P: Jika kita sampai pada syair Little one berarti anak nomor satu maju kedepan, Little two berarti anak nomor dua maju. Begitu seterusnya, Jelas?

S: Jelas, Bu!

Tapi percobaan dulu ya, Bu?

P: *Oke!*

G: (Setelah selesai menyanyi) Sekarang kita lanjutkan belajarnya, *ya?*

S: Aaaaaa... (Anak-anak mulai mengeluh dan protes. Mereka kelihatan malas untuk mulai berproses belajar. Guru sempoa mengingatkan bahwa materi yang akan dipelajari masih banyak sehingga mereka mau tidak mau harus mulai belajar. Peneliti berusaha mengatasi situasi ini dengan memberikan suatu tawaran.)

P: Sekarang begini saja kita akan selalu bermain akan tetapi kalian juga tidak lupa belajar ,bagaimana?

(Satu dua anak kelihatan berpikir. Beberapa anak yang lain tanpa berpikir langsung menjawab “Ya!” karena mereka tertarik dengan tawaran bahwa dalam setiap pertemuan akan diadakan permainan)

S: Setuju, Bu!

(Setelah selesai kegiatan ini peneliti menyerahkan proses selanjutnya pada guru sempoa untuk masuk ke materi)

Jenis Relaksasi: II

Materi : Teka-teki

b. Tindakan dan Observasi II

Ketika guru sempoa akan melanjutkan materi berhitung dengan menggunakan mental, beliau mengatakan bahwa sebelum proses pembelajaran dimulai peneliti akan memberikan suatu permainan.

P: Anak-anak ibu punya teka-teki, *nih!*

S: (Beberapa anak kelihatan bersemangat namun ada juga yang kelihatan malas dan bosan)

- Teka-teki apa, Bu?

- Kalau bisa menjawab mendapat hadiah apa,Bu?

P: Kalau kalian bisa menjawab hadiahnya tepuk tangan!

(Anak-anak tertawa. Mereka masih kelihatan penasaran dengan teka-teki yang akan diberikan oleh peneliti.)

P: Teka-tekinya seperti ini:

Dodi,Sinta, Dewi dan Andi berdiri dalam satu garis lurus.

Andi bukan yang pertama.

Sinta berdiri di antara Dodi dan Andi.

Dodi ada diantara Andi dan Sinta

Pertanyannya adalah barisan dengan urutan seperti apa yang akan terjadi?

(Siswa kelihatan bingung dan mulai berpikir. Dua anak terlihat mencoba memecahkan teka teki itu dengan cara mencoret coret di kertas. Beberapa anak yang lain mencoba memecahkan dengan berusaha memahami soal dan mengucapkannya secara berulang-ulang. Anak-anak terlihat asyik berkonsentrasi memecahkan teka-teki itu. Peneliti tertarik dengan ungkapan yang berupa tindakan dan ekspresi wajah anak-anak. Peneliti berkali-kali menekankan bahwa cara membayangkan posisi Dodi, Sinta , Dewi dan Andi tidak jauh berbeda dengan membayangkan naik-turunnya manik-manik sempoa)

P: Bagaimana anak-anak ,bisa?

S: (Beberapa anak menjawab)

- Belum, Bu!

- Susah, Bu!

P: Baiklah. Ibu senang kalian sudah sangat berusaha.Sekarang tepuk tangan untuk kita semua!

(Peneliti, guru sempoa dan anak-anak bertepuk tangan bersama-sama sehingga suasana menjadi meriah)

P: Kalian pasti ingin tahu jawabannya, *kan?* Untuk itu Ibu minta tolong 4 anak untuk maju ke depan.

(Kemudian 4 anak maju dan mereka diumpamakan sebagai Dodi, Dewi, Sinta dan Andi. Peneliti bekerjasama dengan siswa serta dibantu guru

sempoa memposisikan 4 anak tadi sesuai dengan apa yang ada di dalam soal. Kegiatan berlangsung sekitar 15 menit)

c. Refleksi

1. Kegiatan Relaksasi I tidak terlalu bermasalah hanya saja mereka merasa ketagihan untuk bermain lagi. Oleh karena itu, jika kejadian seperti ini terulang kembali, peneliti atau guru sempoa harus segera mengambil tindakan agar anak-anak kembali ke suasana belajar.
2. Pada Relaksasi I, peneliti perlu berhati-hati dan mencermati jawaban dari anak-anak.
3. Kendala untuk Relaksasi II adalah anak-anak masih sangat tergantung pada benda-benda yang konkret.
4. Anak-anak masih belum memahami proses belajar sambil bermain. Hal itu terlihat ketika anak masih mengutamakan kegiatan bermain daripada proses belajar.
5. Pada saat Relaksasi II, peneliti dan guru sempoa mendapat masukan bahwa anak bisa berkonsentrasi dan memecahkan masalah sesuai dengan karakternya masing-masing.

B.2 Pertemuan II

Jenis Relaksasi :I

Materi: Senam Otak "Tombol Keseimbangan"

a. Tindakan dan Observasi I

Keadaan anak-anak pada awal proses masih seperti minggu yang lalu. Jadi, guru sempoa dan peneliti berusaha untuk mengajak anak-anak masuk ke dalam kelas.

P: Selamat siang anak-anak.

S: Selamat siang, Bu!

P: Ada diantara kalian yang pernah di antara kalian yang pernah dipijit?

(Hampir semua anak menunjukkan jari)

P: Nah, permainan kita kali ini adalah pijit-memijit.

(Suasana riuh, beberapa anak berkomentar)

S: Ha? Pijit-pijitan, Bu?

Bagaimana to, Bu?

Tidak mau, Bu! Malu.

P: (Peneliti berusaha menenangkan anak-anak dan menjelaskan prosesnya.

Peneliti menjelaskan kegunaan senam tersebut adalah untuk membantu anak agar siap menerima pelajaran)

P: Pijit-memijit ini tidak antar teman tetapi masing-masing memijit dirinya sendiri. Sekarang kalian cari tempat duduk dan duduklah sesantai mungkin.

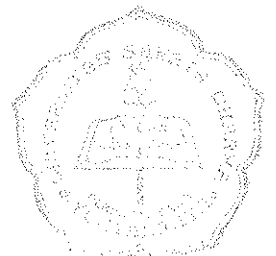
(Setelah itu anak-anak menempatkan diri)

P: Usahakan bahu kalian bersandar pada kursi. Sudah?

S: Sudah, Bu!

P: Tekanlah tombol keseimbangan yang terletak di belakang telinga kiri .

(Peneliti memberi contoh)



P: Lalu telapak tangan kanan kalian diletakkan di daerah pusar. Sedangkan posisi kepala lurus ke depan ya?

(Beberapa anak masih tertawa karena merasa lucu dan belum biasa. Setelah 30 detik peneliti memerintahkan anak-anak untuk melakukan gerakan kebalikannya . Proses selanjutnya peneliti diserahkan kepada guru sempoa untuk melanjutkan materi.)

Jenis Relaksasi: II

Materi: Mengurai Benang Kusut

b. Tindakan dan Observasi II

Penyampaian materi mengurai benang kusut terjadi pada menit ke lima puluh, yaitu pada saat guru sempoa akan menyampaikan materi berhitung dengan menggunakan mental.

G: Habis ini memakai mental, *ya?*

(Anak-anak banyak yang mengeluh. Beberapa anak yang lain asyik bercakap-cakap dan satu anak keluar karena dipanggil oleh temannya yang ada di luar kelas)

S: Aa...

(Peneliti berusaha mencuri perhatian dengan memberikan peringatan)

P: Tapi kalian harus mencobanya kalau tidak dimulai dari sekarang kapan bisanya. *Nah*, untuk membantu kalian kita bermain-main dulu !

S: Bermain apa,Bu?

P: Nama permainannya adalah Mengurai Benang Kusut. (Anak-anak mulai berkomentar karena baru pertama kali mendengar nama permainan ini)

Nah, kalau kalian pada saat berhitung yang dibayangkan adalah sempoa. Untuk kali ini yang dibayangkan adalah benang yang kusut. Agar kalian lebih enak untuk bermain kita berdiri dan membentuk lingkaran, yuk!

(Peneliti , guru sempoa dan anak-anak kemudian berdiri di depan kelas dan membentuk lingkaran).

P: Semua sudah siap?

S: Siap bu.

P: Cara bermainnya seperti ini: kita seolah-olah sedang membawa segulung benang yang kusut. Lalu kita seolah-olah berusaha mengurainya. (Peneliti lalu memberi contoh).

P: Bagaimana jelas?.

S: Jelas, Bu!

P: Nah, pada waktu kalian mengurainya rasakan bagaimana susahnya mengurai benang yang amat kusut. Kalian boleh berkomentar apapun selama kegiatan dan boleh berekspresi sebebasnya. Bayangkan kita memang sedang mengurai benang yang kusut

S: Maksudnya bagaimana, Bu?

P: Maksudnya adalah jika kalian seolah-olah kesulitan untuk mengurai benang itu bisa diperlihatkan dengan ekspresi wajah (Peneliti mempraktekannya. Anak-anak ada yang tertawa. Mereka cukup memahami penjelasan peneliti dan mulai ikut-ikutan berekspresi.)

P: Bisa dimulai?

S: Bisa Bu.

(Lalu kegiatan dimulai. Beberapa anak masih terlihat belum serius. Hal ini terlihat ketika mereka seolah-olah mengurai benang kusut akan tetapi belum dirasakan dan kegiatan yang tidak dijiwai oleh rasa terlihat dari pancaran wajah dan gerakan yang diciptakan oleh anak-anak).

c. Refleksi

1. Pada saat materi relaksasi tumbol keseimbangan, proses belum berjalan dengan lancar karena anak-anak masih asing dengan kegiatan tersebut. Untuk itu diperlukan kekreativitasan peneliti menyampaikan maksud dan tujuan dengan bahasa anak.
2. Untuk materi relaksasi mengurai benang kusut yang menjadi masalah adalah anak belum berhasil membayangkan benang kusut dengan baik. Hal itu menunjukkan bahwa mereka masih kesulitan menciptakan bayangan benang kusut di dalam pikiran mereka. Oleh karena itu tindakan yang bisa dilakukan adalah sama seperti refleksi pada pertemuan I yang ke 4, ditambah membantu anak untuk memunculkan benda secara perlahan-lahan dalam pikiran mereka.
3. Seperti halnya berhitung pada saat menggunakan mental, anak-anak masih kesulitan menciptakan bayangan sempoa dalam pikiran mereka. Keadaan seperti itu membuat anak malas untuk berhitung dengan menggunakan mental.

4. Guru sempoa menganjurkan untuk mencobakan materi ini di lain waktu dan menganjurkan anak-anak untuk mencobanya di rumah (membiasakan senam otak).

B.3 Pertemuan III

Jenis Relaksasi :I

Materi : Bermain Dan Bernyanyi Dalam Lingkaran

a. Tindakan I

1. Berdasar peristiwa yang terjadi minggu yang lalu yaitu:
 - a. Anak-anak lebih mengutamakan permainan daripada proses belajar.
 - b. Anak-anak masih belum terkondisi ke dalam suasana belajar sambil bermain.

Maka tindakan-tindakan selanjutnya perlu diolah dengan memperhatikan kedua hal tersebut

2. Usaha lain yang bisa dilakukan adalah membuat kesepakatan antar guru sempoa, anak-anak, dan peneliti yaitu seperti permainan akan diadakan dengan syarat anak-anak serius belajar.
3. Setelah terjadi kesepakatan, peneliti lalu menawarkan permainan Bermain dan Bernyanyi Dalam Lingkaran.
4. Peneliti mengajarkan lagu “Bermain dalam Lingkaran” beserta gerakannya.

Syair lagunya sebagai berikut:

Mari kita bermain dalam lingkaran

Bermain binatang yang ada di hutan

Binatang apakah itu

Binatang apakah itu

(Kemudian peneliti menyebutkan ciri salah satu binatang dan meminta anak-anak untuk menebaknya. Pada saat itu beberapa anak mencoba untuk menebaknya sehingga suasana menjadi ramai. Misalkan binatang yang ditebak adalah gajah. Syair selanjutnya...)

Gajah-gajah namanya

Begini jalannya(6X)

(Ketika sampai pada syair ini anak-anak menirukan bersama-sama gerakan gajah)

5. Ketika lagu dinyanyikan ketiga kalinya peneliti mengajak anak-anak untuk lebih aktif. Caranya adalah pemberi tebakan salah satu dari anak. Anak-anak yang lain menebaknya.
6. Kegiatan ini berlangsung sekitar 10 menit.

b. Observasi I

1. Pada awal tindakan, yaitu pada saat membuat kesepakatan anak-anak agak sulit untuk diajak diskusi.
2. Dari hasil pertemuan ketiga ini, peneliti dan guru sempoa dapat menyimpulkan bahwa anak-anak cenderung menyukai kegiatan bernyanyi yang disertai dengan gerakan. Hal itu terlihat dari respon anak pada saat menyanyikan lagu tersebut.
3. Pada saat mereka bergerak telah terjadi dialog antar teman yang tujuannya saling mengoreksi gerakan-gerakan yang diciptakan.

4. Sambutan anak-anak cukup baik karena banyak aktifitas fisik.

c. Refleksi

1. Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran ternyata dapat membangun imajinasi anak terutama pada saat mereka menyebutkan ciri-ciri binatang dan kemudian menebaknya.
2. Siswa perlu diajak untuk memahami maksud dan tujuan dari kesepakatan proses, yaitu:
 - a. mereka bisa menghargai waktu dan bertanggungjawab terhadap jalannya proses belajar.
 - b. anak-anak tidak menuntut untuk selalu bermain dan tidak terjebak untuk bermain melebihi jatah waktu yang disediakan.
3. Kegiatan bernyanyi yang disertai gerakan perlu diperbanyak. Karena secara tidak sadar anak-anak sudah melakukan olah tubuh yang disertai perasaan senang (tidak terpaksa).

Catatan: Pada pertemuan ketiga ini tidak ada relaksasi kedua karena waktunya habis dipergunakan untuk membuat kesepakatan bersama.

Materi Relaksasi II yang akan diberikan adalah mendongeng.

B.4 Pertemuan IV

Jenis Relaksasi: I

Materi: Berperan Sebagai Sempoa

a. Tindakan dan Observasi I

Pada pertemuan ini yang tidak hadir dua anak. Setelah semua anak masuk kelas peneliti menawarkan permainan “Berperan Sebagai Sempoa”

P: Anak-anak ingat kesepakatan kemarin?

S: Ingat, Bu!

P: Sekarang kalian ingin bermain atau tidak?

S: Mau, Bu. Soalnya tidak ramai kalau tidak ada permainan.

P: Baiklah. Kalian sudah pernah bermain menjadi sempoa belum?

S: (Beberapa anak menjawab)

- Sudah pernah Bu.

- Belum, Bu.

(Permainan ini pernah dicobakan oleh guru sempoa di kelas tersebut sehingga peneliti mencoba untuk sedikit mengubah cara penyampaiannya).

P: Ibu mau bertanya bagi yang sudah pernah, permainannya seperti apa?

(Salah satu anak yang tunjuk jari disuruh menerangkan)

S: Ada enam anak yang menjadi sempoa terus yang empat menjadi manik satuan, satu menjadi manik lima dan satu menjadi manik puluhan.

P: Lalu bagaimana?

S: (Anak yang lain menjawab)

S: Bu Santi memberi soal lalu yang menjadi manik-manik maju membentuk angka yang menjadi soal.

P: O, begitu. Nah, sekarang kita akan bermain itu lagi. Kalian mau atau tidak?

(Hanya beberapa anak yang menjawab “Mau”)

P: Tapi begini, aturannya bukan ibu yang membuat soal akan tetapi kalian sendiri yang membuat soal. Lalu ada salah satu dari kalian yang menjadi pencatat nilai dan anak-anak yang lain menjadi suporternya. Biar lebih ramai ada batasan waktunya.

S: Setuju!

(Peneliti dan guru sempoa menganjurkan anak-anak untuk memilih sendiri keenam anak yang berperan sebagai manik-manik sempoa , pencatat nilai dan yang membuat soal.)

Dari hasil pengamatan peneliti kurang lebih pada menit ke 45 anak-anak sudah terlihat tidak respon lagi ke materi. Untuk itu guru sempoa menawarkan kalau anak-anak serius maka akan diadakan permainan. Respon beberapa anak cukup baik akan tetapi suasana kelas tetap lesu dan kurang bergairah. Materi relaksasi II dilakukan pada menit ke 55.

Jenis Relaksasi: II

Materi: Carilah 15 Nama Bunga

b.Tindakan II

1. Peneliti berusaha untuk membangkitkan semangat siswa dengan cara memberikan pujian atas usaha belajar mereka dan bertanya penyebab mereka kehilangan gairah belajar.
2. Peneliti memperkenalkan permainan “Mencari 15 Nama Bunga” .

3. Peneliti dan guru sempoa memerintahkan anak-anak untuk duduk ditempat masing-masing lalu membagikan kertas yang bertuliskan: **CARILAH 15 NAMA BUNGA!** (lampiran halaman 14).
4. Anak-anak diharapkan bisa menemukan ke 15 nama bunga dan menuliskannya di kertas bagian bawah supaya anak-anak tidak lupa nama bunga yang sudah ditemukan.
5. Bagi anak yang selesai terlebih dahulu dinyatakan sebagai pemenang.
6. Untuk membantu anak-anak berkonsentrasi, peneliti memberikan iringan musik instrumental dari Tape Recorder.

c. Observasi II

1. Kegiatan terpaksa diperpanjang 5 menit karena anak-anak merasa waktunya kurang.
2. Kejadian yang menarik perhatian peneliti adalah pada saat anak-anak sibuk mencari nama-nama bunga, mereka berteriak dan berkomentar seperti:

“Aduh, mana sih yang lain!

”Bunga apa saja to, Bu?

Teriakan dan komentar mereka menunjukkan bahwa anak-anak cukup tertarik dan antusias dengan permainan ini.

3. Data yang didapat adalah 3 anak menemukan 14 nama bunga, 3 anak menemukan 13 nama bunga, 2 anak menemukan 4 nama bunga dan 2 anak menemukan 7 nama bunga.

4. Pada akhir proses anak-anak meminta untuk permainan yang serupa lalu peneliti dan guru sempoa mengingatkan kesepakatan minggu yang lalu.

c. Refleksi

1. Pada pertemuan keempat ini daya konsentrasi anak terlihat menurun. Peneliti berpendapat hal itu disebabkan permainan pernah dilakukan dan pengemasannya kurang menarik.
2. Untuk Relaksasi I semua anak perlu diberi kesempatan dengan cara anak-anak yang berperan sebagai sempoa diatur bergantian.
3. Peneliti atau guru sempoa perlu mengusahakan dan mengolah kembali materi yang sudah pernah dilakukan agar lebih menarik dan tidak membosankan.
4. Untuk relaksasi II anak-anak cukup tertarik dengan permainan itu apalagi ditambah dengan iringan musik. Untuk jenis permainan yang serupa iringan musik bisa digunakan.

B.5 Pertemuan V

Jenis Relaksasi: I

Materi: Duel ala Irlandia

a. Tindakan dan Observasi I

Untuk materi kali ini peneliti harus mempergunakan waktu sebaik-baiknya karena akan diadakan tes kecil yang diadakan oleh guru sempoa.

P: Anak-anak pernah melihat pertandingan tinju?

S: Pernah.

P: Sekarang kita latihan berduel yuk!

(Anak-anak kelihatan terkejut dan sebagian lagi kelihatan bingung)

P: Permainan kita kali ini namanya “Duel ala Irlandia”

(Beberapa anak berkomentar)

S: *Wah!* Kelihatannya seru.

Bagaimana caranya?

P: Sekarang kalian berdiri dan mencari pasangan sendiri-sendiri.

(Anak-anak mulai ribut untuk mencari pasangan. Peneliti mengingatkan bahwa semua teman sama saja)

S: Sudah, Bu.

P: Aturan mainnya seperti ini, kalian saling menyentuh kaki lawan akan tetapi dilarang menyepak atau menendang. Kedua tangan disilangkan ke belakang punggung. *Nah*, barang siapa berhasil menyentuh kaki lawan ia berhak memperoleh nilai dan pada saat itu ia harus meneriakkan namanya. Nanti Ibu Santi yang akan memberi nilai. Kalian sudah siap?

S: Sudah, Bu.

(Kemudian peneliti memerintahkan anak-anak bersiaga. Peneliti lalu memberikan aba-aba sebagai tanda pertandingan akan segera dimulai)

Dari hasil pengamatan, beberapa pasangan ada yang terlalu bersemangat sehingga mereka lupa bahwa dalam permainan ini tidak boleh menendang. Suasana menjadi agak gaduh dan kurang terkendali. Apalagi ditambah dengan teriakan-teriakan dari anak-anak pada saat bisa menyentuh kaki lawan. Karena waktu tidak cukup permainan lalu dihentikan.

Jenis Relaksasi:II

Materi: Menggambar Dengan Dua Tangan

b.Tindakan dan Observasi II

Peristiwa yang terjadi dalam penyampaian materi relaksasi pertama menjadi pelajaran untuk materi relaksasi kedua. Untuk itu peneliti berusaha mengemas penyampaian materi yang kedua ini dengan lebih baik, yaitu sejak awal anak-anak diajak untuk serius dan tenang.

P: Anak-anak ibu akan membagikan masing-masing dua kertas. Satu kertas dipegang oleh tangan kanan dan satu kertas dipegang oleh tangan kiri.

(Terlihat dari raut muka anak-anak bertanya-tanya)

P: Setelah itu kertas yang dipegang oleh tangan kanan diberi nama KANAN dan kertas yang dipegang tangan kiri diberi nama KIRI. Jangan lupa masing-masing diberi nama .

(Peneliti menunggu beberapa saat sampai semua kegiatan selesai)

P: Masing-masing dari kalian silahkan memegang dua buah pensil.

(Peneliti menunggu beberapa saat)

P: Sudah semua?

S: Sudah,Bu!

P:Lalu silahkan kalian menggambar benda atau sesuatu yang sama dengan menggunakan kedua tangan.

S: (Anak-anak mulai ribut)

- Aaa...., Susah!

- Kok begitu, Bu?

P: Nah, kalian kan biasa menggambar dengan satu tangan. Kasihan, *kan* tangan satunya. Sekarang kita coba untuk melatih tangan kiri untuk menggambar. Kalian tahu mengapa susah?

S: (Salah satu anak menjawab)

Karena tidak biasa, Bu.

P: Betul itu! Karena tidak biasa. Semua itu hanya karena kita tidak membiasakannya. Sekarang pelan-pelan cobalah. Gambar tidak harus bagus. *Oke?*

S: *Oke*, Bu.

(Ada satu anak laki-laki yang kesulitan membayangkan hasil lukisan dengan kedua tangan sehingga ia membutuhkan obyek)

S: Coba ibu berdiri dengan salah satu tangan direntangkan.

P: Untuk apa?

S: Untuk saya gambar, Bu!

(Sambil tertawa peneliti menuruti perintah anak tersebut)

c. Refleksi

1. Pada waktu pelaksanaan relaksasi yang pertama peneliti merasa belum bisa mengkoordinir kelas dengan baik. Pada saat anak-anak sudah di luar kendali peneliti belum memberikan teguran yang dapat mengarahkan tingkah laku anak agar lebih baik.
2. Pemahaman tentang disiplin belum bisa sepenuhnya diterima oleh siswa.

3. Apabila anak-anak sudah di luar kendali dan hal itu mengganggu proses belajar guru atau peneliti dianjurkan untuk memberikan nasehat atau teguran secara hati-hati.
4. Nasehat atau teguran ditujukan untuk membangun semangat belajar anak.
5. Komentar dari guru sempoa untuk Relaksasi I sebaiknya dilaksanakan di luar kelas.
6. Untuk Relaksasi II ada anak yang berbuat curang yaitu keduanya menggunakan tangan kanan. Peneliti berpendapat bahwa proses yang tidak biasa dilakukan atau masih asing bagi anak-anak membuat mereka malas untuk melakukan karena mereka beranggapan hasilnya pasti jelek atau tidak sesuai harapan mereka.

B.6. Pertemuan VI

Jenis Relaksasi: I

Materi: Permainan TIC TAC TOE

a. Tindakan dan Observasi I

Pada pertemuan keenam ini anak-anak sudah dapat menghargai sedikit waktu. Hal itu terlihat ketika guru sempoa mengatakan “Ayo masuk!” mereka segera masuk ke kelas. Seperti biasa, anak-anak menanyakan permainan yang akan dilakukan hari itu. Permainan ini menggunakan sempoa.

S: Hari ini bermain apa, Bu?

Permainan lagi ya, Bu!

P: Baik, tapi pekerjaan rumah minggu yang lalu sudah dikumpulkan atau belum?

S: Sudah, Bu.

P: Bagus itu! Kalau kalian rajin seperti ini menyenangkan. Iya, *nggak*?

S: Iya, Bu.

P: Baiklah, ini Ibu bawakan permainan

(Peneliti membagikan 2 lembar kertas yang berisi kotak pertanyaan dan kotak jawaban. Contoh lembar peraga terdapat dalam Skenario Metode Relaksasi halaman 6)

P: Sekarang tugas kalian adalah menjawab setiap pertanyaan yang ada di dalam kotak pertanyaan. Kali ini kalian boleh menggunakan sempoa. Setelah itu berilah tanda silang pada angka yang ada di kotak jawaban. Bagaimana, Jelas?

S: Jelas, Bu!

S: (Ada 2 anak yang bertanya)

Boleh tidak urut, Bu?

Kalau tidak selesai bagaimana, Bu?

P: Boleh tidak urut, *kok!*. Begini saja kita adakan perlombaan. Barangsiapa lebih dahulu selesai dia dinyatakan sebagai pemenangnya. Bagaimana?

S: Setuju!

(Peneliti dibantu guru sempoa membagikan kertas kertas itu kepada anak-anak)

P: Kalian sudah mendapat semua, *kan*? Nanti yang mencatat pemenangnya bu Santi

Setelah peneliti memberi aba-aba “Mulai!” anak-anak mulai asyik mengerjakan.

Celotehan mereka cukup menarik perhatian peneliti, misalnya:

Aduh 21-3 berapa, to?

Wah aku ketinggalan !

Menurut peneliti komentar anak-anak dapat memberikan warna dan dinamika tersendiri dalam setiap proses. Sesekali peneliti memberi kata-kata peneguhan antara lain:

Ayo, anak-anak yang teliti, ya? , Bagus kalian memang hebat!

