

**KONSEP *BRAIN GYM* PAUL E DENNISON TERHADAP  
PERKEMBANGAN KECERDASAN SPIRITUAL PADA ANAK  
USIA DINI**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Tadris Institut Agama Islam  
Negeri (IAIN) Bengkulu Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana (S.Pd) Dalam Bidang Pendidikan Islam Anak  
Usia Dini**



**OLEH :**

**KHUSNUL KHOTIMAH**  
**NIM. 1711250030**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI  
FAKULTAS TARBIYAH DAN TADRIS  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BENGKULU  
TAHUN 2021 M/1442 H**



KEMENTERIAN AGAMA RI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU  
FAKULTAS TARBIYAH DAN TADRIS

Alamat: Jln. Raden Fatah Pagar Dewa Telp. (0736)51276, 51171 Fax: (0736) 51171 Bengkulu

NOTA PEMBIMBING

Hal : Skripsi Khusnul Khotimah

NIM : 1711250030

Kepada,

Yth, Dekan Fakultas Tarbiyah dan Tadris IAIN Bengkulu  
Di Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca dan memberikan arahan dan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi ini:

Nama : Khusnul Khotimah

NIM : 1711250030

Judul : **Konsep Brain Gym Paul E Dennison Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini**

Telah memenuhi syarat untuk diujikan pada sidang munaqosah skripsi guna memperoleh Sarjana dalam bidang ilmu Tarbiyah. Demikian, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

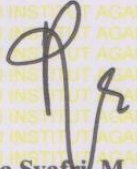
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bengkulu, Januari 2021

Pembimbing I

Pembimbing II

  
**Dr. Husnul Bahri, M. Pd.**  
NIP. 196209051990021001

  
**Fatrica Svafki, M. Pd.I.**  
NIP. 198510202011012011



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN TADRIS**

Alamat: Jln. Raden Fatah Pagar Dewa Telp. (0736)51276, 51171 Fax: (0736) 51171 Bengkulu

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul “*Konsep Brain Gym Paul E Dennison Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini*” yang disusun oleh: **Khusnul Khotimah NIM 1711250030** telah dipertahankan di depan dewan penguji skripsi Fakultas Tarbiyah dan Tadris IAIN Bengkulu pada hari **Jumat Tanggal 29 Januari 2021** yang dinyatakan memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana dalam bidang Pendidikan Islam Anak Usia Dini.

Ketua

**Dr. Husnul Bahri, M.Pd** : .....

NIP. 196209051990021001

Sekretaris

**Fatrica Syafri, M.Pd** : .....

NIP. 198510202011012011

Penguji I

**Fera Zasrianita, M.Pd** : .....

NIP. 19790217200912

Penguji-II

**Dr. Alimni, M.Pd** : .....

NIP. 1975041020071022005

Bengkulu, Februari 2021

Mengetahui

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Tadris



**Dr. Zubaedi, M.Ag, M.Pd**

NIP.196903081996031001

*MOTO*

أَنْتُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ وَتَقْطَعُونَ السَّبِيلَ وَتَأْتُونَ فِي نَادِيَكُمُ الْمُنْكَرَ ۖ فَمَا كَانَ جَوَابَ قَوْمِهِ إِلَّا  
أَنْ قَالُوا أَتَيْنَا بِعَذَابِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ مِنَ الصَّادِقِينَ ٢٩

*“Orang-Orang Yang Bersungguh-Sungguh (Mencari  
Keridhan) Kami, Kami Akan Tunjukan Kepada Mereka  
Jalan Jalan Kami”*

*(QS AL-Ankabut 29)*

## **PERSEMBAHAN**

*Sujud syukurku Kusembahkan kepada Mu Ya Allah SWT, Tuhan Yang Maha Agung dan Maha Tinggi Atas takdirmu Aku berhasil melewati suatu rintangan untuk sebuah keberhasilan ini semoga menjadi satu langkah awal untuk meraih cita-cita dimasa yang akan datang. Dengan ridho kepada Allah SWT Kupersembahkan skripsi ini untuk:*

- 1. Terimakasih untuk diriku sendiri yang sudah bersabar dan selalu semangat untuk menjalani hari-hari yang penuh dengan rintangan tetaplah menjadi diri pribadi yang baik, dan bermanfaat untuk orang lain.*
- 2. Terimakasih Mamaku Mutmainah atas kasih dan sayangnya yang sudah mengandung, menyusui, melahirkan, merawat, mendoakan dan membimbingku. Terimakasih Bapakku Khasbun Ali yang sudah berjuang keras untuk mendidik, memenuhi kebutuhanku, membesarkanku dari lahir hingga sampai dewasa.*
- 3. Teruntuk adik kandungku (Umi Khasanah, Ali Fatkur Rohman) dan kakak sepupuku (Siti Fatimah, Isnaini Nurkomariah) yang tak hentinya memberikan doa, semangat, dan motivasinya.*
- 4. Keluarga besar Mutmainah dan Khasbun Ali yang telah mendukung, mendoakan, dan mensupportku.*
- 5. Bapak. Dr. Husnul Bahri, M. Pd selaku pembimbing I dan Ibu Fatrica Syafri M. Pd. I selaku pembimbing II, yang telah membimbing dan mengarahkan sehingga aku dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.*
- 6. Seluruh Dosen PIAUD IAIN Bengkulu yang telah mendidik dan telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat kedepannya.*
- 7. Sahabat seperjuanganku, (Anjeli aliya PS dan Muridian Wijiati)*
- 8. Squad Abk (Maya Rusalman, Ria Kumala Sari, dan Nurlidiah)*
- 9. Terimakasih untuk Ummi Elly Agustina, M.Tpd yang telah membimbing dan memberikan motivasinya.*

10. *Team prodi (Ovi Arieska Mefa M. Pd, Sarinah M. Pd, Ulan Dwi Desari M. Pd, Dini Widiyanti M. Pd, Ayu Wirda Ningsih M. Pd, Septi Fitriana M. Pd)*
11. *Teman-teman seperjuangan PIAUD B 2017 dan Teman-teman KKN kelompok 30.*
12. *Civitas Akademika IAIN Bengkulu, Agama, Almamater, Bangsa dan Negara Indonesia.*

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Khusnul Khotimah

Nim : 1711250030

Program Studi: PIAUD

Jurusan : Tarbiyah

Fakultas : Tarbiyah dan Tadris

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:  
**“Konsep *Brain Gym* Paul E Dennison Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini”** adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari diketahui bahwa skripsi ini adalah hasil plagiasi maka saya siap dikenakan sanksi akademik.

