

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Belajar adalah proses interaksi antara stimulus dan respon. Stimulus adalah apa saja yang dapat merangsang terjadinya kegiatan belajar seperti pikiran, perasaan, atau hal-hal lain yang dapat ditangkap melalui alat indera. Sedangkan respon yaitu reaksi yang dimunculkan peserta didik ketika belajar yang juga berupa pikiran, perasaan, atau gerakan/tindakan (Suardi, 2015). Belajar merupakan suatu proses yang mencakup tiga komponen yaitu *input*, *process*, dan *output*. *Input* terdiri dari mahasiswa, materi perkuliahan, sarana dan fasilitas perkuliahan, dosen, kurikulum, dan manajemen yang berlaku diperguruan tinggi tersebut. Sedangkan *process* terdiri dari strategi perkuliahan, media instruksional, cara mengajar dosen, dan cara belajar mahasiswa sendiri. Sedangkan *output* merupakan hasil dari proses belajar tersebut yaitu prestasi (Nurhidayah, 2009).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005), prestasi adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan kemudian ditunjukkan dengan nilai tes atau angka yang diberikan oleh pengajar. Prestasi belajar tidak dapat dipisahkan dari perbuatan belajar itu sendiri, karena prestasi belajar adalah hasil dari proses pembelajaran, sedangkan belajar merupakan suatu proses. Proses belajar sendiri bisa dilakukan oleh siapapun baik secara non formal maupun formal yang berdasarkan jenjang yaitu SD, SMP, SMA yang awalnya sebagai seorang siswa, sampai Perguruan Tinggi yang disebut sebagai seorang mahasiswa.

Pada tingkat pendidikan tinggi, mahasiswa dituntut untuk aktif dalam proses belajar mengajar, semua tugas yang diberikan di pendidikan tinggi umumnya menuntut mahasiswa untuk mengembangkan pola pikirnya sendiri guna penyelesaian tugas secara efektif dalam bidang akademik. Keberhasilan mahasiswa dalam bidang akademik ditandai dengan prestasi akademik yang dicapai, ditunjukkan melalui prestasi kumulatif (IPK). Dalam perkuliahan mahasiswa dituntut untuk berkompetisi dalam memperoleh prestasi akademik, yang dalam ini sebagai tolak ukurnya adalah indeks prestasi. Ganda. Y (2004) mengatakan bahwa kewajiban yang paling penting bagi seorang mahasiswa adalah belajar dan harus benar-benar menguasai semua materi yang diajarkan di perguruan tingginya, dimana mereka akan lebih berfokus hanya pada belajar dan strategi para pengajarpun lebih cenderung mengandalkan otak kiri yang menjadi pusat kepandaian seseorang.

Jensen (2008) menemukan bahwa strategi pengajaran lebih khas dan cenderung mengandalkan teknik sisi kiri otak. Dengan strategi pengajaran yang berfokus pada sisi kiri otak, kemungkinan akan muncul pertanyaan bagaimana dengan pencapaian pelajar yang gaya belajarnya nikmat pada sisi kanan otak. Kebutuhan masing-masing pelajar sangat berbeda dan juga pengetahuan tentang bagaimana mereka belajar sangat penting untuk mengembangkan kegiatan dan pelajaran yang akan memungkinkan mereka untuk mencapai pengetahuan. Dalam rangka memenuhi kebutuhan semua peserta didik, para pengajar perlu menggunakan sejumlah metodologi, dan dengan menggabungkan berbagai metode yang memungkinkan kedua sisi otak untuk bekerja secara optimal (Karen, 2007). Salah satu cara untuk mengoptimalkan penggunaan semua dimensi otak adalah dengan

melakukan senam otak atau dalam bahasa inggris dikenal dengan *Brain Gym* (Chatib. M, 2011).