Akhirnya dari 11 anak yang hadir, 7 anak bisa menyelesaikan permainan sebelum waktu habis. Sesuai kesepakatan yang selesai terlebih dahulu dinyatakan sebagai pemenang. Setelah itu masuk ke materi pembelajaran sempoa.

Jenis Relaksasi: II

Materi: Permainan Benda-Benda Ajaib

b. Tindakan dan Observasi II

Kurang lebih pada menit ke 50 guru sempoa meminta anak-anak untuk memasukkan sempoa nya. Hal itu berarti materi selanjutnya adalah berhitung dengan menggunakan mental. Peneliti kemudian mengajak anak-anak untuk berelaksasi. Anak-anak diajak untuk berdiri dan membentuk satu lingkaran.. Beberapa dari mereka masih terlihat malas. Kemudian peneliti menawarkan untuk diadakan permainan.

P: Permainan kita kali ini namanya Benda-Benda Ajaib. Kalian sudah pernah atau belum?

S: Belum, Bu!

Baru pertama kali mendengar, Bu!

P: Sekarang semua berdiri yuk! Buatlah satu lingkaran.

(Kemudian anak-anak berdiri, ada beberapa yang masih kelihatan malas)

Cara bermainnya seperti ini:

Ibu akan menyediakan 2 buah benda yaitu pensil dan kertas. Tugas kalian adalah memperlakukan benda-benda tersebut menjadi apapun sesuai dengan apa yang kalian bayangkan. Sebisanya ketiga benda tersebut tidak menjadi penghapus, sapu, dan kursi lagi.

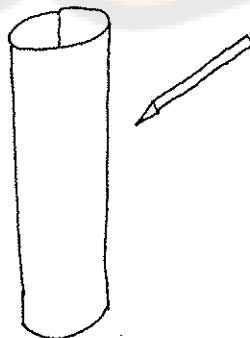
(Anak-anak masih terlihat bingung dan belum mengerti dengan aturan main dari permainan ini)

P: Bagaimana anak-anak perlu contoh?

S: Perlu, Bu!

Masih bingung, bu!

(Kemudian peneliti memberi contoh sebagai berikut. Peneliti menyusun benda-benda itu seperti ini;



Kemudian peneliti berteriak “Maling, maling!”. Sambil memukul kertas yang seolah olah sebagai kentongan. Jadi peneliti berperan sebagai petugas ronda.)

P: Bagaimana anak-anak, bisa dimulai?

S: Sekarang Ibu beri waktu tiga menit untuk berpikir benda apa yang akan dipertunjukkan.

(Ternyata waktu tiga menit tidak cukup. Mereka masih minta waktu untuk diperpanjang lagi)

P: Sekarang masing-masing dari kalian secara berurutan maju ke depan dan mempertunjukkan apa yang sudah kalian pikirkan tadi. Masing-masing anak mendapat jatah waktu 15 detik.

(Kegiatan ini agak lambat karena tidak ada yang mau maju menjadi sukarelawan yang pertama. Terpaksa peneliti menunjuk salah satu dari mereka.)

c. Refleksi:

1. Kegiatan sejenis Relaksasi I hendaknya diperbanyak karena pertemuan-pertemuan sebelumnya belum ada permainan yang menggunakan sempoa.
2. Kegiatan Relaksasi II ternyata memerlukan waktu cukup lama yaitu 20 menit dan itu berarti diluar target yang sudah direncanakan.
3. Guru sempoa menyarankan kegiatan ini diperbaiki lagi agar lebih ringkas dan tidak boros waktu.
4. Pada Relaksasi II masalahnya adalah setelah anak-anak diberi contoh mereka cenderung untuk berlaku sama. Mereka cenderung untuk berperan

dan memperlakukan benda hampir seperti karya peneliti misalnya, penjual bakso dan penjual nasi goreng. Hal itu menunjukkan bahwa anak-anak belum terdapat imajinasi dan kreativitasnya, sedangkan unsur-unsur itu sangat berpengaruh pada saat menggunakan mental.

5. Berdasar hasil diskusi guru sempoa dan peneliti kegiatan Relaksasi II bisa dipakai karena dapat membantu anak untuk kreatif dan berimajinasi bebas.

B.7 Pertemuan VII

Jenis Relaksasi: I

Materi: Menyusun Gambar Kuda

a. Tindakan dan Observasi I

Suasana kelas pada pertemuan VII ini tidak terlalu ramai. Guru Sempoa membagikan lembaran hasil tes kecil minggu yang lalu. Setelah itu materi dibawa oleh peneliti.

P: Anak-anak sekarang kalian berkelompok tiga-tiga.

(Anak-anak segera melaksanakan perintah peneliti dan beberapa dari mereka bertanya "Untuk apa?". Sempat terjadi pertengkaran karena dua kelompok memperebutkan satu orang. Guru sempoa kemudian mengambil jalan tengah dengan cara meminta anak tersebut memilih kelompok yang dikehendaki. Dari semua anak yang hadir terbentuk 4 kelompok. Permainan ini ditekankan pada kerjasama dalam kelompok. Sebelum memberikan penjelasan peneliti dan guru sempoa membagikan tiga potongan kertas bergambar. Contoh lembar peraga ada pada Skenario Metode Relaksasi halaman 7).

P: *Nah*, masing-masing kelompok sudah mendapatkan potongan-potongan kertas. Susunlah gambar-gambar itu dengan ketentuan : ketiga potongan itu bisa membentuk gambar yang memperlihatkan dua orang penunggang kuda bisa menaiki kudanya masing-masing.

(Anak-anak mulai melakukan aktivitas. Pada kelompok I terdapat dua anak yang aktif dan satu anak diam sambil memperhatikan kedua temannya bekerja. Dinamika di kelompok II dimulai dua anak menjejerkan potongan-potongan gambar lalu membolak-balikkannya. Anak yang lain memperhatikan lalu mengikuti aktivitas kedua temannya. Dinamika dikelompok III lain lagi. Walaupun terdiri dari satu putri dan dua putra, anak putri tersebut mendominasi dalam kelompok. Mereka aktif mencoba-coba susunan gambar. Sedangkan dalam kelompok IV terlihat tenang-tenang saja. Tindakan yang menarik perhatian peneliti adalah ketiga anak dengan tenang melihat-lihat gambar dan setelah beberapa lama lalu menyusunnya. Setelah beberapa lama akhirnya kelompok IV selesai terlebih dahulu.)

S: (Salah satu anggota kelompok IV)

Sudah jadi, Bu!

P: Sabar. Tunggu teman-teman yang lain.

(Lalu kelompok 2 menyusul. Karena waktu sudah tidak memungkinkan, peneliti menghentikan aktivitas kedua kelompok yang lain)

P: Sudah, Cukup!. Sekarang coba perhatikan hasil kelompok IV. (Anak-anak mulai ribut dan membanding-bandingkan dengan hasil karya dan kerja kelompok mereka masing-masing.

S: (Salah satu dari mereka berkomentar) Apakah benar susunannya seperti itu,Bu?

P: Menurut kalian sendiri ,Bagaimana?

S: (Salah satu dari anggota kelompok II berkomentar) Benar, Bu! Kelompok II juga begitu, Bu!

P: Jadi, susunannya memang seperti itu. Tepuk tangan *dong* untuk kelompok yang sudah berhasil! (Semuanya bertepuk tangan. Salah satu anak anggota kelompok I masih penasaran dengan sehingga ia bertanya pada teman anggota kelompok II. Peneliti mengakhiri proses dan materi selanjutnya diserahkan kepada guru sempoa).

Jenis Relaksasi :II

Materi: Senam Otak 8 Tidur

b. Tindakan dan Observasi II

Sebelum guru sempoa akan memberikan tes kecil dengan menggunakan mental. Peneliti diberi waktu 10 menit untuk menyampaikan materi. Untuk membangun suasana diperdengarkan instrumen musik.

P: Sebelum tes kita senam dulu,*yuk!*

S: (Beberapa anak berkomentar. Peneliti mengingatkan anak-anak sudah pernah mempraktekkan senam “Tombol Keseimbangan”)

Senam apa,Bu?

Males,bu.

P: Nanti dulu senamnya asyik *kok!* Nanti bisa dicoba di rumah kalau kalian merasa lelah waktu belajar.

S: Senamnya bagaimana, Bu?

P: Sekarang kalian berdiri lalu carilah tempat yang leluasa untuk bergerak.

(Peneliti menunggu beberapa saat sampai anak-anak memposisikan diri)

P: Sudah?

S: Sudah, Bu!

P: Kedua kaki dilebarkan lalu tangan kanan diletakkan di samping badan.

Tangan kiri direntangkan ke depan.

(Peneliti memberi contoh gerakan)

P: Setelah itu gerakkan jari telunjuk tangan kiri seolah-olah kalian sedang melukis angka 8 di udara.

(Peneliti memperagakan gerakan tersebut. Anak-anak mulai mengikutinya.

Beberapa anak terlihat tertawa dan tidak serius. Respon anak sengaja dibiarkan oleh peneliti karena mereka belum biasa melakukan gerakan ini)

P: Nah, kalau sudah capai *gantian* tangan yang satunya.

(Senam ini hanya memerlukan waktu 5 menit. Peneliti berulang kali menjelaskan manfaat dari senam ini kepada anak-anak dan menganjurkan mereka untuk mencobanya di rumah)

c. Refleksi

1. Permainan yang pertama prosesnya cukup unik. Guru sempoa dan peneliti perlu memantau setiap kelompok agar proses belajar anak dapat diketahui.

2. Walau tidak mengandalkan aktifitas fisik, Relaksasi I dinilai cukup bisa membuat anak-anak bekerja dengan penuh konsentrasi. Hal itu terlihat dari aktivitas mereka pada saat masuk ke materi menggunakan sempoa.
3. Musik instrumen mampu membawa anak ke dalam suasana tenang.
4. Hal yang perlu dipahami adalah anak-anak punya keunikan sendiri-sendiri dalam menyelesaikan masalahnya.

B.8 Pertemuan VIII

Jenis Relaksasi: 1

Materi: Bermain Puzzle

a. Tindakan dan Observasi I

Dari hasil pengamatan peneliti, anak-anak sudah cukup memahami arti disiplin. Hal itu terlihat ketika akan memulai proses belajar dengan menggunakan sempoa, mereka sudah bisa menempatkan diri.

Relaksasi yang ditawarkan peneliti pada pertemuan VIII ini adalah Puzzle. Puzzle terdiri dari 7 potongan. (Contoh Puzzle terdapat dalam Skenario Metode Relaksasi halaman 9).

P: Anak-anak, saya yakin kalian pasti mengenal apa itu Puzzle?

S: (Beberapa anak menjawab) Sudah, Bu!

P: Seperti apa itu ? Coba jelaskan! (Peneliti menunjuk salah satu anak)

S: Potongan-potongan gambar yang disusun menjadi satu, Bu?

P: Satu apa? (sambil menunjuk anak yang lain)

S: Gambar, Bu?

P: Bagus! Jawaban kalian benar. Sekarang kalian silahkan berkelompok dan masing-masing kelompok empat orang. Tiap kelompok akan Ibu beri satu bungkus yang berisi Puzzle dan gambar bentuk suatu bangun yang akan kalian buat. Jelas?

S: Jelas, Bu!

(Anak-anak langsung melaksanakan instruksi dari peneliti. Guru sempoa membagikan bungkus pada masing-masing kelompok)

P: Sekarang mulailah kalian bekerja, waktunya 5 menit ya?

S: (Salah satu anak protes) *Kok* sebentar, Bu!

P: Ingat waktu kita bermain hanya 10 menit. Materi bersama Bu Santi masih banyak, to?

(Lalu anak-anak mulai sibuk mengerjakan Puzzle.)

Kelompok I didominasi oleh dua anak, sedangkan dua anak berjalan kesana kemari sambil melihat kelompok yang lain. Guru sempoa menegur dan mengingatkan agar kembali bekerja di kelompoknya. Kelompok II asyik coba-coba walaupun kadang-kadang muncul pertengkaran antar anak karena mereka ngotot dengan idenya masing-masing. Kelompok III, tiga anak aktif mencoba-coba sedangkan satu anak sibuk berpikir. Kegiatan agak molor karena anak-anak protes merasa tidak cukup waktunya.

Akhir proses, hanya dua kelompok yang bisa menyelesaikan tugasnya. Supaya anak-anak tidak penasaran maka Puzzle boleh dibawa pulang untuk dicoba di rumah.

Selama proses berlangsung anak-anak kelihatan sudah berkonsentrasi dengan baik. Keadaan kelas cukup tenang.

Jenis Relaksasi : II

Materi : Mengamati Benda

b. Tindakan dan Observasi II

Tindakan Relaksasi II terjadi sekitar menit ke 50. Anak-anak dipersilahkan untuk berjalan-jalan di sekitar sekolah lalu mereka berhenti di suatu tempat yang bagi mereka menarik. Kegiatan ini tidak membutuhkan banyak waktu yaitu kurang dari 10 menit.

P: Bagaimana kalian sudah memilih tempat belum?

S: Sudah, Bu!

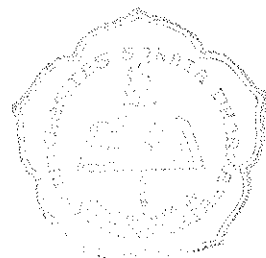
P: Kalau sudah silahkan kalian amati tempat kalian masing-masing lalu kembali ke kelas.

(Setelah anak-anak melaksanakan perintah peneliti. Lalu tugas selanjutnya adalah anak-anak diperintahkan untuk menggambar atau menulis hasil pengamatan mereka.)

S: (Salah satu anak bertanya) Maksudnya bagaimana *to*, Bu?

P: Begini, tadi kalian *kan* sudah berjalan-jalan dan berhenti di suatu tempat , *to*? Nah, pada saat itu apa yang kalian amati? Setelah itu hasil pengamatan itu ditulis atau digambar. Oleh karena itu nama permainan ini adalah Mengamati Benda. Jelas?

S: Jelas,Bu?



P: Sekarang silahkan dikerjakan dan jangan lupa untuk menulis nama kalian di hasil tulisan atau gambar kalian.

(Lalu anak-anak mulai sibuk menulis dan menggambar sambil membayangkan dan mengingat apa yang sudah dikerjakan tadi)

Dari kegiatan ini, peneliti mengamati bahwa anak-anak sudah berusaha untuk memunculkan suatu benda ke dalam pikiran mereka atau dalam proses mereka disebut menggunakan mental. Hal itu terlihat pada saat satu bayangan muncul, mereka segera menulis atau menggambar dengan mencorat-coret di kertas.

c. Refleksi

1. Proses menggunakan mental pada anak tidak bisa secara langsung akan tetapi harus dipahami sebagai proses yang bertahap.
2. Suasana belajar sambil bermain sudah terasa di pertemuan VIII ini.
3. Proses membayangkan secara bertahap dapat lebih membantu anak untuk berkonsentrasi.
4. Saran untuk tindakan-tindakan selanjutnya adalah anak-anak perlu diberi kesempatan untuk berproses secara bertahap.

B.9 Pertemuan IX

Jenis Relaksasi: I

Materi: Permainan Ya dan Tidak

a. Tindakan dan Observasi I

Permainan ini memerlukan waktu hanya sekitar 5 menit.

P: Anak-anak, seperti biasa silahkan kalian berdiri dan membuat lingkaran.

(Karena sudah terbiasa dengan kegiatan seperti ini anak-anak tidak terlalu banyak komentar)

P: Permainan kita kali ini namanya “Permainan Ya dan Tidak”.

(Anak-anak mulai berkomentar dan menduga-duga cara bermainnya)

S: Bagaiman cara bermainnya, Bu?

P: Misalnya ibu menunjuk kaos kaki Ayu sambil bertanya “ Apakah kaos kaki Ayu berwarna kuning ?” Jika jawabannya “Ya” berarti kalian harus menggelengkan kepala sedangkan kalau jawabannya “Tidak” berarti kalian harus menganggukan kepala

S: O, kebalikannya to?

(Anak-anak mulai ribut dan asyik memperhatikan teman-temannya)

P: Nanti yang memberi pertanyaan bergantian, Ya? Sekarang dimulai dari siapa dulu?

S: (Anak-anak mulai ribut dan saling menunjukkan jari.)

Saya, Bu! Saya, Bu!

P: Baik! Dimulai dari Febri saja.

(Demikian seterusnya. Suasana cukup menyenangkan karena mereka mulai mencoba mencari sesuatu yang unik dari teman-temannya. Yang menarik perhatian peneliti dan guru sempoa adalah anak-anak tidak perlu selalu diingatkan lagi dengan kesepakatan di awal proses. Hal itu terlihat ketika memasuki materi pembelajaran sempoa anak-anak tidak perlu diingatkan lagi.)

Jenis Relaksasi: II

Materi: Mendongeng

b. Tindakan dan Observasi II

1. Ketika peneliti menawarkan untuk mendongeng anak-anak langsung menyambut dengan senang karena mereka sudah lama tidak mendengarkan dongeng.
2. Dongeng yang dipilih oleh peneliti adalah dongeng yang bersifat:
 - imajinatif
 - dapat membangun dialog antara peneliti dengan anak atau anak dengan anak
 - buku yang digunakan adalah buku bergambar sehingga ditunjukkan kepada anak untuk menarik perhatian mereka
3. Dalam mendongeng peneliti berusaha kreatif dan komunikatif mungkin tanpa melupakan bahwa anak perlu diajak berdialog.
4. Pada waktu peneliti mendongeng anak-anak langsung memilih posisi bergerombol di depan peneliti. Hal itu menunjukkan bahwa mereka ingin konsentrasi pada isi ceritanya.
5. Jika sampai adegan-adegan tertentu, peneliti berusaha menghubungkannya dengan kejadian sehari-hari yang akrab dengan anak.
6. Pada akhir cerita, anak-anak meminta peneliti untuk mendongeng pada pertemuan selanjutnya.

7. Ketika anak-anak memasuki materi dengan memakai mental, mereka tidak protes bahkan dari 5 soal yang diberikan oleh guru sempoa mereka meminta 5 soal lagi.

c. Refleksi

1. Ketika anak sudah dapat menikmati jalannya proses bermain sambil belajar, mereka tidak lagi melakukan aktivitas dengan perasaan terpaksa.
2. Tindakan seperti Relaksasi I dapat membuat anak untuk berpikir kreatif.
3. Tindakan Relaksasi II menunjukkan bahwa anak-anak terbantu dalam mengatasi kesulitan mereka ketika sampai pada materi berhitung dengan menggunakan mental.
4. Pada saat mendongeng peneliti seharusnya memasukkan hal-hal yang berhubungan dengan berhitung atau kegiatan mereka sehari-hari.

B.10. Pertemuan X

Jenis Relaksasi: I

Materi : Senam Otak” Kaki ke Tangan”

a. Tindakan dan Observasi I

1. Kegiatan ini diiringi dengan musik instrumen.
2. Peneliti mengajak anak-anak berdiri membentuk dua barisan.
3. Peneliti mengajak anak-anak Senam Otak. Istilah dan kegiatan ini tidak asing lagi bagi anak karena sudah beberapa kali melakukan.
4. Gerakan Senam Otak adalah sebagai berikut: lutut diangkat secara bergantian lalu tangan kanan disentuhkan ke lutut kiri dan tangan kiri

disentuhkan ke lutut kanan. Gerakan ini bisa dilakukan dengan memejamkan mata agar lebih bisa konsentrasi.

5. Anak-anak terlihat menikmati senam ini dan meminta untuk diajarkan gerakan-gerakan yang lain.
6. Anak-anak sudah terkondisi kedalam suasana belajar.

Jenis Relaksasi: II

Materi: Permainan Angka-Angka

b.Tindakan dan Observasi II

Tindakan ini terjadi pada menit ke 40 karena materi sebelumnya hanya sedikit.

P: Sebelum kita memakai mental kita bermain angka-angka dulu ya?

S: Seperti apa to,Bu?

(Peneliti menunjukkan kertas yang bertuliskan angka-angka . Masing-masing dari kalian akan diberi tiga lembar. Lalu guru sempoa membagikan lembaran kertas kepada anak-anak.)

P: Aturan mainnya seperti ini: Kalian mengurutkan angka dari yang paling kecil ke yang palinh besar dengan menggunakan garis lurus. Setiap berhenti pada suatu angka lingkarilah angka tersebut. Kegiatan dihentikan bila ada aba-aba.Setelah itu angka terakhir yang diperoleh dtulis dibagian bawah kertas.

(Sambil menjelaskan peneliti juga memberi satu contoh)

P: Jelas anak-anak!

S: Jelas, Bu!

P: Jangan lupa kertasnya diberi nama.

S: Iya bu.

P: Oke, pertandingan kita mulai!

(Setelah semua lembar dikerjakan guru sempoa mencatat skor angka yang didapat anak-anak. Pada saat proses terdengar komentar anak-anak, misalnya:

Angka 5 nya mana *sih!*

Bu, waktunya ditambah!, dan masih banyak lagi)

c. Refleksi

1. Anak-anak belum bisa menemukan pola dan susunan angka-angka tersebut. Hal itu bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah belum terbiasa berpikir untuk menemukan pola.
2. Pada saat Relaksasi I anak terlihat lebih siap untuk memulai belajar. Keadaan itu terlihat anak-anak siap untuk menjawab soal-soal yang diberikan guru sempoa.
3. Komentar-komentar dari anak pada saat Relaksasi II menunjukkan bahwa anak menikmati permainan itu.

C.Observasi pada saat materi pembelajaran sempoa

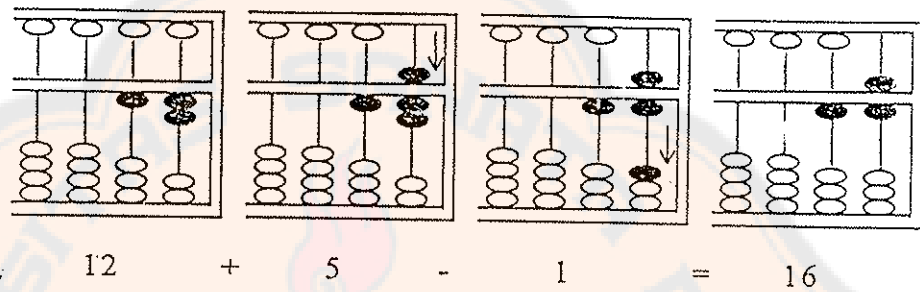
Materi yang diajarkan oleh guru sempoa pada waktu tindakan adalah Rumus Kawan Kecil (RKK) +, Rumus Kawan Kecil - dan Rumus Gabungan.

Rumus Kawan Kecil + dipakai untuk penjumlahan yang melibatkan manik lima.

Contoh.

$$12 + 4 = \dots\dots$$

Langkahnya : $12 + 5 - 1 = 16$

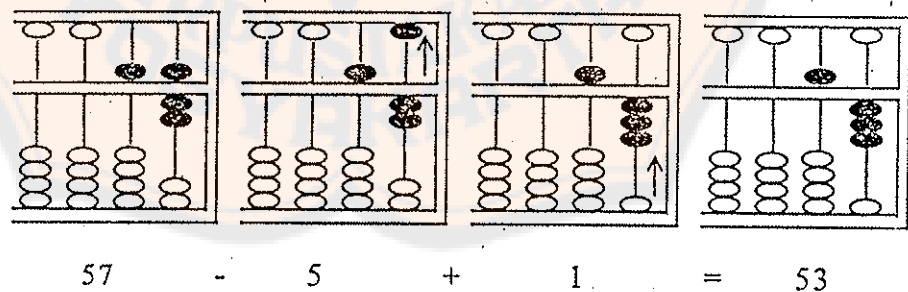


Rumus Kawan Kecil – dipakai untuk pengurangan yang melibatkan manik lima.

Contoh.

$$57 - 4 = \dots\dots$$

Langkahnya : $57 - 5 + 1 = 53$

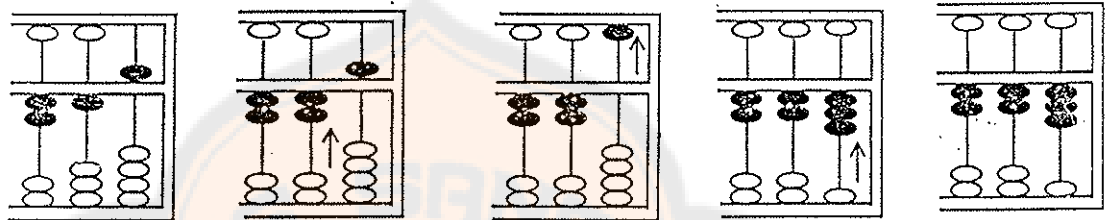


Rumus Gabungan dipakai untuk penjumlahan dan pengurangan.

Contoh.

$$215 + 8 = \dots\dots$$

Langkahnya : $215 + 10 - 5 + 3 = 223$



$$215 + 10 - 5 + 3 = 223$$

C.1 Pertemuan I

a. Materi:- Mengulang materi Rumus Kawan Kecil (RKK) +4 sampai +1.

-Penjelasan Rumus Kawan Kecil (RKK) -4 sampai -3

b. Observasi

1. Pada awal pelajaran anak-anak masih asyik dengan kegiatan masing-masing.
2. Pada saat materi pengulangan hanya beberapa anak yang memberi respon guru sempoa. Dua anak melihat buku dan tiga anak bercakap-cakap (di luar materi pelajaran)
3. Keterampilan anak-anak dalam menggunakan sempoa cukup baik. Terdapat dua anak yang agak lambat berhitung
4. Pada saat guru memberikan tugas beberapa anak berhasil menyelesaikan tugas dengan baik. Anak-anak yang lain tidak berhasil bahkan ada yang tidak mau menyelesaikan karena merasa sudah tertinggal oleh teman-temannya.

5. Pada saat berhitung dengan menggunakan mental beberapa anak memberi respon positif. Anak-anak yang lain hanya menjawab seperlunya saja.
6. Guru sempoa belum memberi perhatian pada anak-anak yang tertinggal terutama pada saat menggunakan mental.
7. Ada satu anak yang tidak hadir.