Bengkulu, Januari 2021  
Saya Yang Menyatakan



**Khusnul Khotimah**  
NIM: 1711250030

## SURAT PERNYATAAN

Nama : Khusnul Khotimah

Nim : 1711250030


Program Studi : PIAUD

Judul Skripsi : Konsep *Brain gym* Paul E Dennison Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini

Telah melakukan verifikasi Plagiasi Melalui program <https://www.prepostseo.com/plagiarism-checker>. Skripsi yang bersangkutan memiliki indikasi plagiat sebesar 7,54 % dan dinyatakan dapat diterima.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya, dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya, apabila terdapat kekeliruan dalam verifikasi ini maka akan dilakukan peninjauan kembali.

Mengetahui  
Tim Verifikasi

  
Dr. Ali Akbar Jono, M.Pd  
NIP. 197509252001121004

Bengkulu, 14 Januari 2021  
Yang menyatakan



**Khusnul Khotimah**  
NIM : 1711250030



## ABSTAK

**KHUSNUL KHOTIMAH. NIM 1711250030**, Judul Skripsi Adalah: “**Konsep *Brain Gym* Paul E Dennison Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini**”. Pembimbing I: Dr.Husnul Bahri, M.Pd, Pembimbing II: Fatrica Syafri, M.Pd

**Kata Kunci :** *Brain Gym* Paul E Dennison, Perkembangan Kecerdasan Spiritual, Anak Usia Dini.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah konsep dan relevansi *brain gym* Paul E Dennison terhadap perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia dini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana konsep relevansi *brain gym* Paul E Dennison terhadap perkembangan kecerdasan spiritual anak usia dini.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *library resech* atau literatur review merupakan sebuah penelitian kajian pustaka yang mengumpulkan sebuah informasi yang relevan dari sebuah buku, majalah, artikel, dokumen dengan menggunakan analisis dan mengacu pada data sumber primer dan sumber sekunder serta menggunakan metode deskriptif kualitatif. Teknik keabsahaan data penelitian ini menggunakan trigulasi teknik dan sumber, teknik analisis data yang digunakan teknik induktif dan teknik analisis isi kemudian menganalisisnya untuk menjawab rmusan masalah yang ada.

Hasil dari penelitian konsep relevansi *brain gym* Paul E Dennison terhadap perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia dini yaitu terdapat beberapa gerakan *brain gym* yang bisa mengembangkan perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia empat sampai enam tahun adalah gerakan pernapasan perut, gerakan sakelar otak, gerakan tombol angkasa, gerakan menguap berenergi, gerakan penguatan sikap (kait rileks), dan gerakan pasang telinga. Relevansi *brain gym* akan terjadi apabila gerakan *brain gym* yang bisa mengembangkan kecerdasan spitual ini sudah diterapkan pada anak usia dini.

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrohmanirrahim*

Dengan mengucapkan syukur kehadiran Allah SWT, Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang yang telah memberikan Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “***Konsep Brain Gym Paul E Dennison Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini***”. Sholawat beserta salam semoga Allah SWT selalu mencurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, serta para pengikutnya yang setia hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Tadris Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu. Penulis menyadari sepenuhnya, penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan beberapa pihak. Untuk itu izinkanlah penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Sirajuddin, M.M,Ag, M.H selaku Rektor IAIN Bengkulu yang telah memberikan berbagai fasilitas dalam menimba ilmu pengetahuan di IAIN Bengkulu.
2. Dr. Zubaedi M. Ag. M. Pd selaku Direktur Dekan Fakultas Tarbiyah dan Tadris IAIN Bengkulu beserta staf.
3. Nurlaili M.Pd selaku Ketua Jurusan Tarbiyah
4. Fatrica Syafri M. Pd. I selaku Ketua Prodi PIAUD yang telah menyediakan fasilitas yang diperlukan mahasiswa PIAUD. Serta selaku Pembimbing II Skripsi yang selalu memberikan motivasi, semangat, membimbing dan mengarahkan dalam penulisan skripsi ini hingga selesai.
5. Dr. Husnul Bahri, M.Pd, selaku Pembimbing I, yang telah sabar dalam membimbing dan mengarahkan penulis selama penulisan skripsi ini hingga selesai.

6. Bapak/Ibu dosen yang telah membekali ilmu pengetahuan kepada seluruh Mahasiswa PIAUD IAIN Bengkulu.
7. Segenap dosen dan karyawan fakultas Tarbiyah dan Tadris IAIN Bengkulu yang telah banyak memberikan bantuan selama ini.
8. Kepala dan staf perpustakaan IAIN Bengkulu.
9. Rekan seperjuangan dan semua pihak yang telah memberikan bantuannya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis mengharapkan skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada kita semua. Semoga semua jasa yang telah diberikan kepada penulis senantiasa menjadi amal ibadah dan mendapat pahala dari Allah SWT. Aamiin

Demikianlah penulis mengucapkan banyak terima kasih atas segala bantuannya dan penulis sungguh berharap semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kita semua. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, Aamiin.