Brain Gym adalah intervensi yang dirancang oleh pendidik dan spesialis membaca, Paul dan Gail Dennison, pada tahun 1970 dengan tujuan untuk meningkatkan berberapa hal termasuk perhatian, memori, dan kemampuan akademik. Intervensi ini membutuhkan peserta yang terlibat dalam berbagai gerakan untuk mengkoordinasikan tangan, mata, telinga, dan seluruh tubuh, yang disebut juga sebuah program *Education Kinesiology* (*Brain Gym International*, 2014). *Brain Gym* terdiri dari 26 gerakan sederhana yang diyakini untuk meningkatkan kinerja akademik dan perilaku dengan mengaktifkan kedua belahan otak untuk meningkatkan penggunaan seluruh bagian otak (Hyatt, 2007). Hal ini diakui bahwa dengan mengintegrasikan sisi kiri dan kanan otak, masalah, emosional, dan stres psikologis belajar akan dihilangkan dan memungkinkan individu untuk mengoptimalkan pengalaman belajar mereka (Dennison & Dennison, 2007 seperti dikutip dalam Spaulding, Mostert, & Beam, 2010).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Thompson, H. L. (2007) dengan judul *Impact of Educational Kinesiology activities on Fourth Grader's Reading Comprehension Achievement Walden University, School of Education* dengan melakukan eksperimen pada 40 pelajar dengan tujuan untuk melihat apakah *Educational Kinesiology* dapat meningkatkan prestasi dan pemahaman dalam membaca dengan melakukan *Brain Gym* 7-10 menit dalam sehari selama 10 minggu. Hasil dari penelitian ini menunjukkan perbedaan statistik antara sebelum dan sesudah

dilakukan *Brain Gym* dengan nilai ($p=0.04$), (*Tripscy Evidence-Based Journal Club*, 2009).

Louden et al. (2000) dalam Stephenson, J. (2009), menemukan sebanyak 8% dari sekolah di New South Wales dan lebih dari 30% di Western Australia, Queensland dan Victoria menerapkan *perceptual motor program* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa. Dari pernyataan tersebut senam otak sudah digunakan bahkan diteliti diberbagai negara dan Metode *Brain Gym* merupakan salah satu cara yang mudah untuk membantu siswa dalam mengelola konsentrasi belajarnya. Salah satu penelitian di Indonesia mengenai *Brain Gym* yang dilakukan oleh Prasanti tentang pengaruh *Brain Gym* terhadap konsentrasi belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 16 Surakarta tahun ajaran 2014/2015, diperoleh hasil penelitian dari pengujian statistic bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor tingkat konsentrasi belajar pada kelompok eksperimen antara sebelum mendapatkan perlakuan dan sesudah mendapatkan perlakuan berupa *Brain Gym* yaitu dengan nilai Z skor pada uji *Wilcoxon pre-test* dan *posttest* tingkat konsentrasi belajar pada kelompok eksperimen sebesar -3,535 dengan nilai *Asymp. Sig (2- tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$ (Prasanti F. D, 2015).

Dari survei yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 14 dan 15 juli 2016 kepada 21 mahasiswa S1 keperawatan di STIK Sint Carolus Jakarta ada yang mengatakan bahwa mengalami penurunan prestasi belajar terkait nilai IPK dan ada juga yang mengatakan bahwa saat mengikuti pembelajaran di kelas konsentrasi mereka kurang, mudah bosan dan lelah dalam mengikuti pembelajaran. Sebagian besar dari mereka juga mengatakan bahwa daya ingat mereka kurang dan terkadang

stres dalam menghadapi banyaknya tugas kuliah yang harus diselesaikan sehingga membuat mereka susah menghafal dan mengingat semua materi perkuliahan yang didapat. Peneliti pun melakukan survei pendahuluan mengenai verifikasi nilai IPK pada mahasiswa S1 Keperawatan A angkatan 2015 mendapatkan nilai rata-rata IPK semester ganjil (semester 1) adalah 3,5 dan rata-rata IPK semester genap (semester 2) adalah 3,3, dimana terjadi penurunan nilai IPK.

Dampak dari pernyataan beberapa mahasiswa yang mengatakan bosan, mudah lelah, daya ingat yang kurang dan juga stres berdasarkan survei tersebut adalah kualitas belajar mereka akan menurun sehingga prestasi belajarpun akan menurun, pada akhirnya bisa berdampak pada kualitas lulusan khususnya mahasiswa lulusan S1 Keperawatan yang kurang memuaskan sehingga tidak adanya daya saing antar lulusan S1 Keperawatan. Berdasarkan pernyataan dari survei tersebut dan pernyataan dari penjelasan pada paragraf sebelumnya serta penelitian terkait mengenai senam otak (*Brain Gym*) maka peneliti ingin meneliti apakah *Brain Gym* efektif terhadap peningkatan prestasi mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2015 STIK Sint Carolus Jakarta.