C.2. Pertemuan II

- a. Materi : -Mengulang materi minggu yang lalu yaitu RKK +4 sampai -3
-Penjelasan RKK -2 sampai -1

b. Observasi

1. Pada awal pelajaran keadaan anak masih seperti pertemuan sebelumnya.
2. Setelah Relaksasi yang pertama anak-anak terlihat belum merasakan dampak atau efek dari senam otak “ Tombol Keseimbangan”. Hal itu terlihat pada saat masuk ke materi anak-anak masih seperti pada pertemuan I.
3. Keterampilan anak dalam menggunakan sempoa sudah cukup baik . Ada tiga anak yang lambat dan selalu ketinggalan pada saat guru memberikan soal. Satu diantaranya karena tidak hadir pada pertemuan sebelumnya.
4. Kemauan menyelesaikan tugas rata-rata cukup baik karena hanya ada dua anak yang tidak menyelesaikan tugas.
5. Pada saat menggunakan mental ada beberapa perubahan yaitu anak-anak yang memberikan respon positif bertambah. Walaupun masih ada

beberapa anak yang selalu lambat berhitung, akan tetapi mereka sudah berusaha untuk menyelesaikan tugasnya.

6. Pada saat berhitung dengan menggunakan mental, guru sempoa masih terlalu cepat dalam membacakan soal latihan

C.3 Pertemuan III

- a. Materi: -Mengulang materi minggu yang lalu yaitu RKK +4 sampai -1
- Penjelasan Rumus Gabungan +9 sampai +8

- b. Observasi

1. Anak-anak sudah terkonidisi untuk memulai pelajaran. Hal itu terlihat ketika mereka mempersiapkan buku dan sempoa sebelum guru memintanya.
2. Pada saat berhitung dengan menggunakan sempoa ada dua anak yang selalu ketinggalan .
3. Guru sempoa selalu mengingatkan kesepakatan yang dibuat bersama ketika anak mulai tidak konsentrasi ke pelajaran.
4. Keberanian anak untuk bertanya dan menjawab pertanyaan cukup baik. Hal itu terlihat pada saat guru sempoa memberikan soal dan terlalu cepat membacanya anak-anak protes. Beberapa anak meminta guru untuk mengulangi soal yang sudah dibacakan.

5. Pada waktu berhitung menggunakan mental keadaan anak masih sama dengan dua pertemuan sebelumnya. Ada anak yang berhitung melihat sempoa secara sembunyi-sembunyi.
6. Diadakan tes kecil dengan materi RKK -4 sampai -1

C.4 Pertemuan IV

- a. Materi: - Mengulang materi minggu yang lalu yaitu Rumus Gabungan $+9$ sampai $+8$
- Penjelasan Rumus Gabungan $+7$ sampai $+6$
- b. Observasi
 1. Anak-anak kurang bersemangat diakibatkan karena relaksasi yang dilakukan sudah pernah dipraktekkan dan tidak menarik.
 2. Anak-anak merasa bosan (guru sempoa sempat bertanya kepada anak-anak)
 3. Walaupun suasana kelas tidak mengesankan, beberapa anak masih terlihat bersemangat.
 4. Kemauan anak-anak untuk bertanya dan berkomentar berkurang.
 5. Pada saat materi menggunakan mental anak-anak kelihatan agak bersemangat. Hal itu terlihat karena beberapa anak ada yang berani menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh guru sempoa. Tindakan itu mengakibatkan anak-anak yang lain termotivasi untuk melakukan tindakan serupa.

6. Guru sempoa sudah terlihat memberikan perhatian pada anak-anak yang ketinggalan dengan memberikan komentar-komentar yang menguatkan dan memperlambat cara membacanya.
7. Ada dua anak yang tidak hadir.

C.5. Pertemuan V

- a. Materi:- Mengulangi materi Rumus Gabungan +9 sampai +6
- Penjelasan Rumus Gabungan -9 sampai -8

- b. Observasi

1. Karena keributan yang terjadi pada saat Relaksasi I anak-anak masih sulit dikendalikan dan dibawa kesuasana belajar.
2. Guru sempoa terlihat kewalahan lalu meminta bantuan peneliti.
3. Semangat berhitung dengan menggunakan sempoa agak berkurang, ada empat anak yang malas untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh guru sempoa. Tapi hal itu tidak berlangsung lama karena guru sempoa mengatasi keadaan tersebut dengan mengadakan lomba berhitung yang berbentuk soal cerita.
4. Keberanian untuk maju ke depan cukup baik karena beberapa anak saling berebut untuk maju. Ada dua anak yang kelihatan malas dengan aktifitas seperti itu.
5. Pada saat berhitung dengan menggunakan mental anak-anak terlihat menikmati proses belajarnya.
6. Diadakan tes kecil dengan materi Rumus Gabungan +9 sampai +6

C.6 Pertemuan VI

a. Materi: - Mengulang materi Rumus Gabungan +9 sampai -8

- Penjelasan Rumus Gabungan -7 sampai -6

b. Observasi

1. Anak-anak sudah terkondisi untuk belajar.
2. Pada saat berhitung dengan menggunakan sempoa respon anak sangat baik karena pada saat relaksasi mereka sudah pemanasan dengan menggunakan sempoa.
3. Spontanitas untuk bertanya dan menjawab pertanyaan cukup baik.
4. Guru sempoa mulai memberikan perhatian kepada anak-anak yang terlihat pasif. Caranya yaitu dengan memberi kesempatan mereka untuk berperan dalam setiap aktivitas (misalnya membacakan soal, menghapus papan tulis, dan lain-lain)
5. Waktu untuk berhitung dengan menggunakan sempoa sangat sedikit karena waktu untuk Relaksasi II terlalu lama.
6. Pada waktu menggunakan mental, beberapa anak yang pasif sudah bertambah aktif.

C.7. Pertemuan VII

a. Materi : -Mengulang materi Rumus Gabungan +9 sampai -6

- Pengenalan perkalian.

b. Observasi

1. Guru sempoa perlu lebih kreatif untuk membawa anak kedalam suasana belajar sambil bermain.
2. Pada saat berhitung dengan menggunakan sempoa, ada anak yang berjalan kesana-sini . Peneliti dan guru sempoa sengaja membiarkan kegiatan itu selama tidak mengganggu jalannya proses belajar. Aktifitas fisik seperti itu kadang diperlukan karena terbukti anak tersebut tidak lupa menyelesaikan tugasnya.
3. Pada saat berhitung dengan menggunakan mental, guru sempoa membaca soal dengan perlahan-lahan sehingga anak-anak merasa cukup waktu untuk memunculkan gerakan manik-manik sempoa di dalam pikiran mereka.
4. Dinamika kelas terasa enak dan menyenangkan karena anak-anak kreatif . Halitu terlihat dari aktifitas mereka pada saat relaksasi dan pada saat masuk ke materi.
5. Diadakan tes kecil dengan materi Rumus Gabungan -9 sampai -6 .

C.8. Pertemuan VIII

a.Materi:-Mengulang materi RKK $+4$ sampai -1

- Pengenalan perkalian

b. Observasi.

1. Anak-anak sudah terkondisi sesudah bermain adalah belajar.
2. Keterampilan anak dalam menggunakan sempoa sudah ada perubahan terutama pada anak yang dahulu kemampuannya sedang-sedang saja.

3. Pada saat menggunakan mental ada anak yang kelihatan malas akan tetapi setelah melihat teman-teman yang lain bersemangat, dia lalu termotivasi.

C.9. Pertemuan IX

a. Materi: - Mengulang materi Rumus Gabungan $+9$ sampai -6 .

- Pengenalan perkalian

b. Observasi:

1. Dinamika kelas cukup baik. Pada saat anak-anak menjawab soal-soal dengan menggunakan sempoa dan secara berkelompok, semua kelompok dapat menjawab semua soal.
2. Keberanian untuk maju kedepan (sebagai wakil kelompok) dapat dikatakan baik karena guru sempoa tidak perlu menunjuk anak, akan tetapi anak-anak sendiri yang berkeinginan untuk maju.
3. Suasana bermain sambil belajar sangat terasa.
4. Anak-anak kelihatan senang dan merasa tidak terpaksa untuk berproses.
5. Pada saat berhitung dengan menggunakan mental, intensitas guru sempoa untuk mengulangi soal yang sudah dibaca berkurang. Hal itu berarti anak-anak sudah mulai terbiasa berhitung dengan menggunakan mental.
6. Anak-anak meminta soal tambahan (waktu berhitung dengan menggunakan mental)

C.10. Pertemuan X

a. Materi : Pemantapan materi RKK dan Rumus Gabungan

b. Observasi

1. Sama seperti pertemuan sebelumnya, walaupun aktivitas fisik mereka banyak akan tetapi suasana belajar sambil bermain tetap terasa.
2. Keterampilan berhitung dengan menggunakan sempoa lebih baik. Konsentrasi mereka sudah lebih baik dari sebelumnya.
3. Pada saat berhitung dengan menggunakan mental, anak-anak kelihatan menikmati artinya mereka tidak merasa terpaksa melakukan kegiatan ini. Hal itu terlihat pada saat guru memberikan soal mereka segera berusaha menjawabnya.
4. Diadakan tes kecil dengan materi Kumus Kawan Kecil dan Rumus Gabungan.

BAB V

ANALISIS DATA DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Tentang Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Tegalrejo II yang terletak di daerah Wirobrajan. Letak sekolah termasuk di daerah perkotaan karena tidak jauh dari jalan besar. Dari seluruh siswa yang ada, 12 di antaranya mengikuti Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental. Keadaan siswa di kelas sempoa dalam setiap proses selalu dinamis karena kebetulan yang mengikuti kursus ini adalah siswa-siswa aktif.

Dalam menyelenggarakan Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental, SDN Tegalrejo II bekerja sama dengan Lembaga Pendidikan Mental Aritmatika (LPMA) "Sinar Bocah" Yogyakarta. LPMA "Sinar Bocah" adalah sebuah lembaga yang peduli pada pengembangan aritmatika anak. Keistimewaan lembaga ini adalah pelaksanaan kursus tidak dilaksanakan di tempat kursus, akan tetapi staf pengajar "SIBO" yang mendatangi sekolah. Lembaga tersebut sudah mempraktekkan bentuk-bentuk relaksasi seperti mendongeng, menyanyi, dan permainan. Hanya sayangnya belum diperhatikan saat yang tepat untuk berelaksasi.

B. Pribadi Anak (siswa sempoa) Menurut Guru Kelas dan Guru Sempoa Masa Pra Tindakan.

Penelitian ini menyoroti perubahan-perubahan yang terjadi dari mulai masa pra tindakan sampai pasca tindakan. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu untuk mengetahui keadaan awal siswa dalam proses belajar mengajar.

Menurut Winkel (1996) keadaan awal yaitu keadaan yang terdapat sebelum proses belajar mengajar dimulai, namun dapat berperan terhadap proses itu. Salah satu aspek dari keadaan awal adalah pribadi siswa. Pribadi siswa mencakup hal-hal seperti: taraf intelegensi, daya kreativitas, kemampuan berbahasa, kecepatan belajar, kadar motivasi belajar, sikap terhadap tugas belajar, minat dalam belajar, perasaan dalam belajar, dan kondisi mental dan fisik.

Dengan memperhatikan hal-hal diatas, peneliti menggolongkan indikator-indikator yang harus diamati adalah sebagai berikut:

1. Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai
2. Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan.
3. Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.
4. Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.
5. Konsentrasi siswa selama pelajaran.
6. Kemampuan siswa dalam memahami materi.
7. Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.

Untuk mendapatkan data tentang pribadi anak pada masa pra tindakan, maka peneliti meminta pertimbangan dan masukan dari guru kelas dan guru sempoa. Informasi dari guru kelas dan guru sempoa diperoleh dengan cara mengisi lembar penilaian yang sudah dipersiapkan. Penilaian itu bersifat umum artinya sebatas dan sejauh penilaian guru kelas dan guru sempoa. Konsekuensinya adalah hasil penilaian menjadi bersifat subyektif.

Ukuran skala yang digunakan peneliti bergerak dari sangat tinggi, tinggi, cukup, rendah, dan sangat rendah. Penilaian guru kelas terhadap pribadi anak (12 siswa yang mengikuti Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental) dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 5.1 Penilaian Guru Kelas terhadap 12 Siswa Sempoa

No	Nama	Indikator						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Risa Ayu Cempaka	T	R	ST	C	C	C	R
2	Budi Ari Sapriyanto	T	C	C	T	SR	C	C
3	Rayi Pirukya Amadyuti	T	C	T	T	C	C	C
4	Sarah Ayu Safitri Eka Mas	ST	C	T	C	C	T	T
5	Angger Nooroel Ambar	R	C	T	C	R	C	R
6	Riyana Mustika Putri	C	C	T	C	C	C	C
7	Sandra Nawa Ningsih	C	C	T	C	C	C	C
8	Ayu Septi Handayani	C	R	C	T	ST	T	C
9	Febri Andriyanto	R	C	T	R	R	C	R
10	Yudan Hari Sandika	C	C	T	C	C	C	C
11	Dedy Purwoko	C	C	T	C	R	C	C
12	Dhiky Pramudya Gilang Jati	ST	C	T	SR	T	ST	SR

Keterangan:ST=Sangat Tinggi,T=Tinggi,C=Cukup,R=Rendah,SR=Sangat

Rendah

Indikator-indikator yang diamati:

1. Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai
2. Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan.

3. Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.
4. Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.
5. Konsentrasi siswa selama pelajaran.
6. Kemampuan siswa dalam memahami materi.
7. Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.

Penilaian guru sempoa terhadap pribadi anak (12 siswa yang mengikuti Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental) dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 5.2 Penilaian Guru Sempoa terhadap 12 Siswa Sempoa

No	Indikator							
	Nama	1	2	3	4	5	6	7
1	Risa Ayu Cempaka	T	R	T	T	C	C	R
2	Budi Ari Sapriyanto	C	C	C	T	R	C	C
3	Rayi Pirukya Amadyuti	T	C	C	T	C	T	C
4	Sarah Ayu Safitri Eka Mas	T	C	C	C	C	T	T
5	Angger Nooroel Ambar	C	C	ST	C	R	C	R
6	Riyana Mustika Putri	C	C	C	T	R	C	C
7	Sandra Nawa Ningsih	C	C	T	C	C	T	C
8	Ayu Septi Handayani	C	R	T	T	SR	R	T
9	Febri Andriyanto	R	C	C	R	R	C	R
10	Yudan Hari Sandika	C	C	C	C	C	C	C
11	Dedy Purwoko	C	C	C	T	R	C	C
12	Dhiky Pramudya Gilang Jati	T	C	T	SR	C	ST	SR

Keterangan:ST=Sangat Tinggi, T=Tinggi,C=Cukup, R=Rendah,SR= Sangat Rendah

Untuk mengurangi atau meminimalisir subyektivitas penilaian guru kelas dan guru sempoa, peneliti membandingkan hasil penilaian dari kedua guru tersebut.

Tabel 5.3 Rekapitulasi Penilaian Guru Kelas dan Guru Sempoa terhadap 12 Siswa Sempoa

No	Indikator	Sangat Tinggi		Tinggi		Cukup		Rendah		Sangat Rendah	
		GK	GS	GK	GS	GK	GS	GK	GS	GK	GS
1	Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai	2 (16,7%)	-	3 (25%)	4 (33,3%)	5 (41,7%)	8 (66,7%)	2 (16,7%)	-	-	-
2	Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan	-	-	-	-	10 (83,3%)	10 (83,3%)	2 (16,7%)	2 (16,7%)	-	-
3	Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.	1 (8,3%)	1 (8,3%)	9 (75%)	4 (33,3%)	2 (16,7%)	7 (58,3%)	-	-	-	-
4	Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.	-	-	3 (25%)	6 (50%)	7 (58,3%)	4 (33,3%)	1 (8,3%)	1 (8,3%)	1 (8,3%)	1 (8,3%)
5	Konsentrasi siswa selama pelajaran.	-	-	1 (8,3%)	-	6 (50%)	6 (50%)	3 (25%)	5 (41,7%)	2 (16,6%)	1 (8,3%)
6	Kemampuan siswa dalam memahami materi.	1 (8,3%)	1 (8,3%)	1 (8,3%)	3 (25%)	9 (75%)	7 (58,3%)	1 (8,3%)	1 (8,3%)	-	-
7	Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.	-	-	1 (8,3%)	2 (16,7%)	7 (58,3%)	6 (50%)	3 (25%)	3 (25%)	1 (8,3%)	1 (8,3%)

Catatan: GK berarti Guru Kelas dan GS berarti Guru Sempoa

Pada tabel diatas untuk indikator kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai diperoleh 2 (16,7%). Angka 2 berarti ada 2 orang yang kemauan mengerjakan tugas sampai selesai oleh guru kelas dinyatakan sangat tinggi dan angka 16,7 menyatakan 2 dari 12 anak. Demikian seterusnya.

Tabel 5.3 memperlihatkan hasil penilaian guru kelas dan guru sempoa mengenai pribadi ke 12 siswa sempoa. Hasil perbandingannya adalah sebagai berikut:

1. Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai.

- Di kelas asal, persentase siswa yang tergolong sangat tinggi 16,7%, tinggi 25%, cukup 41,7%, dan rendah 16,7%.
- Di kelas sempoa, persentase siswa yang tergolong tinggi 33,3%, dan cukup 66,7%.

2. Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan.

- Di kelas asal, persentase siswa yang tergolong cukup 83,3%, dan rendah 16,7%.
- Di kelas sempoa, persentase siswa yang tergolong cukup 83,3%, dan rendah 16,7%.

3. Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.

- Di kelas asal, persentase siswa yang tergolong sangat tinggi 8,3%, tinggi 75%, dan cukup 16,7%.
- Di kelas sempoa, persentase siswa yang tergolong sangat tinggi 8,35%, tinggi 33,3%, dan cukup 58,3%.

4. Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.

- Di kelas asal, persentase siswa yang tergolong tinggi 25%, cukup 58,3%, rendah 8,3%, dan sangat rendah 8,3%.
- Di kelas sempoa, persentase siswa yang tergolong tinggi 50%, cukup 33,3%, rendah 8,3%, dan sangat rendah 8,3%.

5. Konsentrasi siswa selama pelajaran.

- Di kelas asal, persentase siswa yang tergolong tinggi 8,3%, cukup 50%, rendah 25%, dan sangat rendah 16,7%.
- Di kelas sempoa, persentase siswa yang tergolong cukup 50%, rendah 41,7% dan sangat rendah 8,3%.

6. Kemampuan siswa memahami materi.

- Di kelas asal, persentase siswa yang tergolong sangat tinggi 8,3%, tinggi 8,3%, cukup 75% dan rendah 8,3%.

- Di kelas sempoa, persentase siswa yang tergolong sangat tinggi 8,3%, tinggi 25%, cukup 58,3%, dan rendah 8,3%.
7. Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.
- Di kelas asal, persentase siswa yang tergolong tinggi 8,3%, cukup 58,3%, rendah 25%, dan sangat rendah 8,3%.
 - Di kelas sempoa, persentase siswa yang tergolong tinggi 16,7%, cukup 50%, rendah 25%, dan sangat rendah 8,3%.

Peneliti menyimpulkan hasil perbandingan itu yaitu indikator nomor 1,2,5,6 dan 7 rata-rata tergolong cukup, sedangkan untuk indikator nomor 3 dan 4 ada perbedaan. Jika dicermati, tabel 5.3 , persentase terbesar berada pada skala penilaian tinggi dan cukup. Jadi, kecenderungan penilaian untuk indikator nomor 3 dan 4 tidak terlalu jauh berbeda, yaitu berkisar antara tinggi dan cukup.

Peneliti memutuskan bahwa kondisi awal adalah kondisi anak (siswa sempoa) ketika mereka berada di kelas sempoa. Dengan demikian, untuk indikator nomor 3 dan 4 peneliti cenderung pada hasil penilaian guru sempoa. Jadi, motivasi dan semangat siswa selama pelajaran tergolong cukup, sedangkan kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran tergolong tinggi.

Menurut penilaian peneliti dan setelah konfirmasi dengan guru kelas dan guru sempoa, adanya perbedaan itu disebabkan karena:

- a. Subyektivitas guru kelas dan guru sempoa.
- b. Kondisi mental dan fisik siswa.

- c. Dari beberapa anak yang mengikuti Kursus Sempoa dan Arimatika Mental ada teman-teman (akrab) mereka yang tidak ikut, sehingga mempengaruhi semangat anak dalam proses belajar.
- d. Sedikitnya jumlah anak yang mengikuti Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental mengakibatkan anak lebih mudah berinteraksi dan bekerjasama.

Setelah mendapatkan data pribadi anak pada awal proses dan karena mereka berada di kelas sempoa, maka peneliti merasa perlu untuk menambah 2 indikator lagi. Penilaian terhadap 2 indikator tersebut dipengaruhi oleh subyektivitas dari guru sempoa. Adapun 2 indikator itu yaitu keterampilan menggunakan sempoa dan keterampilan menggunakan mental. Hasil penilaian mengenai pribadi anak (siswa sempoa) secara keseluruhan dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 5.4 Pribadi Anak (12 siswa sempoa) Masa Pra Tindakan

No	Nama	Indikator								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Risa Ayu Cempaka	T	R	T	T	C	C	R	T	C
2	Budi Ari Sapriyanto	C	C	C	T	R	C	C	T	C
3	Rayi Pirukya Amadyuti	T	C	C	T	C	T	C	T	C
4	Sarah Ayu Safitri Eka Mas	T	C	C	C	C	T	T	C	R
5	Angger Nooroel Ambar	C	C	ST	C	R	C	R	C	C
6	Riyana Mustika Putri	C	C	C	T	R	C	C	C	R
7	Sandra Nawa Ningsih	C	C	T	C	C	T	C	T	C
8	Ayu Septi Handayani	C	R	T	T	SR	R	T	T	C
9	Febri Andriyanto	C	C	C	R	R	C	R	C	C
10	Yudan Hari Sandika	C	C	C	C	C	C	C	R	R
11	Dedy Purwoko	C	C	C	T	R	C	C	T	C
12	Dhiky Pramudya Gilang Jati	T	C	T	SR	C	ST	SR	T	T

Indikator-indikator yang diamati:

1. Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai

2. Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan.
3. Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.
4. Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.
5. Konsentrasi siswa selama pelajaran.
6. Kemampuan siswa dalam memahami materi.
7. Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.
8. Keterampilan menggunakan sempoa.
9. Keterampilan menggunakan mental.

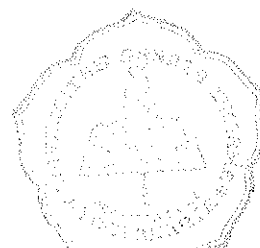
Dari tabel 5.4 didapat keterampilan anak menggunakan sempoa tergolong tinggi (50 %) dan keterampilan anak menggunakan mental tergolong cukup (66,7%). Tabel 5.4 merupakan data pribadi siswa masa pra tindakan.

C. Analisis Fakta-Fakta Atau Fenomena-Fenomena Menarik Selama Tindakan Dilakukan

C.1. Pertemuan I

Fakta-fakta yang menarik adalah:

- a. Pada awal pelajaran anak-anak masih asyik dengan kegiatannya masing-masing.
- b. Pada saat relaksasi I ada satu komentar yang tidak diduga oleh pelaku tindakan (peneliti) maupun pengamat (guru sempoa), yaitu "Asyik".
- c. Pada saat relaksasi I, anak-anak saling berebut maju.



- d. Setelah permainan anak-anak menjadi ketagihan untuk bermain-main lagi.
- e. Pada saat pembelajaran dengan menggunakan sempoa (pengulangan materi minggu sebelumnya) hanya beberapa anak yang memberi respon positif, ada 2 anak yang melihat buku dan 3 anak bercakap-cakap di luar materi.
- f. Anak tanpa berpikir panjang langsung menjawab “Ya!”.
- g. Guru sempoa belum memperhatikan anak-anak yang ketinggalan berhitung.
- h. Pada saat relaksasi II anak-anak menyelesaikan masalah (teka-teki) dengan cara-caranya sendiri.
- i. Pada saat berhitung dengan menggunakan mental (lepas sempoa) beberapa anak yang memberi respon positif dan yang lain hanya menjawab seperlunya saja.

Analisis:

Fakta **a**, **e**, dan **i** merupakan gambaran kondisi di mana anak-anak belum siap untuk memulai pelajaran. Ungkapan “Asyik” yang dilontarkan oleh salah satu anak menandakan bahwa anak tersebut merasakan kelegaan artinya pada saat sebelumnya atau pada saat itu dia sedang tidak nyaman. Ketidaknyamanan itu dapat disebabkan karena si anak kelelahan, jenuh atau bosan. Akibatnya anak kehilangan minat atau dorongan untuk belajar.

Fenomena tersebut jika dihubungkan dengan pendapat Slameto, maka berarti bahwa si anak pada saat itu sedang mengalami kelelahan rohani.

Kelelahan rohani nampak dari adanya kebosanan dan kejenuhan yang mengakibatkan minat atau dorongan untuk belajar menjadi hilang. Salah satu sebab seseorang mengalami kelelahan rohani adalah karena dia mengerjakan sesuatu (dalam hal ini belajar) dengan terpaksa.

Menurut teori Thorndike (Sumadi Suyabratal,1998), yaitu Hukum Kesiapan, salah satu keadaan itu adalah:

Seseorang yang cenderung untuk tidak melakukan sesuatu kegiatan (belajar) tetapi karena ia dipaksa untuk melakukannya, maka timbul ketidakpuasan dalam dirinya sendiri, sehingga ia melakukan tindakan lain (bermain, bercakap-cakap, dan lain-lain) untuk mengurangi atau menetralkan ketidakpuasannya.

Lalu, menjadi sangat mungkin fakta d terjadi.

Fakta c, menandakan bahwa anak-anak bersemangat, rela (tidak terpaksa) dan senang dengan kegiatan yang ditawarkan oleh pelaku tindakan.

Fakta f, menandakan bahwa anak-anak belum sadar akan konsekuensi dari jawaban “Ya!” tersebut. Untuk itu peneliti atau guru sempoa dituntut untuk bisa mengarahkan (menyadarkan) anak bahwa jawaban “Ya!” berkonsekuensi. Konsekuensinya adalah mereka harus siap belajar apabila permainan sudah selesai.

Fakta g, menandakan bahwa guru sempoa belum memperhatikan dan mengenal dekat anak-anaknya. Padahal, hal itu sangat dibutuhkan ketika terjadi fakta h, yaitu di mana guru sempoa harus memahami bahwa pribadi tiap-tiap anak adalah unik. Mereka menyelesaikan masalah atau menanggapi

sebuah situasi sesuai dengan karakternya masing-masing. Sehubungan dengan fakta **h**, keterikatan anak-anak pada hal yang konkrit sangat kelihatan, sehingga tindakan yang diambil peneliti adalah menunjuk 4 anak untuk menjadi peraga. Hal itu juga menunjukkan bahwa kemampuan imajinasi dan mental anak masih perlu digali lagi.