Bengkulu, Januari 2021

**KHUSNUL KHOTIMAH**

**NIM. 1711250030**

## DAFTAR ISI

### HALAMAN JUDUL

MOTO .....	i
PERSEMBAHAN.....	ii
ABSTRAK .....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Penegasan Istilah.....	7
C. Identifikasi Masalah .....	7
D. Pembatasan Masalah .....	8
E. Rumusan Masalah .....	9
F. Tujuan Penelitian .....	9
G. Manfaat Penelitian .....	9

### BAB II KAJIAN TEORI

A. Konsep <i>Brain Gym</i> .....	11
1. Pengertian <i>Brain Gym</i> .....	11
2. Manfaat <i>Brain Gym</i> .....	13
3. Gerakan <i>Brain Gym</i> .....	14
4. Tujuan <i>Brain Gym</i> .....	26
5. Gerakan – gerakan <i>Brain Gym</i> untuk anak .....	26
6. Indikator Gerakan <i>Brain Gym</i> anak .....	28
7. Dimensi <i>Brain Gym</i> .....	31

B. Kecerdasan Spiritual .....	33
1. Pengertian Kecerdasan Spiritual .....	33
2. Manfaat Kecerdasan Spiritual .....	36
3. Ciri-ciri Kecerdasan Spiritual .....	36
4. Indikator Perkembangan Kecerdasan Spiritual .....	37
5. Otak Kecerdasan Spiritual.....	40
C. Pendidikan Anak Usia Dini.....	41
1. Pengertian Pendidikan Anak Usia Dini .....	41
2. Karakteristik Anak Usia Dini.....	43
3. Teori Perkembangan Anak Usia Dini .....	43
D. Telaah Pustaka .....	48
E. Kerangka Teoritik .....	55

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	57
B. Data dan Sumber Data .....	58
C. Teknik Pengumpulan Data.....	59
D. Teknik Keabsahan Data .....	60
E. Teknik Analisis Data.....	61

### **BAB IV PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data.....	63
1. Biografi Paul E Dennison.....	63
2. Kecerdasan Spiritual Anak Usia 4-6 Tahun.....	64
3. Brain Gym Menurut Paul E Dennison .....	66
a. Sejarah Singkat Perkembangan <i>Brain Gym</i> .....	68
b. Gerakan-gerakan <i>Brain Gym</i> Paul E Dennison yang Mengandung Kecerdasan Spiritual .....	69
c. Manfaat <i>Brain Gym</i> Menurut Paul E Dennison .....	74
B. Analisis Data .....	76
1. Relevansi <i>Brain Gym</i> Terhadap Perkembangan Kecerdasan	

Spiritual Pada Anak Usia 4-6 Tahun .....	76
--	----

## **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	83
B. Saran.....	84

## **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Indikator Gerakan <i>Brain Gym</i> Bagi Anak .....	28
Tabel 2.2 Indikator Pencapaian Kecerdasan Spiritual .....	38
Tabel 2. 3 Telaah Pustaka .....	52
Tabel 4. 1 Relevansi <i>Brain Gym</i> Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia 4-6 Tahun.....	79

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Letak titik otak spiritual ( <i>Got Spot</i> ) .....	2
Gambar 2.1 gerakan burung hantu .....	15
Gambar 2.2 gerakan memutar leher .....	16
Gambar 2.3 Gerakan mengaktifkan tangan.....	16
Gambar 2. 4 Gerakan abjad 8.....	17
Gambar 2.5 Gerakan luncuran gravitasi.....	18
Gambar 2. 6 Gerakan lambaian kaki.....	19
Gambar 2. 7 Gerakan pasang kuda-kuda .....	19
Gambar 2. 8 Gerakan oleng pinggul .....	20
Gambar 2. 9 Gerakan gajah.....	21
Gambar 2. 10 Gerakan silang.....	22
Gambar 2.11 Gerakan 8 tidur.....	23
Gambar 2. 12 Gerakan silang berbaring .....	24
Gambar 2. 13 Gerakan pompa betis .....	24
Gambar 4. 1 Gerakan pernapasan perut .....	69
Gambar 4.2 Gerakan Sakelar otak .....	70
Gambar 4. 3 Gerakan tombol angkasa .....	71
Gambar 4. 4 Gerakan menguap berenergi.....	72
Gambar 4. 5 Gerakan Penguatan Sikap (kait relaks) .....	73
Gambar 4. 6 Gerakan pasang telinga .....	74



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan anak usia dini dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (Sikdisnas) Nomor 20 Tahun 2003 adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.<sup>1</sup> Pendidikan merupakan wadah untuk melahirkan manusia-manusia pelita zaman yang mampu mengangkat masa depan bangsa ini dari jurang keterpurukan, baik di bidang ekonomi, sosial, spritual, politik, dan lebih-lebih di bidang sains-teknologi.<sup>2</sup>

Pendidikan anak usai dini akan membangun kesiapan anak untuk lebih mandiri, memberikan pembelajaran yang menyenangkan, dengan bermain sambil belajar, belajar serya bermain, sebagai salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitikberatkan pada dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan, kecerdasan emosional, kecerdasan jamak, dan kecerdasan spiritual.

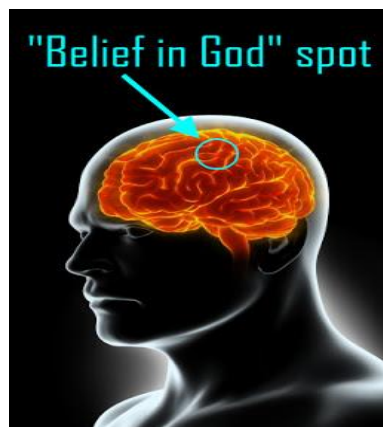
Kecerdasan spiritual (SQ) sangat penting ditanamkan sejak dini karena kecerdasan ini merupakan kecerdasan ruhaniah yang paling awal

---

<sup>1</sup> Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, hlm 2.

<sup>2</sup> Alimni. *Globalisasi Sebagai Keniscayaan Dan Reorientasi Pendidikan Pesantren*. (Vol 16, no. 2, 2018, At-Ta'lim: Media Informasi Pendidikan Islam, IAIN Bengkulu), hlm 290.

dalam mengantarkan mereka pada kecerdasan yang paling tinggi.<sup>3</sup> Kecerdasan SQ ini sangat berpengaruh terhadap masa depan anak karena kecerdasan spiritual ini untuk menghadapi dan memecahkan sebuah persoalan makna dan nilai. Otak spiritual berpusat pada noktah Tuhan *god spot* yang ditemukan oleh Ramachandra di *lobus temporal* bagian inilah yang dibangunnya kesadaran tingkat tinggi (spiritualitas) manusia, kesadaran ini dibangun oleh adanya sel-sel kalbu dalam otak jika sel-sel tersebut bekerja maka lahirlah pikiran rasional yang merupakan titik pijak awal menuju kesadaran tingkat tinggi spiritual.<sup>4</sup>



Gambar 1.1 Letak titik otak spiritual (*Got Spot*)

Kesatuan otak, akal, hati, jiwa dan pikiran, dalam pendidikan islam disebut dengan *al-aql*, *al-qolb*, dan *an-nafs*, dan ruh jika ini tidak berhubungan dengan otak maka semuanya tidak akan bermakna dimana otak memegang pusat kendali seperti perasaan, pengelihatn, pengendengaran, pikiran, Tuhan meletakkan saraf *god spot* di dalam otak manusia karena itu

<sup>3</sup> Jalaludin Rahmad, *SQ For Kids*. (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2007). Hlm 65.