1.2 Masalah Penelitian

Sebagian mahasiswa yang mengatakan mengalami penurunan prestasi belajar, dan ada juga yang hanya berfokus pada pembelajaran untuk meningkatkan prestasi mereka dengan memaksa kerja otak. Sebagian besar mahasiswa juga mengatakan sulit mengingat dan kurang konsentrasi saat pembelajaran berlangsung. Proses belajar, berpikir, kreatifitas, dan kecerdasan sesungguhnya tidak hanya melibatkan otak tetapi juga seluruh tubuh. Sensasi, gerakan, emosi dan fungsi integrasi otak

semua bersumber pada tubuh kita, oleh karena itu diperlukan suatu sistem yang bisa menghubungkan akal (*mind*) dan tubuh (*body*). Senam otak merupakan kumpulan gerakan-gerakan sederhana yang bertujuan menghubungkan atau menyatukan akal dan tubuh, (Sularyo & Setyo, 2002). Maka dari itu penulis ingin mengetahui efektivitas senam otak terhadap prestasi belajar mahasiswa keperawatan angkatan 2015 STIK Sint Carolus Jakarta.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui efektivitas senam otak terhadap prestasi belajar mahasiswa keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus Jakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Diketahui gambaran karakteristik jenis kelamin mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus.

1.3.2.2 Diketahui gambaran motivasi mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus.

1.3.2.3 Diketahui gambaran minat mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus.

1.3.2.4 Diketahui gambaran dukungan keluarga mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus.

1.3.2.5 Diketahui gambaran Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus sebelum senam otak (*Brain Gym*).

1.3.2.6 Diketahui gambaran Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus sesudah senam otak (*Brain Gym*).

1.3.2.7 Diketahui perbedaan perubahan nilai IPK mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus sebelum dan setelah dilakukan senam otak.

1.3.2.8 Diketahui hubungan antara motivasi terhadap prestasi belajar mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus.

1.3.2.9 Diketahui hubungan antara minat terhadap prestasi belajar mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus.

1.3.2.10 Diketahui hubungan antara dukungan keluarga terhadap prestasi belajar mahasiswa S1 keperawatan A angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus.

1.3.3 Manfaat Penelitian

1.3.3.1 Bagi responden penelitian

Dengan menjadi responden penelitian dan mengikuti eksperimen senam otak (*Brain Gym*) ini, dapat mengembangkan dan mengoptimalkan kemampuan fungsi otak sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar.

1.3.3.2 Bagi Institusi pendidikan STIK Sint Carolus

Sebagai salah satu bahan masukan bagi institusi pendidikan dalam meningkatkan prestasi belajar mahasiswanya yang bisa diaplikasikan menjadi suatu metode pembelajaran.

1.3.3.3 Bagi ilmu keperawatan

Sebagai bahan ilmiah dan sumber informasi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya dalam ilmu keperawatan untuk meningkatkan prestasi belajar mahasiswa agar dapat memberikan asuhan keperawatan yang holistik.

1.3.3.4 Bagi Peneliti

Sebagai persyaratan untuk mendapat gelar Sarjana Keperawatan dan Sebagai pengalaman dalam bidang penelitian yang dilakukan, serta meningkatkan pengetahuan mengenai efektivitas senam otak terhadap prestasi belajar.

1.3.3.5 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan atau membandingkan metode yang paling efektif yang dapat meningkatkan prestasi belajar.

1.3.4 Ruang Lingkup Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti telah meneliti efektivitas senam otak terhadap prestasi belajar semua mahasiswa S1 keperawatan angkatan 2014 & 2015 STIK Sint Carolus Jakarta Pusat, yang dilakukan pada bulan September sampai November 2016, karena dari survei yang dilakukan sebelum penelitian bahwa ada mahasiswa yang mengalami penurunan prestasi belajar terkait nilai IPK dan ada juga yang mengatakan bahwa saat mengikuti pembelajaran di kelas konsentrasi mereka kurang, mudah bosan dan lelah dalam mengikuti pembelajaran dan survei pendahuluan mengenai verifikasi nilai IPK pada mahasiswa S1 Keperawatan A angkatan 2015

mendapatkan nilai rata-rata IPK semester ganjil dan rata-rata IPK semester genap yang mengalami penurunan dari adalah 3,5 menjadi 3,3, dimana terjadi penurunan nilai IPK. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian *quasi eksperime* rancangan *one group pretest-posttest design*, yaitu *pre-post* dengan menggunakan satu kelompok intervensi tanpa kelompok kontrol.