Maltz (2000) menyatakan kunci untuk mengaktifkan imajinasi kreatif yaitu kemampuan untuk menciptakan bayangan tertentu dalam pikiran manusia adalah relaksasi.

Peneliti juga berpendapat bahwa anak-anak membutuhkan *reward*, hadiah atau penghargaan atas usaha-usaha yang telah mereka lakukan. Salah satu usaha peneliti terwujud dalam dialog berikut “Kalau bisa menjawab hadiahnya tepuk tangan!”. Walaupun *reward* itu bukan terwujud barang (tepu tangan) akan tetapi sudah cukup untuk menyegarkan suasana dan anak-anak merasa dihargai.

Pada pertemuan I, peneliti secara implisit sudah melakukan tawaran proses “Kita bermain tapi sehabis bermain kita belajar ya?”. Untuk itu yang diperlukan dari proses “tawar menawar” adalah kejelasan aturan main yang disepakati bersama.

C.2. Pertemuan II.

Fakta-fakta yang menarik:

- a. Pada awal pelajaran kondisi anak-anak masih seperti pada pertemuan I.
- b. Pada saat relaksasi I, anak-anak masih belum sepenuhnya serius.

- c. Pada saat materi dengan menggunakan sempoa, keterampilan sempoa cukup baik dan kemauan anak menyelesaikan tugas rata-rata cukup baik.
- d. Pada saat guru sempoa menawari untuk berhitung dengan menggunakan mental, anak-anak banyak yang mengeluh.
- e. Pada saat relaksasi II, anak-anak melakukan tapi belum merasakan.
- f. Guru sempoa masih terlalu cepat dalam membacakan soal.

Analisis:

Fakta a, menunjukkan bahwa usaha-usaha guru sempoa atau peneliti belum membawa hasil. Oleh karena itu diperlukan perubahan-perubahan dalam mengemas penyampaian materi pada waktu pelajaran akan dimulai.

Usaha-usaha itu diantaranya:

1. Ekspresi guru harus selalu ceria sehingga suasana menjadi segar dan menyenangkan.
2. Guru mempertinggi daya empatiknya agar lebih menangkap suasana hati anak-anak.

Fakta b, ketidakseriusan anak-anak dipahami pengamat dan peneliti karena anak belum terbiasa dengan materi yang ditawarkan. Oleh karena itu untuk materi senam otak peneliti atau guru sempoa seharusnya menjelaskan maksud dan tujuannya dengan bahasa anak-anak. Teknik senam otak dijelaskan secara bertahap.

Fakta c, menunjukkan bahwa suasana sebelumnya bisa membantu anak-anak untuk menikmati proses berikutnya. Hal itu terlihat ketika anak-anak

bersemangat, rela, tidak terpaksa, dan itu berarti mereka sudah merasa relaks untuk berproses.

Analisis fakta **d** sama dengan analisis fakta nomor **a,e**, dan **i** pada pertemuan I.

Fakta **e**, berarti anak-anak belum sadar. Untuk membawa ke kondisi sadar usaha-usaha yang dilakukan adalah:

1. Guru sempoa atau peneliti memandu proses secara bertahap.
2. Membantu proses anak-anak dengan disertai iringan musik.

Fakta **f**, diperlukan kepekaan guru sempoa untuk tanggap akan situasi yang terjadi pada anak-anak.

C.3.Pertemuan III

Fakta-fakta yang menarik:

- a. Peneliti, guru sempoa dan anak-anak membuat kesepakatan proses.
- b. Anak-anak diajak untuk aktif (memberi tebakan pada saat relaksasi I).
- c. Pada saat guru sempoa memberikan materi, anak-anak selalu diingatkan dengan kesepakatan yang sudah dibuat bersama.
- d. Anak-anak protes ketika guru membaca soal terlalu cepat.
- e. Pada saat anak berhitung dengan menggunakan mental, ada anak yang melihat sempoa secara sembunyi-sembunyi.

Analisis:

Fakta **a**, proses pembuatan kesepakatan hendaknya ditekankan untuk menggali atau memancing keaktifan anak. Usaha itu diantaranya:

1. Diskusi tidak perlu dikemas secara formal, akan tetapi dikemas secara santai tapi “mengena”.
2. Guru sempoa atau peneliti memancing pendapat atau komentar-komentar dari anak dan kemudian ditawarkan kepada anak-anak yang lain.
3. Guru memperkenalkan kepada anak-anak bahwa kesepakatan selalu ada konsekuensinya.

Fakta **b**, walaupun itu berupa permainan akan tetapi semaksimal mungkin digunakan sebagai sarana untuk menggali imaginasi dan keberanian anak. Sebaliknya guru sempoa atau peneliti menunjuk anak-anak yang kurang aktif untuk memberikan tebakan.

Fakta **c**, guru sempoa atau peneliti harus selalu peka dengan kondisi anak. Jika anak sudah “keluar” (tidak konsentrasi) pada materi maka perlu adanya tindakan teguran. Teguran atau peringatan hendaknya tidak bersifat *judge* (menghakimi), akan tetapi lebih menekankan pada kesadaran untuk berproses.

Fakta **d**, menunjukkan bahwa anak-anak mulai aktif dan perhatian kepada guru. Oleh karena itu, sebaliknya guru sempoa menanggapi respon anak secara positif.

Fakta **e**, kebiasaan anak yang seperti itu bukan berarti anak tersebut sedang mengalami kemunduran proses. Guru sempoa harus memahami bahwa pada usia tersebut anak-anak memang masih sangat terikat dengan benda-benda konkrit (menurut Piaget termasuk dalam tahap operasional konkrit).

Jadi, tugas kita adalah mengarahkan dan membantu anak untuk melepaskan keterikatan itu secara bertahap.

C.4 Pertemuan IV

Fakta-fakta yang menarik:

- a. Permainan yang sudah pernah dilakukan membuat anak-anak menjadi malas dan tidak bersemangat.
- b. Peneliti mengajak anak-anak aktif dalam permainan (relaksasi I).
- c. Peneliti berusaha membangkitkan semangat dengan memberikan pujian.
- d. Pada saat materi berhitung dengan menggunakan mental, keberanian untuk menjawab pertanyaan meningkat.
- e. Anak-anak berteriak dan berkomentar, diantaranya “Aduh, mana sih yang lain!”, “Bunga apa saja to, Bu?”.
- f. Saat Relaksi II, diiringi dengan musik.

Analisis:

Fakta **a**, peneliti dan guru sempoa perlu mengevaluasi tindakan yang sudah dilakukan. Setelah peneliti bertanya kepada anak-anak, rata-rata menjawab “Bosan!”. Hal ini menunjukkan bahwa kemasan dari relaksasi I tidak menarik. Untuk itulah peneliti atau guru sempoa harus lebih kreatif membuat variasi-variasi tekniknya.

Fakta **b**, hal itu sebagai salah satu cara untuk mengajak anak berperan dalam proses belajar. Mereka diajak untuk bertanggung jawab melalui

pembagian tugas. Dari proses ini diharapkan anak menjadi terbiasa untuk berpikir kreatif dan bertanggung jawab.

Fakta **c**, anak membutuhkan stimulus untuk membangkitkan semangat belajarnya. Salah satu guru sempoa memberikan kata-kata pujian, misalnya “Bagus!”, “Kamu benar,....”. Berdasarkan Teori Operant Conditioning dari Skinner (Sumadi Suryabrata,1998), kata-kata pujian untuk merupakan efek positif terhadap reaksi atau perbuatan, maka anak akan cenderung untuk mengulang kembali perbuatannya.

Fakta **d**, analisisnya sama dengan analisis fakta **c** pertemuan III.

Fakta **e**, teriakan dan komentar anak bukanlah sesuatu tindakan yang tidaak ada artinya. Tindakan tersebut bisa berarti bahwa anak pada saat itu ingin melepaskan ketegangan. Entah itu karena diburu waktu atau karena si anak sudah tertinggal oleh teman-temannya.

Fakta **f**, musik dapat membawa suasana santai di dalam kelas. Di samping itu, musik juga dapat menolong anak untuk melepaskan ketegangan.

C.5 Pertemuan V

Fakta-fakta yang menarik

- a. Pada saat relaksasi I, anak-anak tidak terkendali.
- b. Peneliti atau guru sempoa belum memberikan teguran-teguran positif ketika anak-anak-anak tidak berkonsentrasi pada pelajaran (pada saat berhitung dengan menggunakan sempoa).

Analisis:

Fakta **a**, anak-anak menjadi tidak terkendali dapat disebabkan karena:

- a. Aturan main pada saat relaksasi I tidak jelas (belum dipahami anak).
- b. Anak-anak sedang membutuhkan “ruang” untuk melepaskan emosi (sebagai penetralisir rasa kelelahan).
- c. Anak-anak terlalu bersemangat untuk memperoleh nilai sebanyak – banyaknya.

Oleh karena itu, permainan “Duel ala Irlandia” dapat digunakan guru sempoa atau peneliti sebagai sarana untuk menanamkan nilai-nilai kepada anak-anak tentang:

- a. Belajar bersikap sportif.
- b. Belajar berperilaku sosial yang baik.
- c. Belajar bertanggung jawab dan disiplin dalam proses (setelah terjadi tawar menawar mengenai aturan main).

Fakta **b**, menegur anak bukan berarti tidak menghargai kebebasannya. Teguran yang dilakukan guru sempoa sebaiknya bertujuan untuk membuat perubahan. Perubahan-perubahan yang diharapkan akan terjadi perubahan yang bercorak positif, yaitu perubahan yang semakin mengarah ke tahap yang lebih baik.

C.6 Pertemuan VI

Fakta-fakta yang menarik:

- a. Anak-anak sudah bisa menghargai waktu.

- b. Pada saat materi berhitung dengan menggunakan sempoa, guru sempoa sudah memperhatikan anak-anak pasif.
- c. Pada saat relaksasi II, keberanian dan kreativitas anak kurang.

Analisis

Fakta **a**, menunjukkan bahwa anak-anak sudah “sadar proses” artinya mereka mulai bisa *manage* waktu, bermain dan belajar.

Menurut C. Van Parreren (Winkel, 1996) sumber-sumber energi psikis merupakan bahan bakar yang memberikan kekuatan dan dorongan kepada orang untuk melakukan berbagai aktifitas diantaranya kegiatan belajar. Sumber energi psikis yang dimaksud dalam hal ini adalah kemauan untuk belajar menghargai waktu.

Fakta **b**, sebagai inspirator, guru memberikan semangat pada setiap anak tanpa terpaku pada taraf kemampuan intelektual atau motivasi belajarnya. Setiap anak berhak mendapat perhatian yang sama dari guru, sehingga anak merasa nyaman dan senang pada proses belajar.

Fakta **c**, disebabkan anak masih asing dengan permainan-permainan “benda-benda ajaib”. Permainan imajinatif seperti ini memang membutuhkan konsentrasi dan kreativitas mencipta yang tinggi. Untuk itu guru sempoa atau peneliti harus lebih sabar membimbing anak dalam belajar membentuk rangkaian gerak-gerak. Guru sempoa atau peneliti lebih berperan sebagai fasilitator.

C.7. Pertemuan VII

Fakta yang menarik:

- a. Pada saat memberikan materi, guru sempoa membiarkan anak berjalan kesana kemari selama tidak mengganggu proses.
- b. Pada saat menggunakan mental, guru sempoa membaca soal dengan perlahan-lahan.

Analisis:

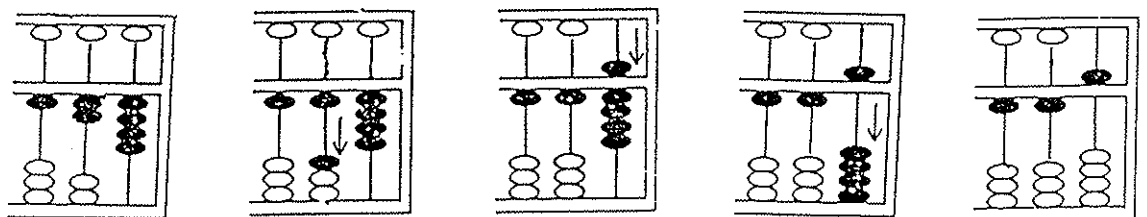
Fakta a, guru sempoa memberi kebebasan anak di dalam kelas. Akan tetapi perlu diingat bahwa tugas guru adalah menjaga disiplin di dalam kelas. Namun, itu tidak berarti bahwa siswa harus selalu diam dan tidak boleh berbicara atau beraktivitas (jalan kesana kemari) selama proses belajar. Guru sempoa dituntut untuk bisa menciptakan suasana kelas yang sedemikian rupa sehingga guru dapat mengajari dengan tenang dan santai dan siswa dapat belajar dengan tenang dan santai saja juga.

Fakta b, guru sempoa hendaknya memberi waktu anak untuk menciptakan bayangan manik-manik sempoa ke dalam pikiran anak.

Contoh soal:

$$124 - 9 = \dots$$

Langkah-langkahnya (dalam pikiran) adalah



$$124 - 10 + 5 - 4 = 115$$

C.8. Pertemuan VIII

Fakta-fakta yang menarik:

- a. Pada awal pelajaran anak-anak sudah siap belajar.
- b. Suasana belajar sambil bermain sangat terasa.
- c. Pada saat materi berhitung dengan menggunakan mental anak-anak terlihat sudah siap.

Analisis

Fakta a dan c, berarti:

- d. Anak-anak sudah disiplin waktu.
- e. Anak-anak sudah “mau” untuk menghentikan kegiatan yang dia rasa tidak perlu. Bisa diartikan juga anak sudah disiplin waktu.

Dalam proses, yang memberikan instruksi sebenarnya tidak harus guru karena anak juga dapat memberikan instruksi kepada diri sendiri (*self-instruction*) dengan mengatur dan menciptakan sendiri semua kondisi eksternal yang harus dipenuhi (Winkel, 1996). Dalam peristiwa ini adalah menciptakan suasana belajar.

Fakta b, artinya adalah pada saat belajar anak merasa bermain dan pada saat bermain anak merasa belajar atau mendapat suatu pelajaran.

Pelajaran yang didapat anak pada saat bermain puzzle adalah:

- a. Belajar secara “trial and error” bersama teman-teman.
- b. Belajar bekerja sama, berempati dan saling menghargai ide orang lain.

C.9. Pertemuan IX

Fakta yang menarik:

Pada saat materi berhitung dengan menggunakan mental, anak-anak meminta soal tambahan (pada waktu itu guru sempoa memberi 5 soal).

Analisis:

Jika anak berperasaan senang maka dalam belajar dia akan berminat terhadap materi pelajaran. Jadi, ketika anak yang ditawarkan “sesuatu” (berhitung dengan menggunakan mental) lalu anak meminta lagi, berarti si anak senang (berminat) dengan “sesuatu” itu. Logikanya, sesuatu yang dikerjakan dengan perasaan senang berarti tidak ada unsur keterpaksaan atau sesuatu itu dilakukan dengan suka rela. Jadi, mendongeng yang berfungsi sebagai stimulus dalam proses ini dikatakan berpengaruh positif (berhasil) pada proses belajar anak.

C.10. Pertemuan X

Fakta yang menarik:

Pada saat permainan angka-angka anak belum berhasil menemukan sebuah pola dari kumpulan angka-angka tersebut.

Analisis:

Pada permainan angka-angka didapat pola bahwa:

Kumpulan angka-angka ganjil terdapat disebelah kiri dan kumpulan angka-angka genap terdapat disebelah kanan. Menurut C. Van Parreren (Psikologi Pengajaran, halaman 83) proses belajar seperti itu termasuk dalam belajar

memecahkan masalah melalui pengamatan. Problem dari permainan angka-angka adalah menemukan pola yang dibentuk oleh garis-garis yang menghubungkan dari satu angka ke angka yang lain.

D. Evaluasi Pelaku Tindakan dan Pengamat Terhadap Perubahan Pribadi 12 Siswa Sempoa

Salah satu tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perubahan-perubahan pribadi anak (12 siswa sempoa) dari masa pra tindakan sampai masa pasca tindakan. Berdasar diskusi peneliti, pengamat (guru sempoa) dan satu orang staf pengajar “SIBO”, serta didukung analisis data pada Bab V. B dan Bab V.C, penilaian terhadap pribadi anak pada masa pasca tindakan dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 5.5 Pribadi Anak (12 Siswa Sempoa) Masa Pasca Tindakan

No	Indikator									
	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Risa Ayu Cempaka	T	R	T	ST	T	C	C	T	C
2	Budi Ari Sapriyanto	T	C	T	C	C	C	C	ST	T
3	Rayi Pirukya Amadyuti	ST	C	C	T	C	T	C	T	T
4	Sarah Ayu Safitri Eka Mas	T	C	C	T	T	T	T	C	C
5	Angger Nooroel Ambar	C	C	T	T	C	C	C	C	C
6	Riyana Mustika Putri	C	C	T	T	C	C	C	C	C
7	Sandra Nawa Ningsih	C	C	T	C	C	T	C	T	C
8	Ayu Septi Handayani	T	R	T	T	R	C	T	T	C
9	Febri Andriyanto	C	R	C	C	C	C	C	T	C
10	Yudan Hari Sandika	C	C	T	T	T	C	C	T	C
11	Dedy Purwoko	T	C	T	T	C	C	C	T	C
12	Dhiky Pramudya Gilang Jati	T	C	T	R	T	ST	C	ST	T

Perbandingan pribadi ke 12 siswa sempoa pada masa pra tindakan (tabel 5.4) dan pada masa pasca tindakan (tabel 5.5) memperlihatkan adanya perubahan-perubahan pada anak. Perubahan-perubahan yang terjadi tidak hanya ke arah yang lebih baik (mengalami kemajuan) akan tetapi ada juga perubahan ke arah yang sebaliknya (mengalami kemunduran). Untuk lebih jelasnya, perhatikan tabel berikut.

Tabel 5.6 Rekapitulasi Pribadi 12 Siswa Sempoa Masa Pra Tindakan dan Masa

PascaTindakan

No	Indikator Nama	1		2		3		4		5		6		7		8		9	
		a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b
1	Risa Ayu Cempaka	T	T	R	R	T	T	T	ST	C	T	C	C	R	C	T	T	C	C
2	Budi Ari Sapriyanto	C	T	C	C	C	T	T	C	R	C	C	C	C	C	T	ST	C	T
3	Rayi Pirukya Amadyuti	T	ST	C	C	C	C	T	T	C	C	T	T	C	C	T	T	C	T
4	Sarah Ayu Safitri Eka M.	T	T	C	C	C	C	C	T	C	T	T	T	T	T	C	C	R	C
5	Angger Nooroel Ambar	C	C	C	C	ST	T	C	T	R	C	C	C	R	C	C	C	C	C
6	Riyana Mustika Putri	C	C	C	C	C	T	T	T	R	C	C	C	C	C	C	C	R	C
7	Sandra Nawa Ningsih	C	C	C	C	T	T	C	C	C	C	T	T	C	C	T	T	C	C
8	Ayu Septi Handayani	C	T	R	R	T	T	T	SR	R	R	C	T	T	T	T	C	C	
9	Febri Andriyanto	C	C	C	R	C	C	R	C	R	C	C	C	R	C	C	T	C	C
10	Yudan Hari Sandika	C	C	C	C	C	T	C	T	C	T	C	C	C	C	R	T	R	C
11	Dedy Purwoko	C	T	C	C	C	T	T	T	R	C	C	C	C	C	T	T	C	C
12	Dhiky Pramudya Gilang J.	T	T	C	C	T	T	SR	R	C	T	ST	ST	SR	C	ST	ST	T	T

Catatan: a = pra tindakan dan b = pasca tindakan

Indikator-indikator yang diamati:

1. Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai
2. Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan.
3. Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.
4. Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.
5. Konsentrasi siswa selama pelajaran.
6. Kemampuan siswa dalam memahami materi.

7. Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.
8. Keterampilan menggunakan sempoa.
9. Keterampilan menggunakan mental.

Jika data-data dalam tabel 5.6, dideskripsikan maka perubahan pribadi ke 12 siswa sempoa yang nampak adalah:

1. Anak nomor 1, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 4,5, dan 7, dan masing-masing cenderung mengalami kemajuan.
2. Anak nomor 2, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 1,4, 5, 8, dan 9. Indikator nomor 1,5,8, dan 9 cenderung mengalami kemajuan, sedangkan indikator nomor 4 mengalami kemunduran.
3. Anak nomor 3, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 1 dan 9, dan masing-masing cenderung mengalami kemajuan.
4. Anak nomor 4, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 4, 5, dan 9, dan masing-masing cenderung mengalami kemajuan.
5. Anak nomor 5, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 3, 4, 5, dan 7. Indikator nomor 4, 5, dan 7 cenderung mengalami kemajuan, sedangkan indikator nomor 3 mengalami kemunduran.
6. Anak nomor 6, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 5 dan 9, dan masing-masing cenderung mengalami kemajuan.
7. Anak nomor 7, tidak mengalami perubahan sama sekali.
8. Anak nomor 8, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 1,5, dan 6, dan masing-masing cenderung mengalami kemajuan.

9. Anak nomor 9, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 2, 3, 4, 5, 7, dan 8. Indikator nomor 3, 4, 5, 7, dan 8 cenderung mengalami kemajuan, sedangkan indikator nomor 2 mengalami kemunduran.
10. Anak nomor 10, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 3, 4, 5, 8, dan 9, dan masing-masing cenderung mengalami kemajuan.
11. Anak nomor 11, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 1, 3, 5, dan 9, dan masing-masing cenderung mengalami kemajuan.
12. Anak nomor 12, mengalami perubahan-perubahan pada indikator nomor 4, 5, dan 7, dan masing-masing cenderung mengalami kemajuan.

Dari deskripsi data di atas diperoleh:

1. Perubahan indikator nomor 1 dialami oleh anak nomor 2, 3, 8, 9, dan 11.
2. Perubahan indikator nomor 2 dialami oleh anak nomor 9.
3. Perubahan indikator nomor 3 dialami oleh anak nomor 5, 9, 10, dan 11.
4. Perubahan indikator nomor 4 dialami oleh anak nomor 1, 2, 4, 5, 9, 10, dan 12.
5. Perubahan indikator nomor 5 dialami oleh anak nomor 1, 2, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, dan 12.
6. Perubahan indikator nomor 6 dialami oleh anak nomor 8.
7. Perubahan indikator nomor 7 dialami oleh anak nomor 1, 5, 9, dan 12.
8. Perubahan indikator nomor 8 dialami oleh anak nomor 2, 9, dan 10.
9. Perubahan indikator nomor 9 dialami oleh anak nomor 2, 3, 4, 6, dan 10.

Dengan demikian, anak yang mengalami perubahan paling banyak pada masa transisi (pra tindakan sampai pasca tindakan) adalah anak nomor 9.

Sedangkan anak yang tidak mengalami perubahan sama sekali adalah anak nomor 7. Apabila diurutkan indikator yang paling banyak mengalami perubahan adalah:

1. Indikator nomor 5, yaitu konsentrasi siswa selama pelajaran.
2. Indikator nomor 4, yaitu kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.
3. Indikator nomor 1 dan 9, yaitu kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai dan keterampilan menggunakan mental .
4. Indikator nomor 3 dan 7, yaitu motivasi dan semangat siswa selama pelajaran dan keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.
5. Indikator nomor 8, yaitu keterampilan menggunakan sempoa.
6. Indikator nomor 2 dan 6, yaitu kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan dan kemampuan memahami materi.

Menurut peneliti, perubahan-perubahan yang mengalami kemajuan maupun yang mengalami kemunduran ataupun yang tidak terjadi perubahan disebabkan oleh hal-hal sebagai berikut:

1. Dinamika kelas.
2. Suasana hati anak.
3. Kondisi fisik dan mental anak.
4. Materi relaksasi tidak tepat dengan karakteristik anak.
5. Materi relaksasi tidak menarik perhatian anak
6. Cara penyampaian kurang menarik.
7. Koordinasi kelas.
8. Karakteristik anak

E. Evaluasi Terhadap Jenis-Jenis Relaksasi yang Diujicobakan

Tujuan utama dari penelitian tindakan adalah meningkatkan praktek tertentu dalam situasi tertentu (Suwarsih Madya,1994). Di dalam penelitian ini yang dimaksud praktek tertentu adalah metode relaksasi dan dalam situasi tertentu adalah di kelas sempoa. Jika dikaitkan dengan salah satu tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui sejauh mana pengaruh metode relaksasi pada peningkatan daya konsentrasi anak pada saat belajar sempoa, peneliti merasa perlu menentukan indikator-indikator untuk menilai setiap jenis relaksasi yang diujicobakan. Hal itu juga berkaitan dengan karakteristik dari penelitian tindakan yaitu *self-evaluatif* (Suwarsih Madya,1994). *Self-evaluatif* adalah setiap modifikasi yang dibuat secara kontinyu dievaluasi yang tujuan akhirnya adalah untuk meningkatkan praktek (metode relaksasi) di situasi tertentu (di kelas sempoa).

Jenis-jenis relaksasi yang diujicobakan adalah:

1. Bernyanyi “ Little Indian “
2. Teka-teki
3. Senam Otak “ Tombol Keseimbangan”
4. Mengurai Benang Kusut
5. Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran.
6. Mendongeng I
7. Berperan sebagai sempoa.
8. Carilah 15 Nama Bunga

9. Duel ala Irlandia
10. Menggambar dengan dua tangan
11. Permainan TIC TAC TOE.
12. Benda-benda Ajaib.
13. Menyusun gambar kuda.
14. Senam Otak “ 8 Tidur”.
15. Bermain Puzzle.
16. Mengamati benda.
17. Permainan “Ya” dan “Tidak”.
18. Mendongeng 2
19. Senam Otak “Kaki ke Tangan”
20. Permainan Angka-Angka.

Untuk membantu anak agar lebih konsentrasi, beberapa jenis dari relaksasi di atas diiringi dengan musik.

Adapun indikator-indikator yang digunakan sebagai alat evaluasi adalah:

- a. Untuk jenis-jenis relaksasi I, yaitu yang bertujuan untuk pemanasan.
 1. Relevansi dengan materi selanjutnya.
 2. Kesiapan anak menerima pelajaran.
 3. Kerelaan (tidak ada unsur keterpaksaan) anak untuk melakukan relaksasi.
 4. Kreativitas anak selama melakukan relaksasi.