<sup>4</sup> Suyadi. *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini dalam kajian Neurosain*. (Remaja Rosda Karya : Bandung, 2014), hlm 122.

merupakan pilihannya sebagai salah satu cara untuk berhubungan dengan hambanya terdapat firman Allah SWT surah Al-A'raf ayat 172:

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غٰفِلِينَ ۝١٧٢

Yang artinya “*dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah aku ini Tuhanmu?" mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), Kami menjadi saksi". (kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya Kami (Bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)".*<sup>5</sup>

Terjadinya otak spiritual yaitu kontak manusia dengan Tuhan melalui alam pikiran yang berperan jika otak rasional dan pencaindera telah difungsikan secara optimal oleh manusia, mengembangkan kecerdasan spiritual anak sejak usia dini mampu mempengaruhi batin, jiwa, mental dan pikiran anak yang akan berpengaruh pada tingkah lakunya di kehidupannya sehari-hari. Otak juga mengendalikan hati agar dapat melaksanakan 500 fungsinya dan otak berperan sangat penting dalam seluruh proses metabolisme tubuh manusia keberadaan otak ini sangat menentukan bagi hidup manusia, dimana otak hanya mempunyai berat 2,5 persen dari berat tubuh keseluruhan manusia, tetapi otak bertanggung jawab terhadap pengaturan seluruh gerak badan dan pemikiran.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia. *Badan Penelitian dan Pengembangan dan Pendidikan dan Pelahitan Lajnah Pentashihan Mushaf Al-quran*. (PT Dinamik Cahaya Pustaka, 2020) hlm 173.

<sup>6</sup> Badrul Munier Buchori. *Otak Superior Tip Meningkatkan Kecerdasan Otak*, (Yogyakarta: Psikopedia, 2016), hlm 2-3.

Otak manusia merupakan suatu yang harus selalu dikembangkan, bahwa ketika lahir sel-sel otak bayi berjumlah sekitar 100 miliar, tetapi belum saling berhubungan kecuali hanya sedikit, yaitu hanya sel-sel otak yang mengendalikan detak jantung, pernafasan, gerak, refleks, pendengaran, dan naluri hidup. Saat anak usia 3 tahun sel otak telah membentuk sekitar 1000 triliun jaringan koneksi/sinapsis. Pada jumlah ini 2 kali lebih banyak dari yang dimiliki orang dewasa sebuah sel otak dapat berhubungan dengan 15000 sel lainnya, jika sinaps-sinaps ini jarang digunakan akan mati, sedangkan sering digunakan akan semakin kuat dan permanen.<sup>7</sup>

Otak manusia terbagi menjadi dua bagian yaitu otak kiri dan kanan fungsi otak kanan dan kiri pada manusia berbeda. Otak kanan berfungsi untuk berfikir holistik, spasial, lebih fokus pada hal-hal yang abstrak dengan imajinatif, otak kiri berfungsi untuk berfikir rasional, analitis, berurutan, linier, logis, rasional, dan saintifik cenderung berfikir berpikir mengenai hal-hal yang bersifat matematis dan ilmiah.<sup>8</sup> Menghubungkan kedua belahan otak kanan dan otak kiri agar berseimbang bisa melalui *brain gym*.

*Brain gym* (senam otak) merupakan sebuah sentuhan gerakan-gerakan sederhana dalam menyatukan pikiran dan tubuh *brain gym* ini akan membuat kerja otak semakin meningkat, mengaktifkan kembali seluruh otak melalui sentuhan gerakan tubuh, *brain gym* harus dilakukan oleh anak usia dini karena bisa merangsang fungsi kerja otak secara optimal mengaktifkan

---

<sup>7</sup> Suyadi & Mauliyadi Ulfah, *Konsep Dasar PAUD*, (Bandung: PT Ramaja Rosdakarya 2015), hlm 4.

<sup>8</sup> Badrul Munier Buchori. *Otak Superior Tip Meningkatkan Kecerdasan Otak*, (Yogyakarta: Psikopedia), hlm 10.

belahan otak kanan dan kiri terutama untuk mengoptimalkan kecerdasan yang ada pada diri anak melalui *brain gym*, karena *brain gym* ini mempunyai manfaat yang luar biasa, terutama pada perkembangan.

Perkembangan kecerdasan spiritual sangatlah penting bagi seorang anak sejak usia dini hal tersebut harus menjadi perhatian penting bagi setiap orang tua maupun lembaga pendidikan, sebagai sesuatu hal yang teramat penting maka perlu diperhatikan bagaimana perkembangan kecerdasan spiritual pada anak dapat berkembang dengan optimal, dengan upaya yang benar dan sungguh-sungguh diharapkan perkembangan kecerdasan spiritual pada anak benar-benar dapat tercapai. Senam otak/*brain gym* ini sangat dibutuhkan untuk anak atau siswa akan tetapi di Indonesia senam ini masih jarang dilakukan atau diterapkan oleh sekolah maka dari itu perlu banyak sosialisasi yang harus dilakukan di sekolah dan guru untuk bisa melakukan senam ini dan menerapkan pada peserta didik.<sup>9</sup>

Dalam penelitian Desni dan kawan-kawan menyatakan bahwa di TK Kanisisus merupakan TK yang berada di kota Pontianak yang belum mengetahui teori tentang *Brain gym* dan belum pernah mempraktekkan *brain gym* di Tknya, dengan itu diberikannya workshop mengenai *brain gym* tersebut diharapkan para guru akan melakukan *brain gym* dalam pembelajaran di TK sehingga pembelajaran yang bertujuan untuk dapat menstimulasi semua aspek-aspek perkembangan anak dapat berjalan secara