5. Membantu guru sempoa menciptakan suasana belajar sambil bermain.
6. Membantu anak rileks (santai, tidak tegang, senang, nyaman dan lain-lain) selama pelajaran.

Relaksasi-relaksasi yang tergolong jenis I adalah relaksasi yang bernomor 1,3,5,7,9,11,13,15,17, dan 19.

- b. Untuk jenis-jenis relaksasi II, yaitu yang bertujuan untuk membantu anak membangun mental. Indikator nomor 1,3, 4, 5, dan 6 sama dengan indikator untuk jenis-jenis relaksasi I. Satu indikator yang ditambahkan adalah membantu anak untuk menciptakan gambar dalam pikiran .

Relaksasi-relaksasi yang tergolong jenis II adalah relaksasi yang bernomor 2,4,6,8,10,12,14,16,18, dan 20.

Hasil evaluasi adalah hasil diskusi peneliti sebagai pelaku tindakan, guru sempoa sebagai pengamat dan dibantu oleh salah satu staf pengajar “SIBO”. Kegiatan tersebut dilakukan setelah proses pembelajaran selesai. Tidak dipungkiri bahwa hasil evaluasi sangat didominasi oleh guru sempoa karena pada saat tindakan dilakukan oleh peneliti, guru sempoa dapat mengamati proses secara penuh. Namun sebisa mungkin hasil pengamatan dikonfirmasi ke peneliti.

E. 1 Penilaian terhadap Jenis-jenis Relaksasi I

Penilaian terhadap jenis-jenis relaksasi I yang diujicobakan dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 5.7 Penilaian Jenis-Jenis Relaksasi I

No	Indikator	Hasil pengamatan relaksasi I pada pertemuan									
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
1.	Relevansi dengan materi selanjutnya.	SB	K	C	B	K	SB	C	C	K	K
2.	Kesiapan anak menerima pelajaran.	K	C	C	C	B	SB	C	B	C	B
3.	Kerelaan anak untuk melakukan relaksasi	SB	B	B	K	B	B	B	B	B	B
4.	Kreativitas anak selama melakukan relaksasi.	C	K	B	K	B	C	B	B	B	C
5	Membantu guru sempoa menciptakan suasana belajar sambil bermain.	C	C	B	K	SK	B	B	B	B	B
6	Membantu anak rileks.	B	C	SB	K	B	C	B	B	B	B

Dari data di atas diperoleh:

1. Relevansi relaksasi dengan materi selanjutnya:
 - a) tergolong sangat besar ada 2, yaitu relaksasi nomor 1 dan 11.
 - b) tergolong besar ada 1, yaitu relaksasi nomor 7.
 - c) tergolong cukup ada 3, yaitu relaksasi nomor 5, 13, dan 15.
 - d) tergolong kecil ada 4, yaitu relaksasi nomor 3, 9, 17, dan 19.
2. Kesiapan anak untuk menerima pelajaran.
 - a) tergolong sangat besar ada 1, yaitu relaksasi nomor 11.
 - b) tergolong besar ada 3, yaitu relaksasi nomor 9, 15, dan 19.
 - c) tergolong cukup ada 5, yaitu relaksasi nomor 3, 5, 7, 13, dan 17.
 - d) tergolong kecil ada 1, yaitu relaksasi nomor 1.
3. Kerelaan anak untuk melakukan relaksasi.
 - a) tergolong sangat besar ada 1, yaitu relaksasi nomor 1.

- b) tergolong besar ada 8, yaitu relaksasi nomor 3, 5, 9, 11, 13, 18, 17, dan 19.
 - c) tergolong kecil ada 1, yaitu relaksasi nomor 7.
4. Kreativitas anak selama pelajaran..
- a) tergolong besar ada 5, yaitu relaksasi nomor 5,9,13,15, dan 17.
 - b) tergolong cukup ada 3, yaitu relaksasi nomor 1,11, dan19.
 - c) tergolong kecil ada 2, yaitu relaksasi nomor 3 dan7.
5. Membantu guru menciptakan suasana belajar sambil bermain.
- a) tergolong besar ada 6, yaitu relaksasi nomor 5,11,13,15,17,dan 19.
 - b) tergolong cukup ada 2, yaitu relaksasi nomor 1 dan 3.
 - c) tergolong kecil ada 1, yaitu relaksasi nomor 7.
 - d) tergolong sangat kecil ada 1, yaitu relaksasi nomor 9
6. Membantu anak relaks selama pelajaran.
- a) tergolong sangat besar ada 1, yaitu relaksasi nomor 5
 - b) tergolong besar ada 6, yaitu relaksasi nomor 1,9,13,15,17, dan19.
 - c) tergolong cukup ada 2,yaitu relaksasi nomor 3 dan 11.
 - d) tergolong kecil ada 1, yaitu relaksasi nomor 7.

E .2 Penilaian terhadap jenis-jenis Relaksasi II

Penilaian terhadap jenis-jenis relaksasi II dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 5.8 Penilaian Jenis-Jenis Relaksasi II

No	Indikator	Hasil pengamatan relaksasi II pada pertemuan									
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
1.	Relevansi dengan materi selanjutnya.	C	K	-	K	K	K	C	K	K	B
2.	Membantu anak menciptakan gambar dalam pikiran.	SB	B	-	C	C	B	B	B	SB	B
3.	Kerelaan anak untuk melakukan relaksasi	B	C	-	B	C	B	C	B	SB	SB
4.	Kreativitas anak selama melakukan relaksasi.	C	C	-	C	B	K	C	B	B	C
5	Membantu guru sempoa menciptakan suasana belajar sambil bermain.	B	B	-	B	C	C	B	B	SB	B
6	Membantu anak rileks.	B	B	-	B	B	C	B	B	SB	B

Dari data di atas diperoleh:

1. Relevansi relaksasi dengan materi selanjutnya:

- a) tergolong besar ada 1, yaitu relaksasi nomor 20.
- b) tergolong cukup ada 2, yaitu relaksasi nomor 2 dan 14.
- c) tergolong kecil ada 6, yaitu relaksasi nomor 4,8,10,12,16 dan 18

2. Membantu anak menciptakan gambar di dalam pikiran..

- a) tergolong sangat besar ada 2, yaitu relaksasi nomor 2 dan 6.
- b) tergolong besar ada 5, yaitu relaksasi nomor 4,12,14,16, dan 20.
- c) tergolong cukup ada 2, yaitu relaksasi nomor 8 dan 10.

3. Kerelaan anak untuk melakukan relaksasi.

- a) tergolong sangat besar ada 2, yaitu relaksasi nomor 18 dan 20.
- b) tergolong besar ada 4, yaitu relaksasi nomor 2,8,12, dan 16.
- c) tergolong cukup ada 3, yaitu relaksasi nomor 4,10, dan 14.

4. Kreativitas anak selama pelajaran.

- a) tergolong besar ada 3, yaitu relaksasi nomor 10,16, dan 18.
 - b) tergolong cukup ada 5, yaitu relaksasi nomor 2,4,8,14, dan 20.
 - c) tergolong kecil ada 1, yaitu relaksasi nomor 12.
5. Membantu guru menciptakan suasana belajar sambil bermain.
- a) tergolong sangat besar ada 1, yaitu relaksasi nomor 18.
 - b) tergolong besar ada 6, yaitu relaksasi nomor 2,4,8,14,16, dan 20.
 - c) tergolong cukup ada 2, yaitu relaksasi nomor 10 dan 12..
6. Membantu anak relaks selama pelajaran.
- a) tergolong sangat besar ada 1, yaitu relaksasi nomor 18.
 - b) tergolong besar ada 7, yaitu relaksasi nomor 2,4,8,10,14,18 dan 20.
 - c) tergolong cukup ada 1,yaitu relaksasi nomor 12.

E.3 Tingkat keberhasilan jenis-jenis Relaksasi I.

Untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan dari ujicoba Metode Relaksasi I, peneliti memberi skor berupa angka pada masing-masing skala penilaian. (Nana Sudjana, 1990).Skor dari masing-masing skala adalah sebagai berikut.

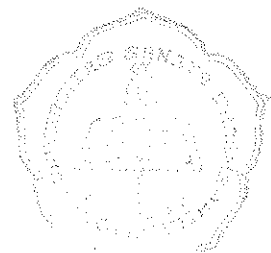
Sangat Kecil = 1

Kecil = 3

Cukup = 5

Besar = 7

Sangat Besar = 9.



Pertimbangan peneliti mengenai skor dari 1,3,5,7, dan 9 adalah untuk meminimalisir keragu-raguan dalam menentukan skala penilaian.

Setelah data dalam tabel 5.7 diberi skor hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 5.9 Skor Untuk Jenis- jenis Relaksasi I

Pertemuan	Jenis-jenis Relaksasi I	Indikator					
		1	2	3	4	5	6
I	Bernyanyi Little Indian	9	3	9	5	5	7
II	Senam otak "Tombol keseimbangan"	3	5	7	3	5	5
II	Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran	5	5	7	7	7	9
IV	Berperan sebagai sempoa	7	5	3	3	3	3
V	Duel ala Iriandia	3	7	7	7	1	7
VI	Permainan TIC TAC TOE	9	9	7	5	7	5
VII	Menyusun gambar kuda	5	5	7	7	7	7
VIII	Bermain Puzzle	5	7	7	7	7	7
IX	Permainan Ya dan Tidak	3	5	7	7	7	7
X	Senam otak "Kaki ke tangan"	3	7	7	5	7	7

Indikator-indikator yang diamati:

1. Relevansi dengan materi selanjutnya.
2. Kesiapan anak menerima pelajaran.
3. Kerelaan (tidak ada unsur keterpaksaan) anak untuk melakukan relaksasi.
4. Kreativitas anak selama melakukan relaksasi.
5. Membantu guru sempoa menciptakan suasana belajar sambil bermain.
6. Membantu anak rileks .

Setelah hasil skor dari masing-masing jenis-jenis relaksasi diperoleh, kemudian ditentukan rentangan kategori tingkat keberhasilan dari Metode Relaksasi yang diujicoba dari skor terendah sampai skor tertinggi. Skor terendah diperoleh dari skor sangat kecil dikalikan dengan jumlah indikator. Skor tertinggi diperoleh dari skor sangat besar dikalikan dengan jumlah indikator.

Berdasar penghitungan di atas, rentangan kategori tingkat penilaian keberhasilan yang digunakan peneliti adalah:

6-15 kategori sangat kecil

16-25 kategori kecil

26-35 kategori cukup

36-45 kategori besar

56-55 kategori sangat besar

Sehingga, dari tabel 5.9 diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 5.10 Tingkat Keberhasilan Jenis-jenis Relaksasi I

No	Jenis-jenis Relaksasi I	Jumlah skor	Tingkat keberhasilan
1	Bernyanyi Little Indian	38	Besar
2	Senam otak "Tombol keseimbangan"	28	Cukup
3	Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran	40	Besar
4	Berperan sebagai sempoa	24	Kecil
5	Duel ala Irlandia	32	Cukup
6	Permainan TIC TAC TOE	42	Cukup
7	Menyusun gambar kuda	42	Cukup
8	Bermain Puzzle	40	Besar
9	Permainan Ya dan Tidak	36	Besar
10	Senam otak "Kaki ke tangan"	36	Besar

Jadi, tingkat keberhasilan dari masing-masing jenis Relaksasi I adalah sebagai berikut:

1. Bernyanyi " Little Indian ", tingkat keberhasilannya tergolong besar.
2. Senam Otak " Tombol Keseimbangan", tingkat keberhasilannya tergolong cukup.

3. Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
4. Berperan sebagai sempoa, tingkat keberhasilannya tergolong kecil.
5. Duel ala Irlandia, tingkat keberhasilannya tergolong cukup.
6. Permainan TIC TAC TOE, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
7. Menyusun gambar kuda, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
8. Bermain Puzzle, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
9. Permainan “Ya” dan “Tidak”, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
10. Senam Otak “Kaki ke Tangan,” tingkat keberhasilannya tergolong besar.

Dinamika kelas yang terjadi selama proses ujicoba telah diuraikan di dalam Bab IV.

E.4 Tingkat keberhasilan jenis-jenis Relaksasi I.

Setelah data di dalam tabel 5.8 diberi skor diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 5.11 Skor Untuk Jenis-jenis Relaksasi II

Pertemuan	Jenis-jenis Relaksasi II	Indikator					
		1	2	3	4	5	6
I	Teka-teki	5	9	7	5	7	7
II	Mengurai benang kusut	3	7	5	5	7	7
III	Mendongeng 1	-	-	-	-	-	-
IV	Carilah 15 nama bunga	3	5	7	5	7	7
V	Menggambar dengan dua tangan	3	5	5	7	5	7
VI	Benda-benda ajaib	3	7	7	3	5	5
VII	Senam Otak “ 8 Tidur”	5	7	5	5	7	7
VIII	Mengamati benda	3	7	7	7	7	7
IX	Mendongeng 2	3	9	9	7	9	9
X	Permainan angka-angka.	7	7	9	5	7	7

Indikator-indikator yang diamati:

1. Relevansi dengan materi selanjutnya.
2. Membantu anak untuk menciptakan gambar dalam pikiran.
3. Kerelaan (tidak ada unsur keterpaksaan) anak untuk melakukan relaksasi.
4. Kreativitas anak selama melakukan relaksasi.
5. Membantu guru sempoa menciptakan suasana belajar sambil bermain.
6. Membantu anak rileks .

Penghitungan dan kategori tingkat keberhasilan jenis-jenis Relaksasi II sama dengan Penghitungan dan kategori tingkat keberhasilan jenis-jenis Relaksasi I. Sehingga, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 5.12 Tingkat keberhasilan Jenis-jenis Relaksasi II

No	Jenis-jenis Relaksasi II	Jumlah skor	Tingkat keberhasilan
1	Teka-teki	40	Besar
2	Mengurai benang kusut	34	Cukup
3	Mendongeng 1	-	-
4	Carilah 15 nama bunga	34	Cukup
5	Menggambar dengan dua tangan	32	Cukup
6	Benda-benda ajaib	30	Cukup
7	Senam Otak " 8 Tidur"	36	Besar
8	Mengamati benda	38	Besar
9	Mendongeng 2	46	Besar
10	Permainan angka-angka.	42	Besar

Jadi, tingkat keberhasilan jenis-jenis Relaksasi II adalah sebagai berikut:

1. Teka-teki, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
2. Mengurai benang kusut, tingkat keberhasilannya tergolong cukup.
3. Carilah 15 nama bunga, tingkat keberhasilannya tergolong cukup.

4. Menggambar dengan dua tangan, tingkat keberhasilannya tergolong cukup.
5. Benda-benda ajaib, tingkat keberhasilannya tergolong cukup.
6. Senam Otak “ 8 Tidur”, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
7. Permainan “Ya” dan “Tidak”, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
8. Mendongeng 2, tingkat keberhasilannya tergolong besar.
9. Permainan Angka-Angka, tingkat keberhasilannya tergolong besar.

F. Hasil- Hasil Penelitian.

Hasil penelitian dari masa pra tindakan sampai pasca tindakan dibahas bersama oleh peneliti dan pengamat (guru sempoa) dan salah satu staf pengajar “SIBO”. Hasil-hasil yang diperoleh berkaitan dengan pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dalam perumusan masalah.

Pertanyaan 1.

Jenis-jenis relaksasi apa yang relevan dan bermakna dalam pembelajaran sempoa bagi anak kelas 3, siswa Kursus Sempoa dan Aritmatika Mental?

Teknik-teknik relaksasi yang dipraktekkan adalah:

1. Bernyanyi “Little Indian”
2. Teka-teki
3. Senam otak “Tombol Keseimbangan”
4. Mendongeng 1

5. Mengurai benang kusut
6. Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran
7. Berperan sebagai sempoa
8. Carilah 15 nama bunga
9. Duel ala Irlandia
10. Menggambar dengan dua tangan
11. Permainan TIC TAC TOE
12. Benda-benda ajaib
13. Menyusun gambar kuda.
14. Senam Otak “8 tidur”
15. Bermain puzzle.
16. Mengamati benda.
17. Permainan Ya dan Tidak.
18. Mendongeng 2
19. Senam otak “ Kaki ke Tangan”
20. Permainan angka-angka.

Parameter relevan atau tidaknya jenis-jenis relaksasi di atas tergantung pada tingkat keberhasilan. Semakin besar tingkat keberhasilannya berarti semakin relevan. Berdasar tabel 5.10 untuk jenis-jenis relaksasi I didapat hasil sebagai berikut.

Tabel 5.13 Relevansi Jenis-jenis Relaksasi I dalam Pembelajaran Sempoa

No	Jenis-jenis Relaksasi I	Relevansi
1	Bernyanyi Little Indian	Besar
2	Senam otak "Tombol keseimbangan"	Cukup

3	Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran	Besar
4	Berperan sebagai sempoa	Kecil
5	Duel ala Irlandia	Cukup
6	Permainan TIC TAC TOE	Besar
7	Menyusun gambar kuda	Besar
8	Bermain Puzzle	Besar
9	Permainan Ya dan Tidak	Besar
10	Senam otak "Kaki ke tangan"	Besar

Setelah diketahui tingkat relevansinya, pertanyaan selanjutnya adalah: Apakah jenis-jenis relaksasi tersebut juga bermakna dalam pembelajaran sempoa? Parameter "kebermaknaan" jenis-jenis relaksasi dalam pembelajaran diukur berdasar relevansi relaksasi dengan materi selanjutnya (materi pembelajaran sempoa).

Dari tabel 5.7 diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 5.14 Tingkat Bermaknanya Jenis-jenis Relaksasi I dalam Pembelajaran Sempoa

No	Jenis-jenis Relaksasi I	Bermakna
1	Bernyanyi Little Indian	Sangat Besar
2	Senam otak "Tombol keseimbangan"	Kurang
3	Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran	Cukup
4	Berperan sebagai sempoa	Besar
5	Duel ala Irlandia	Kurang
6	Permainan TIC TAC TOE	Sangat Besar
7	Menyusun gambar kuda	Cukup
8	Bermain Puzzle	Cukup
9	Permainan Ya dan Tidak	Kurang
10	Senam otak "Kaki ke tangan"	Kurang

Berdasar tabel 5.12 relevansi jenis-jenis relaksasi II dalam pembelajaran sempoa adalah sebagai berikut.

Tabel 5.15 Relevansi Jenis-jenis Relaksasi II dalam Pembelajaran Sempoa

No	Jenis-jenis Relaksasi II	Relevansi
1	Teka-teki	Besar
2	Mengurai benang kusut	Cukup
3	Mendongeng 1	-
4	Carilah 15 nama bunga	Cukup
5	Menggambar dengan dua tangan	Cukup
6	Benda-benda ajaib	Cukup
7	Senam Otak " 8 Tidur"	Besar
8	Mengamati benda	Besar
9	Mendongeng 2	Besar
10	Permainan angka-angka.	Besar

Sedangkan untuk tingkat bermaknanya didapat hasil sebagai berikut.

Tabel 5.16 Tingkat Bermaknanya Jenis-jenis Relaksasi II dalam Pembelajaran Sempoa

No	Jenis-jenis Relaksasi II	Bermakna
1	Teka-teki	Cukup
2	Mengurai benang kusut	Kurang
3	Mendongeng 1	-
4	Carilah 15 nama bunga	Kurang
5	Menggambar dengan dua tangan	Kurang
6	Benda-benda ajaib	Kurang
7	Senam Otak " 8 Tidur"	Cukup
8	Mengamati benda	Kurang
9	Mendongeng 2	Kurang
10	Permainan angka-angka.	Besar

Pertanyaan 2.

Dapatkah Metode Relaksasi membantu anak meningkatkan konsentrasi belajarnya?

Menurut pengamatan peneliti, ujicoba metode relaksasi dapat membantu anak meningkatkan daya konsentrasi belajarnya. Analisi pada Bab V. D menunjukkan bahwa indikator konsentrasi anak dialami perubahannya oleh sebagian besar anak (10 dari 12 anak, berarti 83,3 %).

Peningkatan yang berhubungan dengan daya konsentrasi anak adalah

1. Pada saat materi berhitung dengan menggunakan sempoa dan mental, keberanian untuk menjawab pertanyaan meningkat.
2. Anak (siswa) sudah bisa menghargai waktu.
3. Pada awal pelajaran anak-anak sudah bisa memosisikan diri untuk siap belajar.
4. Anak (siswa) menaruh perhatian pada materi yang diberikan.

Pertanyaan 3.

Dapatkah Metode Relaksasi membantu guru sempoa dalam mewujudkan suasana belajar sambil bermain?

Menurut pengamatan peneliti, aktivitas-aktivitas yang menggambarkan suasana belajar sambil bermain, diantaranya:

1. Pada saat relaksasi anak-anak berebut untuk menjadi pelaku.
2. Pada saat relaksasi anak belajar untuk menyelesaikan masalah dengan caranya sendiri-sendiri.
3. Setelah selesai relaksasi anak-anak bersedia untuk belajar.
4. Walaupun sering diperingatkan, anak-anak memenuhi kesepakatan proses yang telah ditetapkan bersama (guru sempoa, peneliti dan siswa sempoa).
5. Anak semakin terampil dalam berhitung dengan menggunakan sempoa dan mental .
6. Anak semakin berani dan aktif selama proses pembelajaran sempoa.
7. Dinamika kelas menjadi lebih menyenangkan.

8. Terjadi proses dialogis selama proses pembelajaran sempoa.
9. Guru belajar untuk berperan sebagai fasilitator.

Berdasar analisis data dalam Bab V E, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Metode Relaksasi dapat membantu guru sempoa dalam mewujudkan suasana belajar sambil bermain.

Pertanyaan 4.

Dapatkah praktek-praktek Metode Relaksasi membawa perubahan pada pribadi siswa selama proses pembelajaran sempoa?

Berdasar analisis data Bab V.D , yaitu tabel 5.6, menunjukkan bahwa setiap anak mengalami perubahan pada indikator-indikator yang berbeda-beda.

Deskripsi tentang perubahan pribadi 12 siswa sempoa menunjukkan perubahan – perubahan ke arah yang lebih baik (mengalami kemajuan) lebih banyak dialami anak daripada perubahan kearah yang kurang baik (mengalami kemunduran).

BAB VI

PEMBAHASAN, KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Pembahasan

Pendidikan dewasa ini cenderung menekankan aspek kognitif (pengetahuan dan pemahaman), daripada aspek-aspek konatif (karakter, motivasi, perhatian, konsentrasi), afektif (temperamen, perasaan, minat, dan sikap), dan psikomotorik (aktivitas fisik). Hal itu disebabkan karena proses pembelajaran selalu berorientasi pada hasil (*product oriented*). Hasil sebuah proses akan tampak nyata, jika yang dinilai adalah aspek kognitif (hasil ulangan atau tes). Akibat selanjutnya adalah hasil tersebut kemudian dijadikan sebagai parameter keberhasilan seseorang.

Seorang anak akan dikatakan berhasil jika dia memperoleh nilai yang bagus. Orang jarang (cenderung tidak pernah) menilai keberhasilan seseorang dari segi yang lain. Misalnya, anak dikatakan berhasil dalam proses jika dia berhasil memahami (berempati) perasaan teman-temannya, atau jika dia bisa merawat temannya waktu sakit, dan lain sebagainya. Dengan kata lain, seseorang akan berhasil jika dia menghasilkan sesuatu (berwujud nyata). Hal yang berhubungan dan berpengaruh besar sama sekali diabaikan, yaitu “perjalanan menuju keberhasilan” adalah sebuah proses yang tiada pernah berhenti. Pada saat

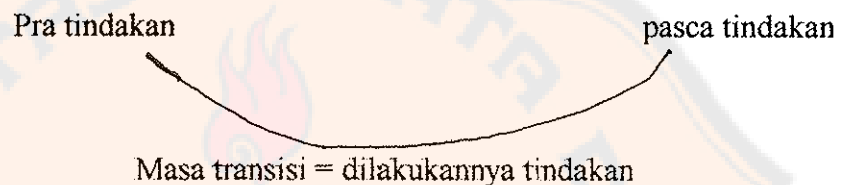
Proses selalu membutuhkan waktu, kesempatan dan pengorbanan. Demikian pula dengan proses belajar sempoa. Anak haruslah diberi kesempatan yang cukup untuk bermain, berimajinasi dan berkreasi sesuai dengan tuntutan dunianya dan menjadi pembelajar terus-menerus (salah satu butir-butir rekomendasi dari pokok-pokok pendidikan, seminar Quo Vadis Pendidikan di Indonesia). Kondisi yang perlu dijaga adalah jangan sampai anak terjebak dalam kenyamanan bermain. Artinya, anak cenderung menikmati permainan dan menjadi “lupa” untuk menikmati belajar. Hal itulah yang menjadi tugas guru sempoa untuk menjaga alur proses “ kapan bermain dan kapan belajar”.

Apabila waktu dan kesempatan diberikan kepada anak di jalur formal (sekolah), kendala yang akan dihadapi adalah tidak adanya keleluasaan untuk berproses yang disebabkan karena batasan-batasan yang telah ada (sistem dan kurikulum yang berlaku saat itu). Namun hal itu akan menjadi tidak mustahil apabila ditemukan suatu pendekatan yang tepat, dan itu tentu saja membutuhkan pengorbanan yang besar. Artinya, setiap perubahan selalu membutuhkan pengorbanan.

Pada umumnya orang menentang perubahan karena perubahan berarti kerja keras. Bertitik tolak dari pemahaman di atas maka Metode Relaksi diajukan sebagai salah satu alternatif untuk membantu guru dan anak dalam proses belajar mengajar sempoa. Selain itu adanya kenyataan bahwa di LPMA “Sinar Bocah” sedikit banyak sudah mempraktekkan metode ini, hanya terbentur oleh kurangnya referensi dan dikejar target untuk menyelesaikan materi tepat pada

waktunya. Sekali lagi, perubahan yang berangkat dari keprihatinan selalu membutuhkan pengorbanan.

Alur perubahan selama proses tindakan dalam penelitian ini dari masa pra tindakan sampai pasca tindakan dapat digambarkan dengan diagram sebagai berikut:



Metode relaksasi berawal dari ide untuk mewujudkan suasana belajar sambil bermain dalam proses pembelajaran sempoa di kelas sempoa. Bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa mempergunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberikan informasi, memberikan kesenangan maupun pengembangan imajinasi pada anak (Anggani Sudono, 2000). Sedangkan peran kita selama anak bermain, menurut Hughes (Anggani Sudono, 2000) ada 5 yaitu:

1. Partisipasi aktif dari guru dan pendamping akan sangat bermanfaat bagi anak pada saat anak bermain.
2. Berperan sebagai fasilitator.
3. Intonasi yang tidak meninggi dan berbicara dengan lembut dapat digunakan untuk menghadapi anak yang perilakunya kurang baik.
4. Ketika berkomunikasi dengan anak dengan anak kita perlu memperhatikan bahasa tubuh mereka.
5. Setiap anak memiliki keunikan tersendiri.

Metode Relaksasi dirancang sedemikian rupa berdasarkan ide yang diuraikan diatas. Untuk membantu anak agar siap belajar (sebagai pemanasan) dan membantu anak untuk membangun mentalnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan berelaksasi anak dapat:

1. Merasakan kenyamanan dalam belajar.
2. Merasakan suasana belajar sambil bermain.
3. Berkonsentrasi dalam belajar.
4. Bekerjasama dan berinteraksi dengan teman-temannya.
5. Berproses “trial and error” dengan teman-temannya.
6. Mengatur dirinya sendiri.
7. Mengalami proses kreatif.
8. Tergali kemampuan imajinasinya.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya perubahan pada pribadi 12 siswa sempoa. Perubahan itu merupakan perubahan yang dialami sebagian besar anak yang terdapat dikelas sempoa.

Tabel 6.1 Perubahan Pribadi 12 Siswa Sempoa pada Masa Pra Tindakan dan Masa Pasca Tindakan

No	Indikator	Pra Tindakan	Pasca Tindakan
1	Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai.	Cukup (66,7%)	Baik (50%)
2	Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang di haruskan.	Cukup (83,3%)	Cukup (75%)
3	Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.	Cukup (58,3%)	Baik (75%)
4	Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.	Baik (50%)	Baik (58,3%)
5	Konsentrasi siswa selama pelajaran.	Cukup (50%)	Cukup(58,3%)
6	Kemampuan siswa memahami materi.	Cukup (58,3%)	Cukup (66,7%)
7	Keterampilan bertanya dan mengajukan ide.	Cukup (50%)	Cukup (83,3%)
8	Keterampilan menggunakan sempoa.	Baik (50%)	Baik (66,7%)
9	Keterampilan menggunakan mental.	Cukup (66,7%)	Cukup(75%)

Pada Tabel diatas untuk indikator kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai pada masa pra tindakan sebagian besar tergolong cukup. Persentasi 66,7% menyatakan 8 dari 12 anak (siswa sempoa). Demikian seterusnya.

Untuk lebih jelasnya jumlah anak yang mengalami perubahan-perubahan akan diperlihatkan dalam tabel berikut:

Tabel 6.2 Persentase Perubahan Pribadi 12 Siswa Sempoa

No	Indikator	Tetap	Naik	Turun
1	Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai.	8 (66,7%)	4 (33,3%)	-
2	Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang di haruskan.	11(91,7%)	-	1(8,3%)
3	Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.	7(58,3)	4(33,3)	1(8,3%)
4	Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.	5 (41,7%)	6(50%)	1(8,3%)
5	Konsentrasi siswa selama pelajaran.	2(16,7%)	10 (83,3%)	-
6	Kemampuan siswa memahami materi.	11(91,7%)	1(8,3%)	-
7	Keterampilan bertanya dan mengajukan ide.	7 (58,3%)	5(41,7%)	-
8	Keterampilan menggunakan sempoa.	9(75%)	3(25%)	-
9	Keterampilan menggunakan mental.	7 (58,3%)	5(41,7%)	-

Pada tabel di atas untuk indikator kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai, siswa yang tidak mengalami perubahan ada 8 anak. Sedangkan 8 dari 12 anak berarti 66,7 %. Demikian seterusnya.

Dari hasil diatas diperoleh bahwa pribadi 12 siswa sempoa dengan 9 indikator yang dinilai hampir semuanya ada anak yang mengalami peningkatan. Walaupun persentasenya kecil akan tetapi itu merupakan perubahan yang cukup berarti. Apalagi jika dicermati anak-anak yang mengalami perubahan pada indikator-indikator tersebut sebagian besar tergolong cukup dan tinggi.

Dari 9 indikator yang ada, ternyata perubahan konsentrasi belajar anak dari masa pra tindakan sampai masa pasca tindakan dialami oleh sebagian besar anak.

Menurut pendapat 2 orang guru sempoa hal itu disebabkan karena adanya permainan-permainan yang menarik. Dalam buku “Psikologi Pendidikan”, Sumadi Suryabrata (1998) merumuskan bahwa hal-hal yang menarik perhatian adalah hal yang lain dari pada yang lain. Jika dihubungkan dengan konsentrasi adalah kemampuan anak untuk memusatkan pikiran pada sesuatu yang menjadi fokus perhatiannya Hal itu berarti permainan, lagu, senam otak, cerita dan musik yang ditawarkan oleh peneliti telah mampu mencuri perhatian anak. Itu berarti anak sudah memusatkan atau berkonsentrasi pada proses bermain.

Berikut ini adalah cuplikan dari artikel yang ditulis oleh Rudi Afriazi (Intisari,2002).

Di sebuah sekolah bernama Conley Elementary School saya melihat dua orang guru mengajak murid mereka melakukan relaksasi.

Guru pertama yang meminta murid melakukan relaksasi adalah guru menggambar. Mula-mula guru yang sudah hampir pensiun, tapi masih gesit, itu memperlihatkan sebuah gambar pohon besar. Bentuknya seperti pohon beringin. Guru mengajak murid membicarakan pohon tersebut. Misalnya menerka nama pohon, membicarakan bagian-bagiannya, di mana banyak tumbuh, dan untuk apa saja digunakan.

Selesai berdiskusi, guru meminta murid melakukan relaksasi sambil membayangkan sebuah pohon yang dikenalnya dengan baik, misalnya karena sering dilihat. Semua murid duduk tenang sambil memejamkan mata. Waktu yang diberikan guru untuk relaksasi kira-kira 1 - 2 menit. Selanjutnya guru mengajak murid membicarakan pohon-pohon yang dibayangkan murid. Setelah itu guru menyuruh murid membuat gambar pohon yang mereka masing-masing bayangkan.

Guru lain yang juga mengajak murid melakukan relaksasi adalah guru sains. Contohnya, ketika itu setiap murid memegang semacam kaleng berisi cairan berbusa. Selain itu murid juga memegang suatu alat dari kayu berlubang-lubang kecil. Bentuk lubangnya bermacam-macam, ada yang bulat, segi tiga, dan segi empat. Kemudian alat dari kayu tersebut dicelupkan ke dalam cairan. Setelah dihadapkan ke udara lalu ditiup, maka terbanglah gelembung-gelembung kecil ke udara.

Setelah puas dengan eksperimen tersebut, murid diminta guru melakukan relaksasi sambil membayangkan ke mana saja gelembung udara itu akan terbang jika tidak pecah. Selesai relaksasi guru meminta murid menceritakan apa yang dibayangkannya.

Waktu penelitian yang relatif singkat dan sampel yang tidak representatif menuntut sebuah konsekuensi yaitu hasil yang didapat selama tindakan dilakukan hanya bisa diterima dalam batas-batas tertentu. Oleh karena itu peneliti tidak berhak untuk mengambil kesimpulan secara umum atau melakukan generalisasi, atau dengan kata lain hasil penelitian hanya berlaku untuk situasi yang peneliti teliti saat itu.

B. Kesimpulan

Sebagai hasil penelitian dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Berdasar tabel 5.7 penilaian guru kelas dan guru sempoa terhadap pribadi anak (12 siswa sempoa) pada masa pra tindakan untuk 5 indikator tidak ada perbedaan yang berarti. Pengambilan keputusan berdasar jumlah paling besar yang diperoleh.

Tabel 6.3 Perbandingan Penilaian Guru Kelas dan Guru Sempoa terhadap Pribadi 12 Siswa

Sempoa

No	Indikator	Golongan	Guru kelas	Guru sempoa
1	Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai.	Cukup	41,7 %	66,7%
2	Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan.	Cukup	83,3%	83,3%
3	Konsentrasi siswa selama pelajaran.	Cukup	50%	50%

4	Kemampuan siswa memahami materi.	Cukup	75%	83,3%
5	Keterampilan bertanya dan mengajukan ide.	Cukup	58,3%	50%

Perbedaan terdapat pada 2 indikator dibawah ini:

Tabel 6.4 Perbandingan Penilaian Guru Kelas dan Guru Sempoa terhadap Pribadi 12 Siswa Sempoa pada 2 Indikator

No	Indikator	Guru kelas	Guru sempoa
1	Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran	Baik (75%)	Cukup (58,3%)
2	Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran	Cukup (58,3%)	Baik (50%)

2. Fakta-fakta menarik yang bisa dijadikan sebagai bahan refleksi guru::

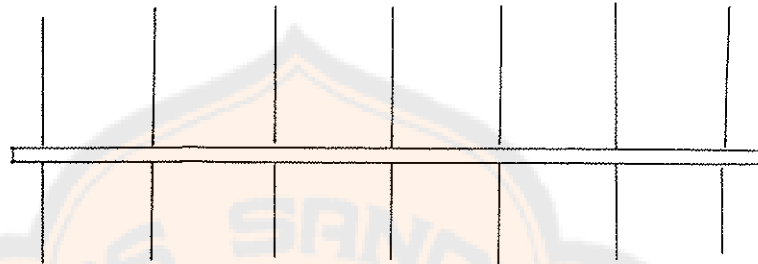
- a. Adanya komentar-komentar menarik dari anak, dipahami sebagai bagian dari proses.
- b. Terjadinya kesepakatan proses yang menghasilkan aturan main dalam proses belajar mengajar yang disertai permainan. Artinya terjadi proses dialogis dimana anak tidak harus diatur oleh guru, akan tetapi belajar untuk mengambil keputusan bagi dirinya sendiri.
- c. Guru sempoa perlu memberi waktu anak untuk memunculkan bayangan manik-manik sempoa di dalam pikiran anak.

Misalnya prosesnya sebagai berikut:

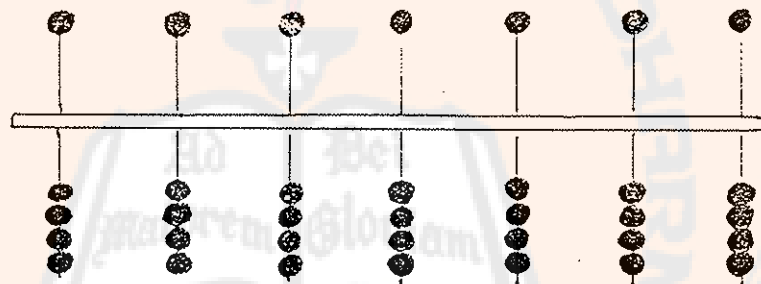
- Memunculkan garis baca.



- Memunculkan tiang-tiang sempoa.

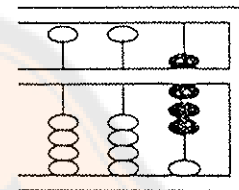
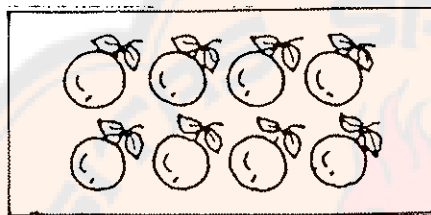
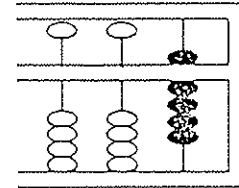
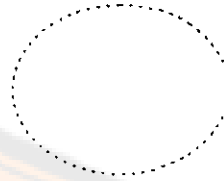
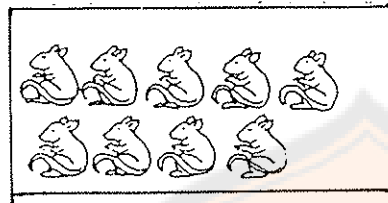


- Memunculkan manik-manik sempoa



- Menggerakkan manik-manik sempoa.
- Proses berhitung.

d. Anak-anak selalu mengeluh apabila diminta berhitung dengan menggunakan mental, karena mereka masih terikat dengan hal-hal yang konkret (sempoa). Apabila pada tahap awal (baru mengenal sempoa) anak masih kesulitan untuk memunculkan manik-manik sempoa, maka dalam prosesnya dapat dibantu dengan gambar-gambar.



- e. Guru sempoa kurang perhatian kepada anak.
 - f. Anak harus selalu dilibatkan secara aktif di setiap kegiatan.
 - g. Usaha untuk selalu menciptakan suasana belajar sambil bermain.
 - h. Kreativitas anak perlu digali lagi.
 - i. Guru sempoa perlu memberikan teguran yang bersifat membangun kepada anak.
 - j. Anak membutuhkan *reward*.
 - k. Guru belajar untuk berperan sebagai fasilitator.
3. Adanya perubahan pribadi ke 12 siswa sempoa dari masa pra tindakan sampai masa pasca tindakan.
 - a. Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai kemajuannya dialami oleh 4 anak. Berarti, 8 anak tidak terjadi perubahan.
 - b. Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan 1 anak mengalami kemunduran.. Berarti, 11 anak tidak terjadi perubahan.

- c. Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran kemajuannya dialami oleh 4 anak dan 1 anak mengalami kemunduran. Berarti, 7 anak tidak terjadi perubahan.
- d. Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran dialami kemajuannya oleh 6 anak dan 1 anak mengalami kemunduran. Berarti, 5 anak tidak terjadi perubahan.
- e. Konsentrasi siswa selama pelajaran kemajuannya dialami oleh 10 anak. Berarti, 2 anak tidak mengalami perubahan.
- f. Kemampuan siswa memahami materi kemajuannya dialami oleh 1 anak. Berarti 11 anak tidak terjadi perubahan.
- g. Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide kemajuannya dialami oleh 5 anak. Berarti 7 anak tidak terjadi perubahan.
- h. Keterampilan menggunakan sempoa kemajuannya dialami oleh 3 anak. Berarti, 9 anak tidak terjadi perubahan.
- i. Keterampilan menggunakan mental kemajuannya dialami oleh 5 anak. Berarti, 7 anak tidak terjadi perubahan.

Dari hasil diatas diperoleh bahwa pribadi 12 siswa sempoa dengan 9 indikator yang dinilai hampir semuanya ada anak yang mengalami peningkatan. Walaupun persentasenya kecil akan tetapi itu merupakan perubahan yang cukup berarti. Apalagi jika dicermati anak-anak yang mengalami perubahan pada indikator-indikator tersebut sebagian besar tergolong cukup dan tinggi.

4. Penilaian terhadap jenis-jenis relaksasi yang ditawarkan peneliti.

Jenis-jenis relaksasi I ,yang bertujuan sebagai pemanasan, dari 10 jenis relaksasi yang dicobakan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Relevansi dengan materi selanjutnya sebagian besar tergolong kecil (40%).
- b. Kesiapan anak menerima pelajaran sebagian besar tergolong cukup (50%).
- c. Kerelaan anak untuk melakukan relaksasi sebagian besar tergolong baik (80%).
- d. Kreativitas dan imajinasi anak selama pelajaran sebagian besar tergolong baik(50%).
- e. Membantu guru menciptakan suasana belajar sambil bermain sebagian besar tergolong baik (60%)
- f. Membantu anak rileks sebagian besar tergolong baik (60%).

Jenis-jenis relaksasi II, yang bertujuan membantu anak membangun mental, dari 9 jenis relaksasi yang dicobakan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Relevansi dengan materi selanjutnya sebagian besar tergolong kecil (66,7%).
- b. Membantu anak membangun mental sebagian besar tergolong baik (55,5%).
- c. Kerelaan anak untuk melakukan relaksasi sebagian besar tergolong baik (44,4%).
- d. Kreativitas anak selama pelajaran sebagian besar tergolong cukup (55,5%).
- e. Membantu guru menciptakan suasana belajar sambil bermain sebagian besar tergolong baik (66,6%)

f. Membantu anak rileks sebagian besar tergolong baik (77,7%).

Jadi, peneliti dapat menyimpulkan bahwa rata-rata metode relaksasi yang dicobakan adalah berhasil (karena rata-rata tergolong baik)

5. Pengaruh metode relaksasi dengan daya konsentrasi.

Dari 9 indikator yang ada ternyata perubahan konsentrasi belajar anak dari masa pra tindakan sampai masa pasca tindakan dialami oleh sebagian besar anak yaitu 10 anak (83,3%). Dibahas dalam analisis data Bab V D.

6. Keberhasilan Metode Relaksasi.

Berdasar tabel 5.10 dan 5.12 memperlihatkan bahwa jenis-jenis relaksasi yang tingkat keberhasilannya besar adalah yang tekniknya berupa dan bersifat:

- Unik
- Terdapat aktivitas fisik.
- Nyanyian (lagu)
- Imajinatif.
- Menggali kreativitas.
- Ada kompetisi.
- Ada kerjasama.

7. Relevansi dan kebermaknaan Metode Relaksasi.

Parameter relevan atau tidaknya tergantung pada tingkat keberhasilan. Semakin besar tingkat keberhasilan berarti semakin relevan (analisis data terdapat dalam Bab V tabel 5.13 dan tabel 5.15).

Jenis-jenis relaksasi I yang tingkat relevansinya besar dalam pembelajaran sempoa adalah Bernyanyi Little Indian, Bermain dalam Lingkaran, Bermain

Puzzle, Permainan Ya dan Tidak, Permainan TIC TAC TOE Menyusun Gambar Kuda dan Senam Otak “Kaki ke Tangan”. Tingkat relevansinya cukup adalah senam otak “ Tombol Keseimbangan”, dan Duel ala Irlandia. Tingkat relevansinya kurang adalah Berperan sebagai Sempoa. Sedangkan tingkat bermaknanya jenis-jenis reklaksasi I yang tingkat bermaknanya sangat besar adalah Bernyanyi Little Indian dan Permainan TIC TAC TOE. Tingkat bermaknanya besar adalah Bermain dan Berperan Sebagai Sempoa. Tingkat bermaknanya cukup yaitu Bermain dan Bernyanyi dalam Lingkaran. Tingkat 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 tingkat relevansinya besar adalah Teka-Teki, Mengurai Benang Kusut, senam otak “8 Tidur”, Mengamati Benda, Mendongeng dan Permainan Angka-Angka. Tingkat relevansinya cukup adalah Carilah 15 nama Bunga, Menggambar dengan Dua Tangan, dan Benda-Benda Ajaib. Sedangkan untuk tingkat bermaknanya jenis-jenis relaksasi II yang tingkat bermaknanya besar adalah Permainan Angka-Angka, tingkat bermaknanya cukup adalah Teka-Teki dan Senam Otak “8 Tidur”. Tingkat bermaknanya kurang adalah Mengurai Benang Kusut, Carilah 15 Nama Bunga, Menggambar dengan Dua Tangan, Benda-Benda Ajaib, Mengamati Benda, dan Mendongeng.

Dari semua Metode Relaksasi yang ditawarkan dan diujicoba selama masa tindakan ternyata hanya 4 yang mempunyai tingkat kebermaknaan besar dan sangat besar. Oleh karena itu, menjadi “ pekerjaan rumah” bagi peneliti dan para

praktisi pendidikan (guru sempoa) untuk lebih kreatif, mau mencari referensi, dan mau untuk mencari inovasi-inovasi yang berguna daam proses pembelajaran.

B.Rekomendasi

1. Untuk rekan-rekan yang berkecimpung di dunia pendidikan pada umumnya dan guru pada khususnya.

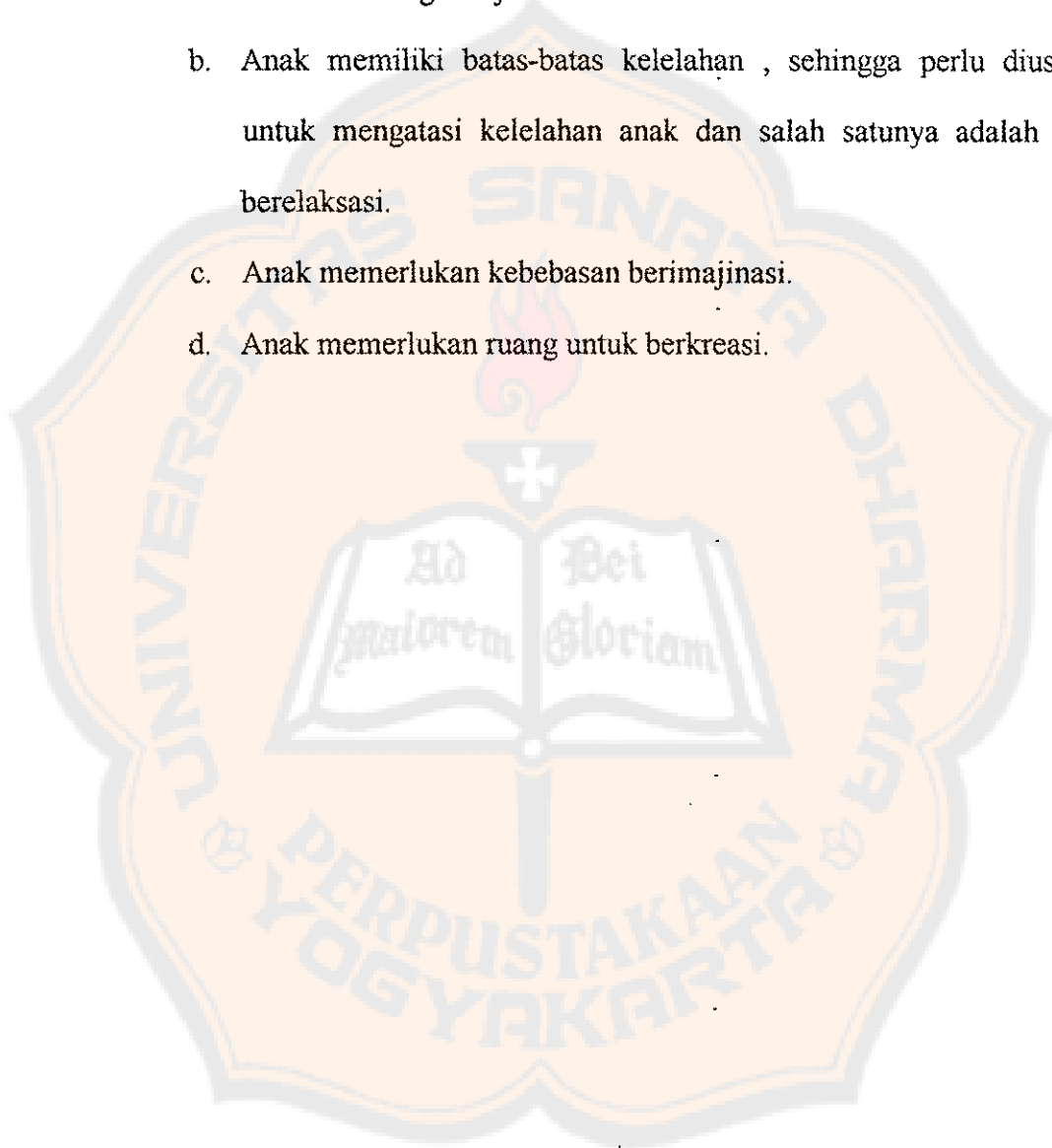
Praktek-praktek Metode Relaksasi sangat penting dan berguna karena beberapa alasan:

- a. Metode Relaksasi dapat membantu anak untuk menciptakan kenyamanan dalam belajar.
 - b. Metode Relaksasi dapat membantu anak untuk berkonsentrasi dalam belajar.
 - c. Metode Relaksasi sebagai salah satu usaha guru untuk lebih memahami dan mengenali kondisi psikologis anak.
 - d. Metode Relaksasi dapat mendorong guru agar selalu kreatif dalam proses belajar mengajar.
 - e. Metode Relaksasi dapat membantu anak untuk menggali daya imajinasinya.
2. Bagi sekolah dan lembaga-lembaga yang berkompeten di dunia pendidikan.

Peneliti menyarankan agar Metode Relaksasi dapat dipertimbangkan menjadi bagian dari proses belajar mengajar dengan alasan:



- a. Anak-anak masih membutuhkan ruang untuk bermain sekalipun mereka sedang belajar.
- b. Anak memiliki batas-batas kelelahan , sehingga perlu diusahakan untuk mengatasi kelelahan anak dan salah satunya adalah dengan berelaksasi.
- c. Anak memerlukan kebebasan berimajinasi.
- d. Anak memerlukan ruang untuk berkreasi.



Daftar Pustaka

- Armstrong, Thomas (2002). *Setiap Anak Cerdas*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Azwar, Syaifudin (2001). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bernas. 27 Juni 1999. Yogyakarta
- Campbell, Don (2001). *Efek Mozart: Memanfaatkan kekuatan musik untuk mempertajam pikiran, meningkatkan kreativitas dan menyehatkan tubuh*. Terjemahan Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Dennisa, E. Paul dan Dennisa, E. Gail.(2002). *Senam Otak*. Jakarta:Gramedia.
- Depdikbud. (1995) *Kamus Besar Bahasa Indonesia : Edisi Kedua*. Jakarta
- Djohar.(1999) *Musik dan Intelegensi*. Fakultas Seni Pertunjukkan, Jurusan Seni , Institut Seni Indonesia, Yogyakarta.
- Dryden, Gordon dan Vos, Jeannette.(2001). *Revolusi Cara Belajar*. Bandung: Kaifa.
- Familia. April 2001. Yogyakarta.
- Freire, Paulo. (1985). *Pendidikan Kaum Tertindas*. Jakarta: LP3ES.
- Freire, Paulo.(1991). *Politik Pendidikan*. Terjemahan Prihantoro, Agung, dkk, READ (Research, Education, and Dialogue) Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Hurlock, B. Elizabeth. (1991). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Institut Teater Rakyat Yogyakarta. (2001). *Metodologi Teater Rakyat*. Yogyakarta Intisari.2002.
- Kompas. 25 September 2001. Jakarta.
- Madya, Suwarsih. (1994). *Panduan Penelitian Tindakan*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian IKIP .
- Maltz, Maxwell. (1995). *Psiko-Sibernetika 2000*. Jakarta: Mitra Utama.