---

<sup>9</sup> <https://www.kompasiana.com/selanurindah/552a18d0f17e61f758d623d9/manfaat-senam-otak-bagi-siswa> (diakses pada 11-10-2020, 11.04).

maksimal, diharapkan para guru dapat mengerjakan anak didiknya untuk melakukan senam otak/*brain gym* menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kegiatan pembelajaran seutuhnya di TK, mengingat banyaknya manfaat yang diperoleh anak setelah melakukan *brain gym*.<sup>10</sup>

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, di beberapa sekolah-sekolah PAUD di kota Bengkulu masih jarang mempraktekkan *brai gym* pada anak didiknya, padahal banyak sekali manfaat *brain gym* yang peneliti dapatkan dari sejumlah sumber referensi maka sangat dimungkinkan *brain gym* dapat dijadikan salah satu upaya untuk mengoptimalkan perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia dini. Dari beberapa penelitian mengatakan bahwa permasalahan yang terjadi di lembaga pendidikan tentang pengembangan kecerdasan spiritual tidak terlepas dari kurangnya wawasan guru dalam memilih dan menerapkan strategi pembelajaran yang tepat untuk mengembangkan kecerdasan spiritual pada anak.

Pendidikan hanya menekankan pada tercapainya kualitas kecerdasan intelektual tidak kepada kualitas anak untuk mengembangkan kepribadiannya maka disini belum maksimalnya konsep *brain gym* dan pendidikan spiritual pada anak di rumah maupun di lembaga sekolah belum optimal, pencipta *brain gym* adalah Paul E Dennison pada tahun 1980an yang membuat

---

<sup>10</sup> Desni Yuniarni, Dian M, Ariyani R. *Manfaat Brain Gym Bagi Perkembangan Anak Usia Dini Di TK Kanisius Pontianak*. (Vol 15, No. 1, Juni 2018, Buletin Al-Ribaath, Universitas Muhammadiyah Pontianak), hlm 55.

gerakan-gerakan sederhana untuk mengajari anak-anak terbelakang dengan hasil yang sungguh menakjubkan.<sup>11</sup>

Berdasarkan penjelasan dari latar belakang maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Konsep *Brain Gym* Paul E Dennison terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini.”

## **B. Penegasan Istilah**

Berdasarkan judul dari penelitian ini maka penegasan istilahnya sebagai berikut

1. Konsep *Brain gym* yaitu senam otak dengan sentuhan beberapa gerakan sederhana yang bisa membuat keseimbangan otak kanan dan kiri, dan bermanfaat untuk mengurangi stres, meningkatkan kepercayaan diri, menjadi lebih semangat, serta meningkatkan kemandirian. Paul E Dennison meruapkan penciptanya *brain gym* pada tahun 1980an.
2. Kecerdasan spiritual kecerdasan jiwa yang membantu seseorang untuk menentukan jalan hidupnya yang lebih baik, menerapkan nilai-nilai positif dan bisa memecahkan masalah dengan baik, daya kreativitasnya.

## **C. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan penejelasan di latar belakang masalah peneliti juga menemukan dibeberapa sumber referensi, maka dapat didefinisikan masalah sebagai berikut:

---

<sup>11</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, (Pt Grasindo: Jakarta, 2008), hlm 4.

1. Dalam jurnal Desni dan kawan-kawan menyatakan bahwa salah satu sekolah yang belum menerapkan dan mempraktekkan gerakan *brain gym* di TK Kanisius kota Pontianak.<sup>12</sup> Belum mempraktekan *Brain gym* (senam otak) di sekolah-sekolah.
2. Belum mengetahui teori *brain gym* yaitu di TK kota Pontianak dan pembelajaran di TK Nasima Semarang pada aspek kecerdasan spiritual yang masih belum optimal.
3. Dalam penelitian Enny di TK Nasima Semarang menyatakan bahwa kurangnya wawasan guru dalam memilih dan menerapkan strategi pembelajaran yang tepat dalam mengembangkan kecerdasan spiritual pada anak.<sup>13</sup>

#### **D. Pembatasan Masalah**

Dilihat dari indentifikasi masalah yang luas maka masalah yang diteliti pada anak usia 4-6 tahun, pada penelitian ini peneliti hanya meneliti konsep relevansi *brain gym* dan gerakan-gerakan *brain gym* Paul E Dennison yang bisa mengembangkan kecerdasan spiritual pada anak usia dini

---

<sup>12</sup> Desni Yuniarni, Dian M, Ariyani R. *Manfaat Brain Gym Bagi Perkembangan Anak Usia Dini Di TK Kanisius Pontianak*. (Vol 15, No. 1, Juni 2018, Buletin Al-Ribaath, Universitas Muhammadiyah Pontianak), hlm 55.

<sup>13</sup> Enny Yulianti. *Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Melalui Metode Bermain Peran Pada Anak Usia 4-5 Tahun Semester 1 Di Tk Nasima Semarang*. (Skripsi S1, Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang 2013), hlm 5.



### **E. Rumusan Masalah**

Dari batasan masalah yang ada maka dapat dituliskan sebuah rumusan masalah yaitu: Bagaimana konsep relevansi *brain gym* Paul E Dennison terhadap perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia dini.

### **F. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui bagaimana konsep relevansi *brain gym* Paul E Dennison terhadap perkembangan kecerdasan spiritual anak usia dini.

### **G. Manfaat Penelitian**

#### 1. Secara Teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis bagi mahasiswa ialah menambah wawasan tentang konsep *brian gym* pada anak usia dini, dan mengetahui bagaimana perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia dini.

#### 2. Secara Praktis

a. Sebagai masukan untuk guru bahwa *brain gym* harus di lakukan oleh anak sejak usia dini karena manfaatnya bisa menyeimbangkan otak kanan dan kiri, dan mengetahui perkembangan kecerdasan spiritual anak usia dini.

b. Bagi orang tua untuk menambah pengetahuan tentang pentingnya gerakan-gerakan *brian gym*, dan pentingnya meningkatkan kecerdasan spiritual pada anak usia dini.