- Marpaung, Yansen.,dkk.(1995) *Peningkatan Efektivitas Pengajaran Matematika Guru Kelas I dan II Dua Sekolah Dasar di Yogyakarta, Laporan Penelitian.* Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Moleong, Lexi (1989). *Metodologi Penelitian.* Bandung: CV Remaja Karya.
- Mulyadi, Seto. (1999). *Hand Out Seminar Nasional Dolanan Anak Refleksi Budaya dan Wahana Tumbuh Kembang Anak.* Yogyakarta.
- Nasir, M.J.A (2001). *Membela Anak dengan Teater.* Yogyakarta: Kepel Press.
- Prapdi, Riana.(2001). *Sarasehan Pendidikan,* Kanisius. Yogyakarta.
- Rickard, Jenny.(2000). *Relaxation for Children.* Jakarta: Gramedia.
- Suara Pembaharuan.1 Februari 2001. Jakarta.
- Sudjana, Nana.(1990).*Penilaian Terhadap Proses Belajar Mengajar.* Bandung:PT Remaja Pustaka Karya.
- Sudono, Anggani. (2000). *Sumber Belajar dan Alat Permainan.* Jakarta: Grasindo.
- Surakhmat, Winarno. (1986). *Behaviorisme Sebagai Perilaku Modern.* Bandung: Tarsito.
- Surakhmat, Winarno.(1980). *Metodologi Pengajaran Nasional.* Bandung:Tarsito.
- Suryabrata, Sumadi. (1983). *Metodologi Penelitian.* Jakarta:CV Rajawali.
- Suryabrata, Sumadi. (1998). *Psikologi Pendidikan.* Jakarta:PT Raja Grasindo Persada.
- Winkel, W.S.(1996). *Psikologi Pengajaran.* Jakarta: Grasindo.



LAMPIRAN



SKENARIO METODE RELAKSASI

1. Bernyanyi “Little Indian”

Skenario

Peneliti atau anak-anak memilih 10 orang anak maju ke depan dan berhitung 1 sampai dengan 10. Kemudian guru dan anak-anak yang lain menyanyikan lagu “Little Indian”.

Lagunya adalah sebagai berikut:

*Little one, little two, little three Little Indian
little four, little five, little six Little Indian
little seven, little eight, little nine Little Indian
Ten, Little Indian Boys.*

Setiap peneliti dan anak-anak menyebutkan angka misalnya, one, two dan seterusnya maka anak yang berperan sebagai little one dan seterusnya maju ke depan.

2. Teka-teki

Skenario

Peneliti memberikan soal sebagai berikut:

Dodi, Sinta, Dewi dan Andi berdiri dalam satu garis dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Andi bukan yang pertama.
2. Sinta berdiri diantara Dodi dan Andi
3. Dodi ada diantara Andi dan Sinta.

Bagaimanakah urutan yang terjadi?

Catatan: apabila permainan ini tidak berhasil maka tindakan yang diambil adalah ada anak yang memerankan untuk membantu visual anak.

Permainan ini bisa juga diiringi dengan iringan musik klasik.

3. Senam Otak “Tombol Keseimbangan”

Skenario

Peneliti memerintahkan anak-anak untuk duduk sesantai mungkin. Bahu anak diusahakan untuk bersandar di kursi. Kemudian anak disuruh untuk menyentuh tombol keseimbangan yang terletak di belakang telinga kiri. Sementara itu, telapak tangan kanan diletakkan di daerah pusat (Pusar). Posisi kepala tetap lurus ke depan.

Setelah 30 detik, gerakan berikutnya (sama) dilakukan oleh tangan kanan. Anak-anak diminta untuk melakukan gerakan itu berulang kali.

Catatan: Untuk membantu suasana dapat diiringi dengan musik klasik.

4. Mendongeng

Skenario

Peneliti atau guru sempoa bercerita atau mendongeng. Cerita yang dipilih sebaiknya cerita-cerita yang imajinatif. Selama bercerita sebisa mungkin mengajak dialog anak. Sehingga terjalin komunikasi 2 arah. Kegiatan ini bisa diiringi dengan iringan musik klasik.

5. Mengurai Benang Kusut

Skenario

Anak-anak diperitahkan untuk duduk ditempatnya masing-masing (bisa juga dengan berdiri). Kemudian guru memberi contoh yang dimaksud dengan mengurai benang kusut.

Caranya adalah:

Peneliti bertindak seolah-olah dia membawa atau memegang benang yang kusut. Kemudian dia seolah-olah mengurainya. Pada saat mengurai benang ini bisa disertai dengan ekspresi jengkel pada saat benang sulit diurai atau senang pada saat benang mudah diurai.

Anak-anak dianjurkan untuk berekspresi dan bergerak sebebas mungkin. Kegiatan ini bisa diiringi dengan iringan musik klasik.

6. Bermain dan Bernyanyi Dalam Lingkaran

Skenario

Peneliti memrintahkan kepada ana-anak untuk berdiri dan membuat lingkaran. Setelah itu peneliti mengajarkan lagu **Bermain dalam Lingkaran**.

Syair lagunya adalah sebagai berikut:

Mari kita bermain dalam lingkaran

Bermain binatang yang ada di hutan

Binatang apakah itu ... binatang apakah itu

(Peneliti menyebutkan ciri-ciri suatu binatang dan anak-anak menebaknya. Misalkan tebakannya monyet. Syair selanjutnya ...)

Monyet-monyet namanya

Begini jalannya 6x (anak-anak menirukan gerakan monyet)

7. Berperan sebagai Sempoa

Skenario

Peneliti memerintahkan 6 anak untuk maju ke depan. Pembagian tugasnya adalah sebagai berikut: 4 anak berperan sebagai manik-manik satuan, 1 anak berperan sebagai manik limaan dan 1 anak berperan sebagai manik puluhan.

Setelah pembagian tugas selesai guru memberikan soal. Misalnya peneliti atau guru memberikan soal:

2, berarti 2 anak satuan maju.

+3, berarti anak limaan maju dan 2 anak satuan mundur.

+5, berarti 1 anak limaan mundur dan 1 anak puluhan maju.

Demikian seterusnya. Anak-anak yang tidak kebagian peran bertugas sebagai suporter dan instruktur.

8. Carilah 15 Nama Bunga!

Skenario

Guru memerintah siswa untuk duduk di tempat masing-masing lalu membagikan kertas yang bertuliskan "Carilah 15 Nama Bunga". Anak-anak diharapkan bisa menemukan 15 Nama Bunga yang tersembunyi, kemudian menuliskannya di selembar kertas dengan maksud agar anak tidak lupa bunga apa saja yang sudah ditemukan. Anak yang terlebih dahulu menyelesaikan tugasnya dinyatakan sebagai pemenang. Permainan ini diiringi dengan iringan musik klasik atau lagu anak-anak.

9. Duel ala Irlandia

Skenario

Anak-anak diminta untuk mencari mitra duel masing-masing satu lawan satu.

Duel pertama

Anak-anak menggunakan kaki masing-masing untuk menyentuh kaki lawan (dilarang menyepak atau menendang). Kedua tangan masing-masing anak

harus disilangkan ke belakang punggung. Manakala seorang anak berhasil menyentuh kaki lawan, ia memperoleh hasil/nilai. Setiap kali anak memperoleh nilai, ia harus berteriak sambil menyebutkan namanya.

Catatan: Permainan tidak harus dilakukan semua anak. Anak-anak yang lain bertindak sebagai suporter.

10. Menggambar dengan Dua Tangan

Skenario

Peneliti membagikan 2 lembar kertas gambar kepada masing-masing anak. Tugas masing-masing anak adalah menggambar suatu benda yang sama dalam waktu bersamaan. Masing-masing kertas diberi nama kanan dan kiri serta nama anak.

11. Permainan TIC TAC TOE

Skenario

Peneliti memberikan lembaran kertas yang berisi:

Kotak jawaban

1	2	3	4
5	6	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16

Kotak pertanyaan

- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| A. $6 + 8 - 4 = \dots$ | I. $9 + 1 - 7 = \dots$ |
| B. $10 + 4 - 6 = \dots$ | J. $5 - 3 = \dots$ |
| C. $9 + 3 - 3 = \dots$ | K. $10 + 5 - 14 = \dots$ |

D. $10 - 4 = \dots$

L. $3 + 7 - 6 = \dots$

E. $3 + 9 = \dots$

M. $4 + 9 + 3 = \dots$

F. $16 - 5 - 6 = \dots$

N. $9 + 2 + 5 + 3 = \dots$

G. $3 + 13 - 2 = \dots$

O. $21 - 3 + 3 - 10 = \dots$

H. $9 + 6 + 4 - 4 = \dots$

P. $10 - 8 + 5 = \dots$

Aturan main:

1. Anak-anak diperintahkan untuk menjawab setiap pernyataan
2. Hasil Jawaban terdapat dikotak jawaban, kemudian diberi tanda silang.
3. Bagi anak yang selesai terlebih dahulu dinyatakan sebagai pemenang.

Kegiatan ini bisa diiringi dengan iringan musik klasik atau lagu anak-anak .

12. Benda-benda ajaib

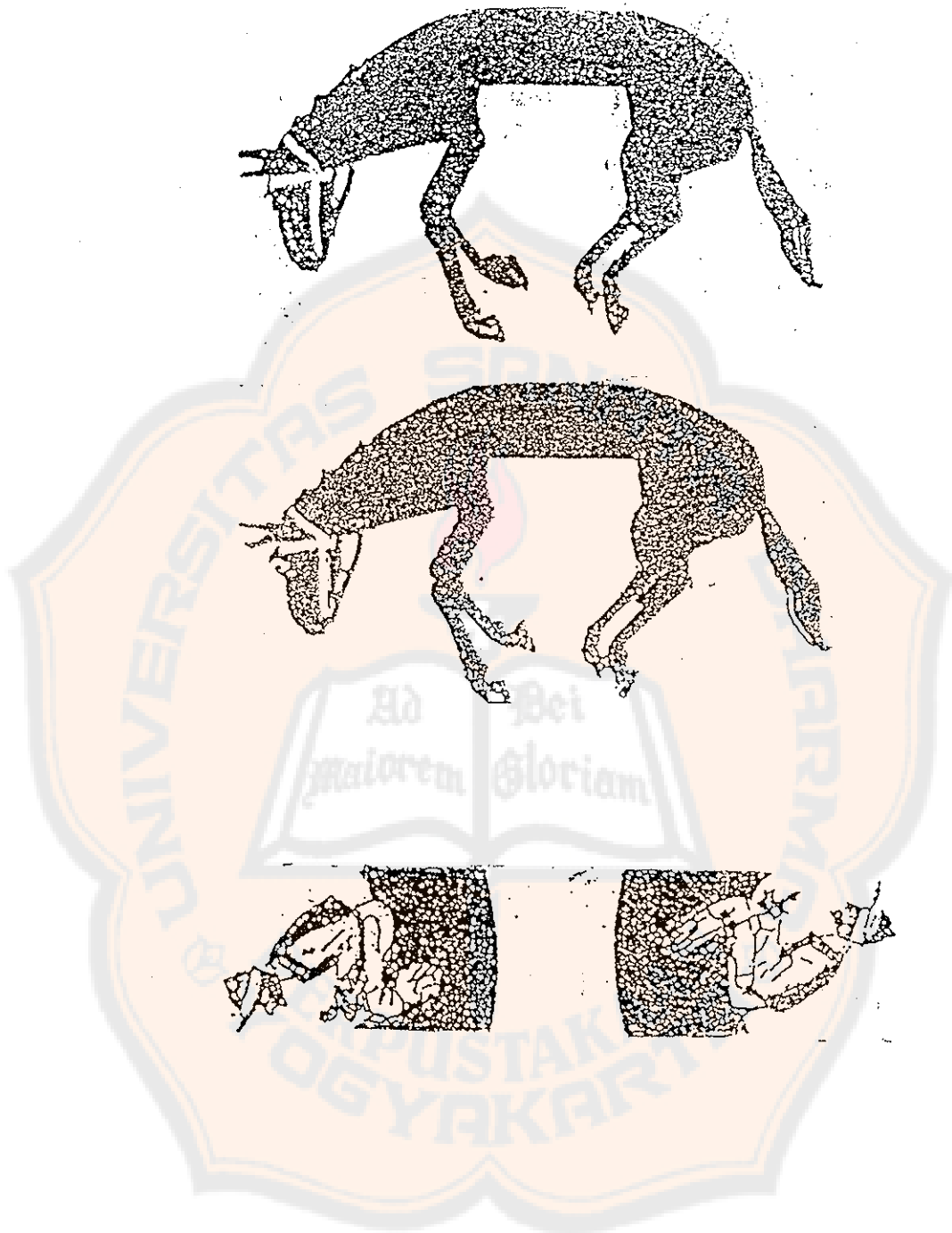
Skenario

Peneliti menyediakan 2 atau 3 benda. Peneliti memerintahkan anak-anak untuk memperlakukan benda-benda itu sebebas-bebasnya. Anak-anak dianjurkan untuk memperlakukan benda-benda tersebut tidak sebagaimana mestinya. Artinya jika benda itu sisir maka benda itu jangan menjadi sisir lagi tapi benda lain (misalnya cangkir).

13. Menyusun Gambar Kuda

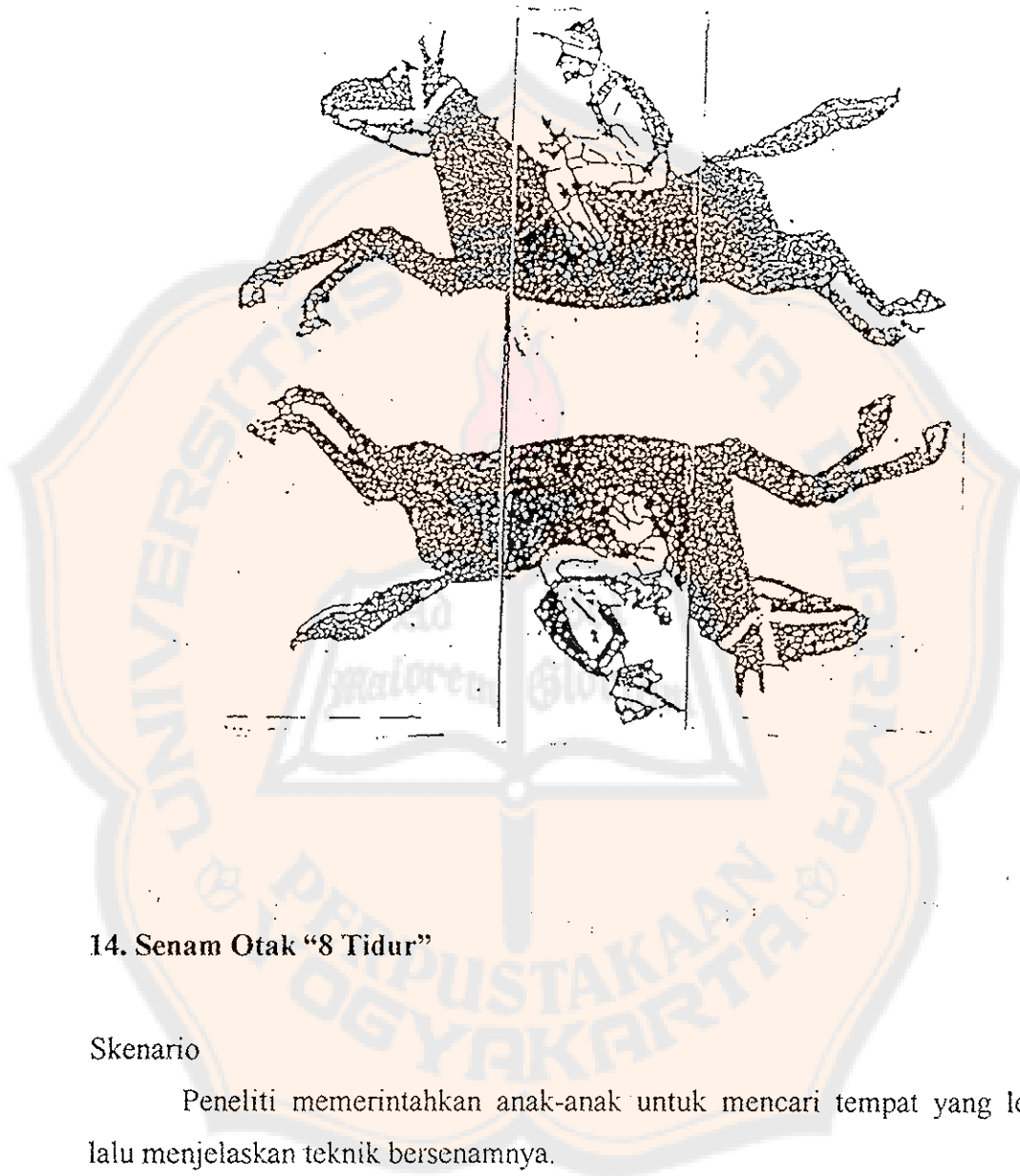
Skenario

Peneliti mengelompokkan anak-anak menjadi 1 kelompok 3 anak. Peneliti membagikan kertas-kertas kecil seperti ini:



Kemudian peneliti memerintahkan anak-anak untuk menyusun gambar-gambar tersebut. Pertanyaannya adalah: Bagaimanakah cara-cara penunggang kuda dapat menaiki kudanya masing-masing?

Susunan gambar yang dimaksud adalah sebagai berikut:



14. Senam Otak “8 Tidur”

Skenario

Peneliti memerintahkan anak-anak untuk mencari tempat yang leluasa, lalu menjelaskan teknik bersenamnya.

Adapun tekniknya sebagai berikut:

Kedua kaki dilebarkan. Salah satu tangan diletakkan di samping badan. Tangan yang lain lurus ke depan sejajar mata. Dengan menggunakan jari telunjuk (dari tangan yang sejajar mata) anak-anak diminta untuk menggambar angka 8. Dan

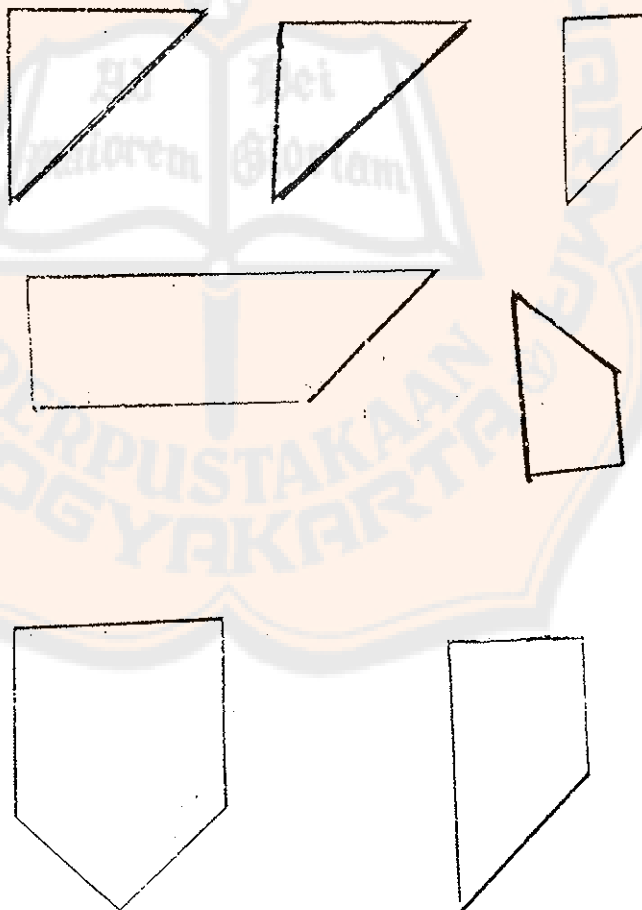
setiap gerakan selalu diikuti oleh mata. Kegiatan ini bisa diiringi dengan iringan musik.

15. Bermain Puzzle

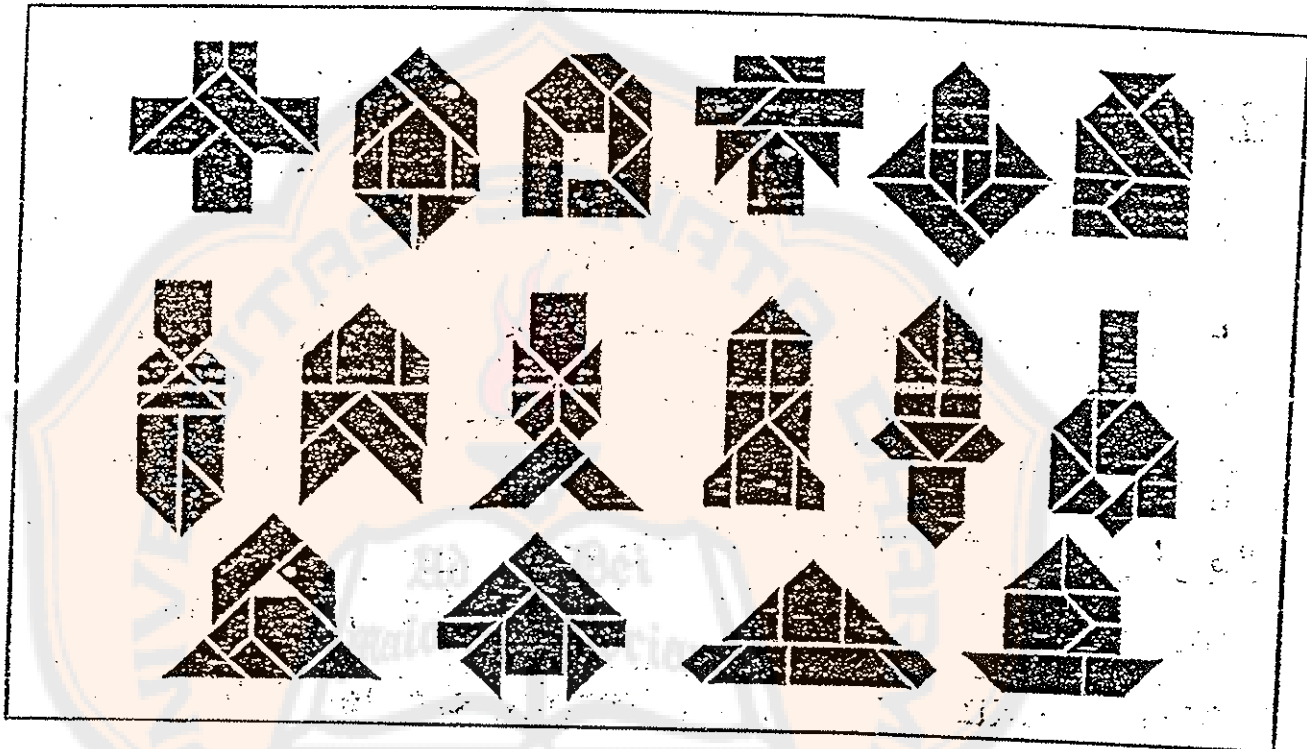
Skenario

Peneliti memberikan 7 potong puzzle kepada anak-anak yang sudah dibagi menjadi beberapa kelompok.

Tugas masing-masing kelompok adalah menyusun potongan-potongan puzzle itu menjadi suatu bangun. Kemudian peneliti memberikan kemungkinan bentuk yang bisa dibuat dari 7 potongan itu.



Beberapa kemungkinan bentuk itu adalah sebagai berikut:



16. Mengamati Benda

Skenario

Peneliti memerintah anak-anak untuk keluar kelas dan mencari tempat pemberhentian. Anak-anak diminta untuk mengamati tempat mereka berhenti untuk beberapa saat. Kemudian masing-masing anak kembali ke kelas dan menulis atau menggambarkan hasil pengamatan mereka.

17. Permainan “Ya” dan “Tidak”

Skenario

Peneliti memerintahkan anak-anak untuk membentuk sebuah lingkaran. Kemudian peneliti menunjuk anak yang berkaos kaki kuning sambil bertanya: “Apakah kaos kaki Ita (misalnya) berwarna kuning?”. Tugas masing-masing anak adalah menjawab “Ya” dengan disertai gelengan kepala dan “Tidak” dengan disertai anggukan kepala. Demikian seterusnya.

18. Mendongeng

Skenario

Sama dengan relaksasi nomor 4.

19. Senam Otak “Kaki ke Tangan”

Skenario

Peneliti memerintahkan anak-anak untuk berdiri dan mencari tempat yang leluasa. Peneliti mengajarkan teknik bersenam “kaki ke tangan”.

Adapun teknis bersenamnya:

1. Berdiri dan dengan mengangkat lutut secara bergantian, sentuhkan tangan kanan ke lutut kiri dan tangan kiri ke lutut kanan.
2. Bisa dilakukan dengan mata tertutup.

Kegiatan ini bisa diiringi dengan musik.