- c. Bagi lembaga untuk memberi bahan rujukan dalam pembelajaran serta proses pembelajaran untuk memasukkan kegiatan *brain gym* dan lebih meningkatkan kecerdasan spiritual.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Konsep *Brain Gym*

##### 1. Pengertian *Brain Gym*

*Brain gym* berasal dari dua kata yaitu *brain* dari bahasa Inggris yang mempunyai arti otak, sedangkan kata *gym* merupakan kata dari *gymnastics* dengan arti olahraga senam jadi *gym* berarti senam *brain gym* adalah senam otak. Senam otak adalah serangkaian latihan gerak sederhana untuk memudahkan kegiatan belajar, senam otak yang sering dikenal dengan nama *brain gym* ini merupakan salah satu stimulasi yang dianggap paling baik selama beberapa tahun terakhir ini.<sup>14</sup>

*Brain Gym* merupakan program komersial yang populer yang dipasarkan di lebih 80 negara dan dipercaya dapat memberikan stimulasi yang sangat dibutuhkan untuk pembelajaran efektif karena diyakini dapat membuka bagian-bagian otak yang sebelumnya tertutup atau terhambat sehingga kegiatan belajar/bekerja berlangsung menggunakan seluruh otak atau *whole brain*.<sup>15</sup>

*Brain gym* yang artinya (senam otak) merupakan suatu sistem berbasis gerakan sederhana yang menyenangkan, dimana aktifitas-aktifitas fisik yang mudah dilakukan dan digunakan untuk meningkatkan kemampuan belajar, memproses sebuah informasi, serta merespon

---

<sup>14</sup> As'adi Muhammad, *Dahsyatnya Senam Otak*. (Jogjakarta : DIVA Press, 2011), hlm. 87.

<sup>15</sup> Aryati Nuryana, Setiyo Purwanto. *Evektifitas brain Gym Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak*. (Indigenouse, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi). Vol 12, No 1, Mei 2010, hlm 89.

keadaan-keadaan yang ada disekeliling kita dengan cara yang afektif, penuh kasih sayang, dan menyenangkan.

Senam otak ditunjukkan untuk mengoptimisasi kerja ke dua belahan otak serta menstimulus berbagai bagian otak agar dapat bekerja secara afektif, senam otak dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri, pengendalian emosi, memfokuskan, daya ingat, kreativitas dan koordinasi gerak dan mata, merangsang keseimbangan dalam keadaan seimbang ini lebih mudah untuk berfikir, memahami dan akan muncul dengan sebuah ide-ide dan solusi baru.<sup>16</sup>

*Brain gym* adalah serangkaian latihan gerak sederhana untuk memudahkan kegiatan belajar dan penyesuaian dengan aktivitas sehari-hari. *Brain gym* terkait dengan ilmu gerak tubuh, yaitu gerakan tubuh yang disatukan dan dipadukan, sehingga dapat membantu mengoptimalkan fungsi dari otak. *Brain gym* akan memfasilitasi agar bagian otak kanan dan otak kiri dapat bekerja secara seimbang.<sup>17</sup>

Beberapa penjelasan di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa *brain gym* atau senam otak merupakan sebuah gerakan-gerakan dengan sentuhan sederhana dari tubuh yang bisa merangsang otak untuk mengoptimalkan dan menyeimbangkan otak kanan kiri, memberikan manfaat yang baik bagi otak maupun tubuh. *Brain gym* bisa dilakukan kepada semua usia termasuk kepada anak usia dini karena usia dini

---

<sup>16</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, (Pt Grasindo: Jakarta, 2008), hlm 3.

<sup>17</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 3.

merupakan masa *golden Age* di mana otak dan fisik anak mengalami perkembangan yang sangat pesat masa emas anak terjadi ketika umur 0-5 tahun jadi orang tua harus memanfaatkan momen-momen ini dengan memberikan stimulasi-stimulasi yang bisa membuat perkembangan dan pertumbuhan anak semakin meningkat dengan baik, salah satunya dengan memberikan latihan *brain gym* atau senam otak secara baik.

## 2. Manfaat *Brain Gym*

*Brain gym* (senam otak) menurut Desni mempunyai beberapa manfaat yaitu:<sup>18</sup>

- a. Memperkuat hubungan antara kedua belahan otak yaitu belahan otak kiri dan kanan sebelum digunakan dalam berbagai aktivitas.
- b. Mempertajam daya ingat dan konsentrasi.
- c. Menyerap informasi lebih cepat.
- d. Meningkatkan kemampuan belajar.
- e. Mengasah refleks dan koordinasi tubuh.
- f. Menyeimbangkan tubuh dan pikiran.
- g. Mengurangi stres dan memperbaiki suasana hati.
- h. Meningkatkan kecakapan anak dalam belajar membaca, menulis, berhitung, berpikir dan kesadaran diri.
- i. Membantu siswa dalam mengatasi hambatan belajar.
- j. Meningkatkan derajat kesehatan yang prima.

---

<sup>18</sup> Desni Yuniarni , Dian Miranda, Ariyani, R. *Manfaat Brain Gym Bagi Perkembangan Anak Usia Dini Di TK Kanisius Pontianak*, Universitas Tangerang: Vol 15. No 1. Juni 2018, hlm 65.

- k. Meningkatkan kepercayaan diri.
- l. Meningkatkan kemandirian dalam belajar dan bekerja.
- m. Meningkatkan keterampilan dan potensi yang dimiliki.
- n. Meningkatkan kemampuan berbahasa.
- o. Menjadi lebih bersemangat.
- p. Stress emosional berkurang dan pikiran lebih jernih
- q. Orang menjadi lebih bersemangat, lebih kreatif dan efisien
- r. Menjadi lebih kreatif dan efisien.

Sedangkan menurut Arman senam otak manfaatnya adalah:<sup>19</sup>

- a. Dapat meningkatkan kreativitas hal ini berdasarkan alasan bahwa tempat perasaan seni dan tempat kreativitas adalah otak kanan.
- b. Membangkitkan dan mempertahankan *Mood* yang baik dan memperkuat *recent* memori (memori baru).

### 3. Gerakan-gerakan *brain gym*

Gerakan-gerakan yang ada di senam otak mempunyai tugasnya masing-masing dengan beberapa gerakan yang dilakukan bervariasi *brain gym* adalah serangkaian aktivitas gerak sederhana yang mengoptimalkan aktivitas otak dengan menginterasikan pikiran dan tubuh. Tidak hanya tubuh saja membutuhkan senam tetapi otak juga perlu senam yang menyediakan gerakan yang berbeda-beda yaitu:

---

<sup>19</sup> Arman Yurisdidi. *Melatih Otak Anti Lupa Metode Dahsyat Brain Gym dengan Hanacaraka..* (Pustaka Widyatma. Yogyakarta, 2011), hlm 85.

a. Gerakan Burung Hantu

Gerakan ini memutar mata dan kepalanya pada waktu yang bersamaan dan mampu rotasi 180 derajat yang memberinya bidang penglihatan yang luar biasa ketika kita melakukan gerakan ini kita mengembangkan kualitas yang sama dari luasnya persepsi. Gerakan ini dimulai dengan gerakan mencengkram otot bahu, kemudian gerakkan kepala menengok ke belakang kemudian tarik nafas dalam dan tarik bahu ke belakang, kemudian menengok ke sisi yang lain tundukkan kepala, nafas dalam dibiarkan otot relax kemudian ulangi gerakan mencengkram bahu yang lain.<sup>20</sup> Pada saat otot leher rileks kemampuan mendengar, berpikir dan berbicara meningkat.



Gambar 2.1 gerakan burung hantu

b. Gerakan Putaran Leher

Dilakukan dengan tarik nafas dalam-dalam buat anda relaxs dan tundukkan kepala ke depan biarkan kepala memutar pelan-pelan dari sisi ke sisi samping dan anda menghembuskan keluar segala ketegangan.

---

<sup>20</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 337.



Gambar 2.2 gerakan memutar leher

c. Gerakan Mengaktifkan Tangan

Dapat dilakukan dengan posisi luruskan tangan kiri ke atas ke bawah sambil merasakan lengan memanjang dari tulang rusuk. Pegang lengan atas di bawah siku dengan tangan kanan gimana secara isometrik aktifkan lengan kiri selama beberapa detik untuk setiap satu dari empat posisi menjauhi kepala ke depan ke belakang dan ke arah telinga .<sup>21</sup> Manfaat pada gerakan ini dapat meningkatkan keterampilan menulis indah dan menulis huruf miring, mengeja serta menulis kreatif.



Gambar 2.3 Gerakan mengaktifkan tangan

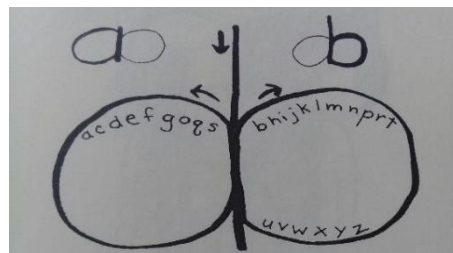
---

<sup>21</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 88.



#### d. Gerakan Abjad 8

Aktivitas abjad 8 mengintegrasikan gerakan yang menyangkut pembentukan huruf-huruf, dan kemampuan penulisnya untuk menyeberangi garis tengah visual tanpa mengalami kebingungan. Setiap huruf, secara jelas ditempatkan pada salah satu sisi, kiri atau kanan dari garis tengah. Banyak huruf mulai atau berakhir dengan menulis garis ke bawah. Bagi kebanyakan anak, ketika penulisan kecil membaik maka tulisan tangan pun umumnya juga lebih mudah.<sup>22</sup>



Gambar 2. 4 Gerakan abjad 8

#### e. Gerakan Luncuran Gravitasi

Ini merupakan suatu gerakan pokok untuk membantu merelaksasi refleks perlindungan tanda respon stres untuk membeku atau mengundurkan diri cara melakukannya yaitu duduklah dengan nyaman di atas kursi dan silangkan kaki pada tumit sambil lutut tetap relaks dan kepala menunduk ke depan membungkuk dengan nyaman ke depan dari pinggul titik biarkan lengan meluncur dengan nyaman di hadapan anda.

<sup>22</sup> As'adi Muhammad, *Dahsyatnya Senam Otak*. (Jogjakarta : DIVA Press, 2011), hlm 124.

Gerakan ini akan membantu rasa percaya diri lebih besar di depan umum.<sup>23</sup>



Gambar 2.5 Gerakan luncuran gravitasi

f. Gerakan Lambaian Kaki

Cara melakukan gerakan ini duduk dengan tumit diletakkan pada lutut kaki yang lain dan taruh ujung jari-jari tangan pada bagian awal dan akhir dari otot betis dan pelan-pelan tarik dan biarkan ujung-ujung atau itu terpisah tekan perlahan-lahan kaki sampai setiap titik yang keras lembut dan meleleh ulangi gerakan ini dengan otot dan kaki yang lain fungsi dari gerakan ini dapat memberikan kemampuan untuk menahan atau memulai sendiri menahan berat secara lebih baik mempertinggi ekspresi diri dan cara bicara yang ekspresif.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> As'adi Muhammad, *Dahsyatnya Senam Otak*, hlm 135.

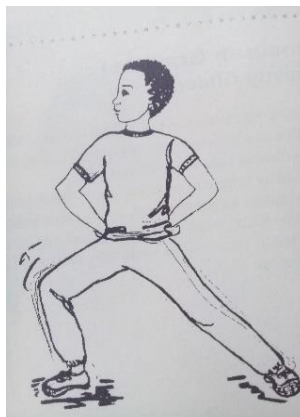
<sup>24</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 138.



Gambar 2. 6 Gerakan lambaian kaki

g. Gerakan Pasang Kuda-kuda

Cara melakukan gerakan ini adalah mengarahkan ujung kaki kiri lurus ke depan ke arah kanan ujung kaki kanan ke kanan sehingga membentuk sudut kanan dengan kaki kiri sedangkan Tekuk lutut kanan sambil mengeluarkan nafas kemudian luruskan kaki kanan lagi sambil menarik nafas melakukan gerakan ini dapat meningkatkan pemahaman, memori jangka pendek ekspresi dan keterampilan organisasi.