20. Permainan Angka-Angka

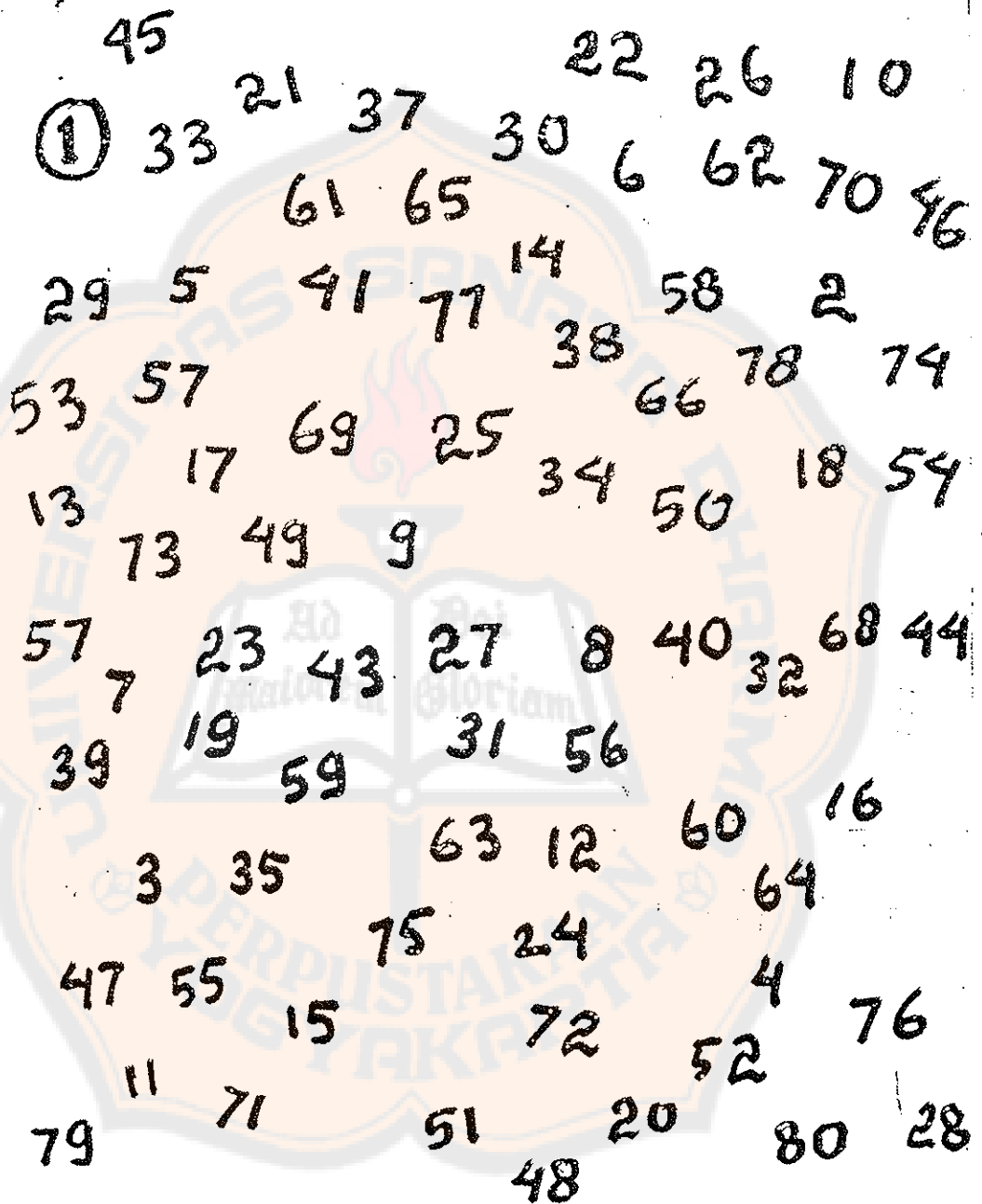
Skenario

Peneliti membagikan kertas yang bertuliskan angka-angka. Angka-angka itu sengaja ditulis acak dengan maksud memancing anak untuk berkonsentrasi.

Anak-anak diperintahkan untuk menghubungkan angka-angka itu dari angka yang paling kecil. Hubungan antar angka disimbolkan dengan garis lurus. Bagi anak mencapai angka paling besar dinyatakan sebagai pemenang.

Kegiatan ini bisa diiringi dengan iringan musik.





PERMAINAN ANGKA-ANGKA

Carilah 15 nama Bunga!

K	M	A	M	U	J	K	L	O	T	E	I	V	W	X	U
A	E	K	A	M	B	O	J	A	S	A	Y	Z	J	T	I
D	L	A	W	E	D	G	A	B	E	C	B	F	S	G	H
L	A	I	A	C	F	Z	V	X	D	D	E	R	K	P	Q
E	T	E	R	A	T	A	I	W	A	T	Q	L	M	N	O
B	I	J	I	B	U	W	X	Y	P	R	S	U	K	B	M
M	K	C	H	S	L	V	C	E	M	P	A	K	A	C	A
F	F	E	I	J	I	T	U	S	A	Y	Z	A	N	D	T
C	H	G	S	E	P	A	T	U	L	W	X	P	T	C	A
G	N	J	D	P	Q	N	R	V	A	E	B	D	I	I	H
H	K	O	N	L	Q	G	S	T	M	D	A	H	L	I	A
I	P	L	M	O	R	G	U	M	O	Z	K	I	J	J	R
W	O	R	A	W	A	R	I	F	G	H	U	B	F	H	I
N	P	L	R	S	T	E	W	Y	X	A	N	E	G	K	P
O	M	Q	K	U	V	K	E	N	A	N	G	A	O	Q	L

Lampiran 3. *Penilaian Guru Sempoa terhadap 12 Siswa Sempoa*

Data yang diisikan pada kolom adalah:

SR= Sangat Rendah

R = Rendah

C = Cukup

T = Tinggi

ST= Sangat Tinggi

Indikator-indikator yang harus diamati adalah:

1. Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai
2. Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan.
3. Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.
4. Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.
5. Konsentrasi siswa selama pelajaran.
6. Kemampuan siswa dalam memahami materi.
7. Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.

No	Nama	Indikator	1	2	3	4	5	6	7

Catatan:

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

Lampiran 4. *Rekapitulasi Penilaian Guru Kelas dan Sempoa terhadap 12 Siswa Sempoa*

Data yang diisikan pada kolom adalah:

SR= Sangat Rendah

R = Rendah

C = Cukup

T = Tinggi

ST= Sangat Tinggi

No	Indikator	Sangat Tinggi		Tinggi		Cukup		Rendah		Sangat Rendah	
		GK	GS	GK	GS	GK	GS	GK	GS	GK	GS
1	Kemauan siswa mengerjakan tugas sampai selesai										
2	Kemauan siswa mengerjakan tugas di luar yang diharuskan										
3	Motivasi dan semangat siswa selama pelajaran.										
4	Kerjasama dan interaksi siswa selama pelajaran.										
5	Konsentrasi siswa selama pelajaran.										
6	Kemampuan siswa dalam memahami materi.										
7	Keterampilan bertanya dan menyampaikan ide.										

Catatan:

Lampiran 5. *Lembar Observasi untuk pengamat (guru sempoa) pada saat Metode Relaksasi.*

Jenis relaksasi :

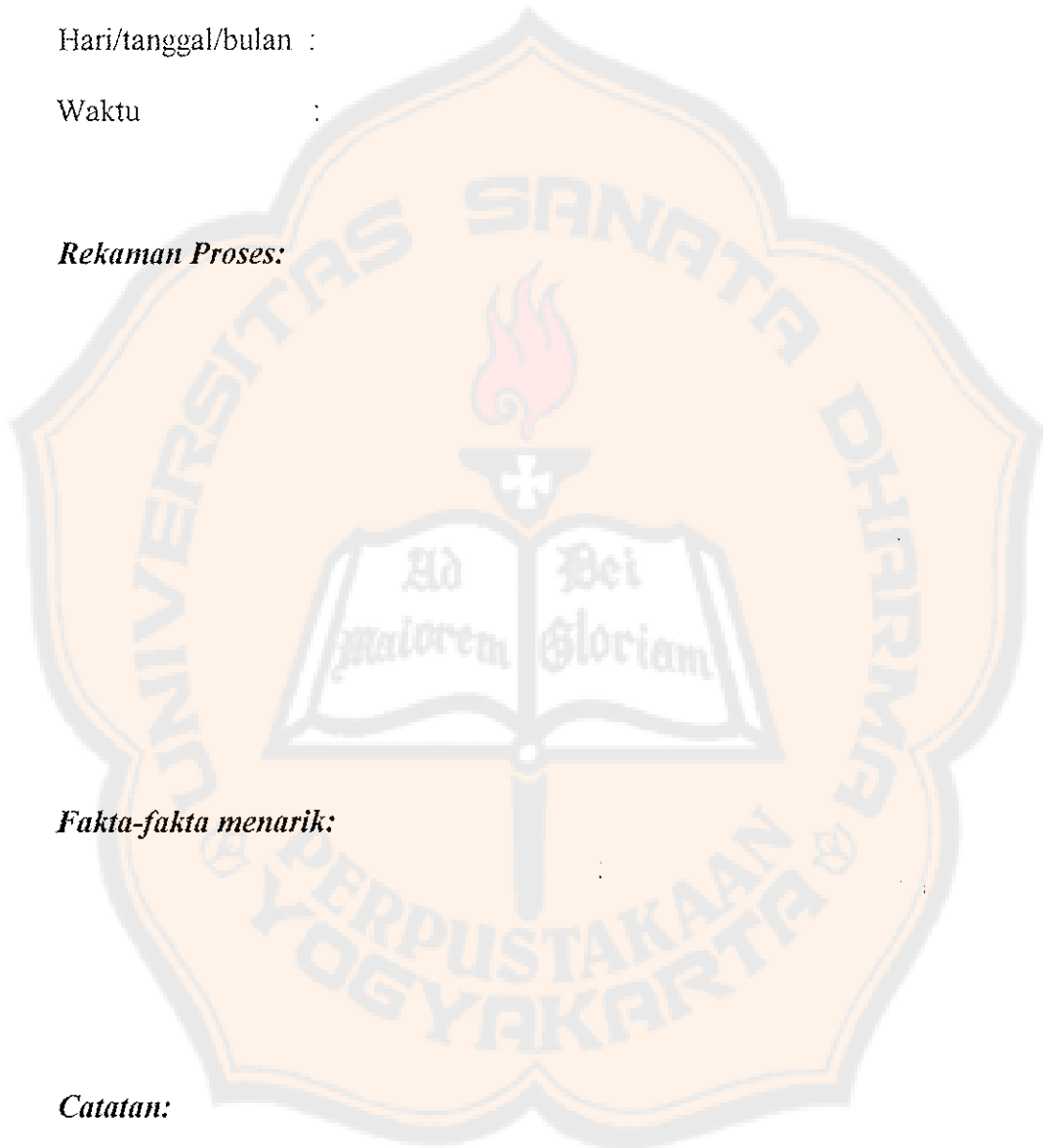
Hari/tanggal/bulan :

Waktu :

Rekaman Proses:

Fakta-fakta menarik:

Catatan:



Lampiran 6. *Lembar Observasi untuk pengamat (peneliti) pada saat Materi Pembelajaran Sempoa*

Jenis relaksasi :

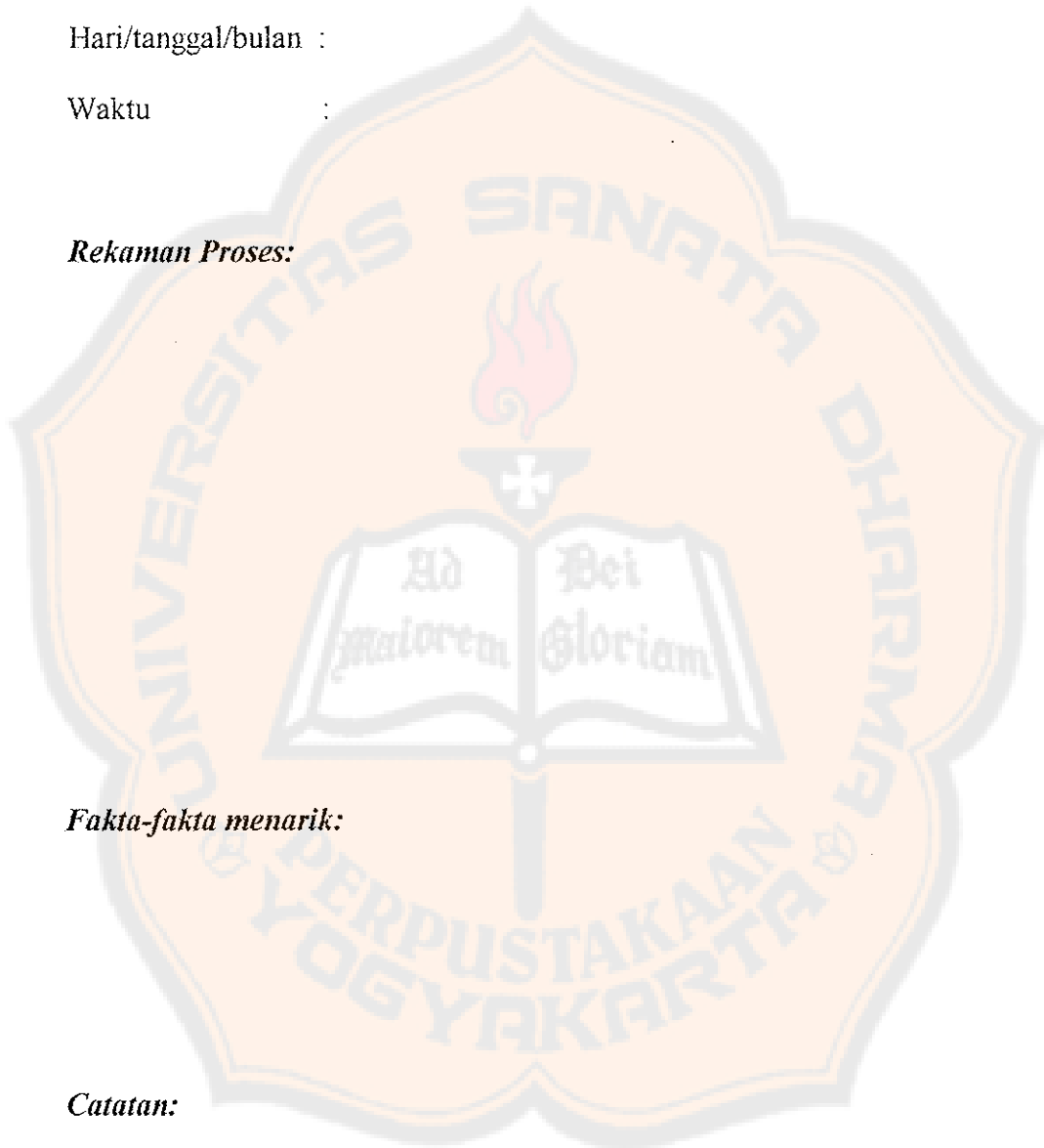
Hari/tanggal/bulan :

Waktu :

Rekaman Proses:

Fakta-fakta menarik:

Catatan:



Lampiran 10. *Penilaian Jenis--Jenis Relaksasi I*

Data yang diisikan pada kolom adalah:

SK= Sangat Kecil

K = Kecil

C = Cukup

B = Besar

SB= Sangat Besar

No	Indikator	Hasil pengamatan relaksasi I pada pertemuan									
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
1.	Relevansi dengan materi selanjutnya.										
2.	Kesiapan anak menerima pelajaran.										
3.	Kerelaan anak untuk melakukan relaksasi										
4.	Kreativitas anak selama melakukan relaksasi.										
5.	Membantu guru sempoa menciptakan suasana bermain sambil belajar.										
6.	Membantu anak rileks.										

Catatan

Lampiran 11. *Penilaian Jenis-Jenis Relaksasi II*

Data yang diisikan pada kolom adalah:

SK= Sangat Kecil
K = Kecil
C = Cukup
B = Besar
SB= Sangat Besar

No	Indikator	Hasil pengamatan relaksasi II pada pertemuan									
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
1.	Relevansi dengan materi selanjutnya.										
2.	Kesiapan anak menerima pelajaran.										
3.	Kerelaan anak untuk melakukan relaksasi										
4.	Kreativitas anak selama melakukan relaksasi.										
5.	Membantu guru sempoa menciptakan suasana bermain sambil belajar.										
6.	Membantu anak rileks.										

Catatan

Lampiran 12. *Skor dari masing-masing Jenis Relaksasi I*

Data yang diisikan pada kolom adalah:

$SK = 1$
 $K = 3$
 $C = 5$
 $B = 7$
 $SB = 9$

Pertemuan	Jenis-jenis Relaksasi I	Indikator					
		1	2	3	4	5	6
I	Bernyanyi Little Indian						
II	Senam otak "Tombol keseimbangan"						
II	Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran						
IV	Berperan sebagai semboa						
V	Duel ala Irlandia						
VI	Permainan TIC TAC TOE						
VII	Menyusun gambar kuda						
VIII	Bermain Puzzle						
IX	Permainan Ya dan Tidak						
X	Senam otak "Kaki ke tangan"						

Catatan



Lampiran 13. *Skor dari masing-masing Jenis Relaksasi II*

Data yang diisikan pada kolom adalah:

SK= 1

K = 3

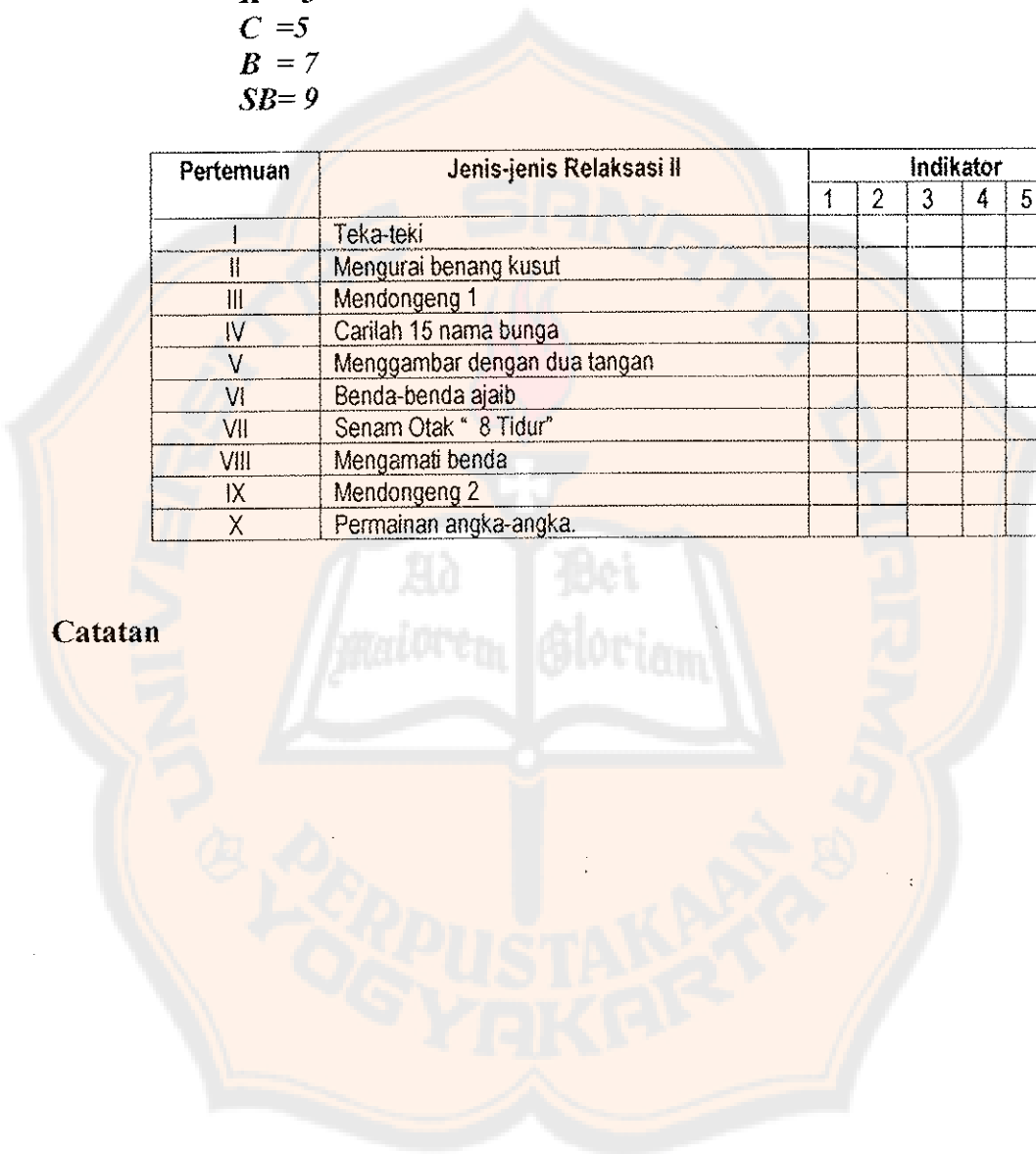
C = 5

B = 7

SB= 9

Pertemuan	Jenis-jenis Relaksasi II	Indikator					
		1	2	3	4	5	6
I	Teka-teki						
II	Mengurai benang kusut						
III	Mendongeng 1						
IV	Carilah 15 nama bunga						
V	Menggambar dengan dua tangan						
VI	Benda-benda ajaib						
VII	Senam Otak " 8 Tidur"						
VIII	Mengamati benda						
IX	Mendongeng 2						
X	Permainan angka-angka.						

Catatan



Lampiran 14. *Tingkat keberhasilan Jenis-Jenis Relaksasi I*

Data yang diisikan adalah jumlah skor dan kategorinya.
Skala penilaian keberhasilan yang digunakan adalah:

- 6-15 kategori sangat kecil**
- 16-25 kategori kecil**
- 26-35 kategori cukup**
- 36-45 kategori besar**
- 56-55 kategori sangat besar**

No	Jenis-jenis Relaksasi I	Jumlah skor	Tingkat keberhasilan
1	Bernyanyi Little Indian		
2	Senam otak "Tombol keseimbangan"		
3	Bermain dan bernyanyi dalam lingkaran		
4	Berperan sebagai sempoa		
5	Duel ala Irlandia		
6	Permainan TIC TAC TOE		
7	Menyusun gambar kuda		
8	Bermain Puzzle		
9	Permainan Ya dan Tidak		
10	Senam otak "Kaki ke tangan"		

Lampiran 15. *Tingkat keberhasilan Jenis-Jenis Relaksasi II*

Data yang diisikan adalah jumlah skor dan kategorinya.
Skala penilaian keberhasilan yang digunakan adalah:

- 6-16 kategori sangat kecil**
- 16-25 kategori kecil**
- 26-35 kategori cukup**
- 36-45 kategori besar**
- 56-55 kategori sangat besar**

No	Jenis-jenis Relaksasi II	Jumlah Skor	Tingkat Keberhasilan
1	Teka-teki		
2	Mengurai benang kusut		
3	Mendongeng 1		
4	Carilah 15 nama bunga		
5	Menggambar dengan dua tangan		
6	Benda-benda ajaib		
7	Senam Otak " 8 Tidur"		
8	Mengamati benda		
9	Mendongeng 2		
10	Permainan angka-angka.		

Lampiran 16: Soal-soal ulangan pada waktu observasi di kelas sampel

Nama :
 Sekolah/kelas :
 Tgl/waktu :

Kerjakan tanpa alat bantu smpoa!

1	1	2	3	4	5
	14	1	4	27	10
	-3	30	20	-6	14
	4	4	4	4	4
Jawab					

2	1	2	3	4	5
	11	33	22	11	24
	12	-2	22	13	-14
	1	2	-11	-12	12
Jawab					

3	1	2	3	4	5
	12	64	13	53	23
	2	-14	11	-3	-2
	-3	4	-2	12	3
Jawab					

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

185

Kerjakan dengan menggunakan mental!

4	1	2	3	4	5
	12	30	21	45	17
	31	13	13	-25	-5
	3	3	3	3	3
Jawab					

5	1	2	3	4	5
	13	11	17	21	25
	11	13	12	13	23
	-12	-12	-25	-10	-15
3	3	3	3	3	
Jawab					

6	1	2	3	4	5
	24	65	16	25	17
	-3	12	12	13	22
	14	-5	11	-16	-3
4	4	4	4	4	
Jawab					

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI



JURUSAN PENDIDIKAN MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM
(JPMIPA)

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SANATA DHARMA

Kampus III USD, Paingan, Maguwoharjo, Depok, Sleman 55284 Telp. (0274) 883037; 883968

Nomor : 105/JPMIPA/SD/IX/02
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada
Yrh.
Direktur SIBO
Lembaga Pendidikan Mental Aritmatika

Dengan hormat,

Dengan ini kami memohonkan ijin penelitian dalam rangka penyusunan skripsi untuk mahasiswa kami,

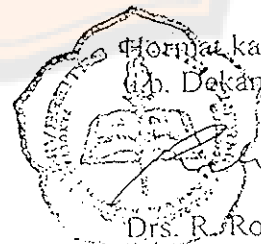
Nama : Agustina Dian Ikawati
Nomor Mhs. : 951414012
Program Studi : Pendidikan Matematika
Jurusan : PMIPA
Fakultas : KIP

dengan judul skripsi:

*EFEKTIVITAS PENGGUNAAN METODE RELAKSASI DALAM MENINGKATKAN
DAYA KONSENTRASI ANAK KELAS 3 PADA SISWA KURSUS SEMPOA DAN
ARITMATIKA MENTAL.*

Pelaksanaan penelitian pada bulan September-November 2002
Demikian permohonan kami. Terima kasih.

Yogyakarta, 30 September 2002



Hormat kami,
Dekan FKIP

Drs. R. Rohandi, M.Ed

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI



JURUSAN PENDIDIKAN MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM
(JPMIPA)

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SANATA DHARMA

Kampus III USD, Paingan, Maguwoharjo, Depok, Sleman 55284 Telp. (0274) 883037; 883968

Nomor : 105/IPMIPA/SD/IX/02
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada
Yth.
Bpk/Ibu Kepala Sekolah
SD Tegajenejo II

Dengan hormat,

Dengan ini kami memohonkan ijin penelitian dalam rangka penyusunan skripsi untuk mahasiswa kami,

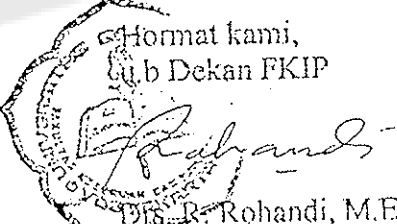
Nama : Agustina Dian Ikawati
Nomor Mhs. : 951414012
Program Studi : Pendidikan Matematika
Jurusan : PMIPA
Fakultas : KIP

dengan judul skripsi:

EFEKTIFITAS PENGGUNAAN METODE RELAKSASI DALAM MENINGKATKAN DAYA KONSENTRASI ANAK KELAS 3 PADA SISWA KURSUS SEMPOA DAN ARITMATIKA MENTAL.

Pelaksanaan penelitian pada bulan September-November 2002
Demikian permohonan kami. Terima kasih.

Yogyakarta, 10 Oktober 2002

Hormat kami,
Dib Dekan FKIP

R. Rohandi, M.Ed

PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN DAN PENGAJARAN
SEKOLAH DASAR NEGERI TEGALREJO II
Jl. Wiratama No. 27 Telp. (0274) 620045 Yogyakarta 55244

SURAT KETERANGAN

No : 019 / Tr.W. J... / 03.

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Tegalrejo II Yogyakarta, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Agustina Dian Ikawati
Nomor Mhs. : 951414012
Program Studi : Pendidikan Matematika
Jurusan : PMIPA
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Adalah benar-benar sudah melaksanakan penelitian di SD Tegalrejo II Yogyakarta, dengan judul skripsi:

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN METODE RELAKSASI DALAM MENINGKATKAN DAYA KOMPUTASI ANAK TELAS 3 PADA SISWA TUNJUS SEMPOA DAN ARITMATIKA MENTAL

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 Januari 2003

Kepala Sekolah