Gambar 2. 7 Gerakan pasang kuda-kuda

#### h. Gerakan Oling Pinggul

Gerakan ini dilakukan diatas matras dengan kedua lutut ditebuk dan telapak kaki diangkat sedikit ke belakang dengan bobot menumpu diatas kedua tangan dan tekan satu pinggul pada matras dengan bergoyang ke depan dan ke belakang selama sekitar 30 detik manfaat pada gerakan oling pinggul ini merangsang sirkulasi cairan serebrospinal di dalam spinal, akan menyehatkan otak, membantu pikiran menjadi jernih, dan membantu menghubungkan otot dan tubuh yang selebihnya.

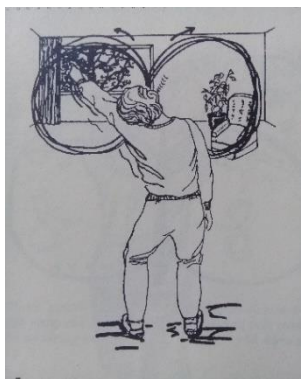


Gambar 2. 8 Gerakan oling pinggul

#### i. Gerakan Gajah

Gerakan ini ini yaitu berdirilah dengan kedua lutut yang menekuk Letakkan satu telinga pada bahu dan lengan yang sama menuju ke seberang ruang, berfokus pada suatu daerah arbitrasi yang akan membantu sebagai titik tengah gambar imajiner 8 yang akan anda gambar secara horizontal.

Gunakan tulang iga untuk menggerakkan seluruh tubuh bagian atas ketika anda menggambar tidur dengan lengan anda yang terjun naik dan memutar ke kiri menyeberangi garis tengah, dan kemudian naik dan memutar kekanan lakukan ini 3 kali pada setiap sisi sambil menekan telinga di atas sisi dan kemudian berganti dengan yang lainnya menurut bangunnya arahkan mata melewati jari-jari anda sementara bergerak biarkan mata mengikuti angka 8 yang ada gambar gerakan ini mempunyai banyak manfaat termasuk membantu kita mendengarkan suara kita sendiri yang berbicara, yang merupakan aspek penting dalam menulis dan sukses. Ini merangsang perhatian, persepsi, dan diskriminasi, dan membantu mengintegrasikan fisik pendengaran dan gerak seluruh tubuh dengan sepenuhnya mengaktifkan sistem vestibular.<sup>25</sup>



Gambar 2. 9 Gerakan gajah

---

<sup>25</sup> Paul E Dennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 334-335.

j. Gerakan Silang

Gerakan ini fundamental dalam brain gym karena mengkoordinasi hemisfer otak kanan dan kiri saat mereka bekerja bersama-sama pada waktu yang sama. Gerakan ini membantu kita untuk mengakses bagian gambar besar dan spasial dari otak-hemisfer kanan yang membukakan kita kepada pengalaman baru, dan mempermudah pembelajaran dengan membuat suatu proses linear dari apa yang kita kerjakan wilayah hemisfer kiri. Gerakan secara bergantian pasangan kaki dan tangan yang berlawanan, seperti pada gerak jalan di tempat. Gerakan silang mengaktifkan hubungan kedua sisi otak dan merupakan gerakan pemanasan untuk semua keterampilan yang memerlukan penyeberangan garis tengah bagian lateral tubuh gerakan ini bertujuan untuk penglihatan/pendengaran /kinestetik/ perabaan/sentuhan, gerakan mata dari kiri ke kanan, meningkatkan kebersamaan penglihatan kedua mata.<sup>26</sup>



Gambar 2. 10 Gerakan silang

---

<sup>26</sup> Paul E Dennison, Gail E Dennison. *Brain Gym (Senam Otak)*. (Grasindo, Jakarta, 2002), hlm 4.

k. Gerakan 8 tidur (Lazy 8's)

Gerakan 8 tidur ini dapat dilakukan dengan menggambar delapan tidur atau simbol tak terhingga memungkinkan pembaca untuk menyeberangi garis tengah visual tanpa berhenti dengan demikian mengaktifkan sebuah mata kanan dan kiri serta mengintegrasikan bidang penglihatan kanan dan kiri. Lakukan gerakan 8 tidur ini sebanyak 3 kali dengan ujung jari telunjuk kiri anda kemudian dengan ujung jari telunjuk kanan kemudian dengan kedua tangan bersamaan. Gerakan ini akan membantu kita segera relaks untuk lebih mudah memahami, membaca, dan rasa yang menyenangkan.<sup>27</sup>



Gambar 2.11 Gerakan 8 tidur

l. Gerakan Silang Berbaring

Gerakan ini dapat dilakukan dengan berbaring diatas matras dengan tangannya di belakang kepala dan menyentuhkan siku kiri pada lutut kanan lalu gantian menyentuhkan siku kanan pada lutut kiri

---

<sup>27</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 40.

gerakan ini dapat memudahkan integrasi hemisfer otak kanan dan kiri ketika ini memusatkan dan memijakkan.<sup>28</sup>



Gambar 2. 12 Gerakan silang berbaring

m. Gerakan Pompa Betis

Lakukan gerakan ini dengan mamajukan badan ke depan dan buang napas, pelan-pelan tekan telapak kaki belakang ke lantai, kemudian angkat tumut ke atas sambil napas dalam lakukan 3x tiap kaki.



Gambar 2. 13 Gerakan pompa betis

---

<sup>28</sup> As'adi Muhammad, *Dahsyatnya Senam Otak*, hlm 137-138.



n. Gerakan Kilat Relaxes

Aktivitas kilat relaks juga mengembalikan ketenangan setelah mengalami stres emosional dan stress yang bersifat lingkungan dengan mengaktifkan lobus frontal otak yang berorientasi pada sasaran dan gerakan dan membuka hati. Gerakan tangan dan kaki yang menyilang menstimulasi korteks motor di dalam kedua hemisfer dan secara sitimulus aktifkan semua pusat kontrol motorik otak sehingga menolak setiap respon yang tidak memadai dari refleks pertahanan diri, hormon stress, atau sistem saraf simpatik.

Latihan ini dibagi menjadi dua yang pertama yaitu letakkan satu tumit diatas tumit yang lainnya berikutnya ulurkan kedua lengan dan silang kan pergelangan kiri di atas yang kanan. Lalu kaitkan jari-jari tangan dan tarik tangan anda ke dada pertahankan posisi ini selama 1 menit sambil bernafas dalam-dalam dengan mata terpejam dan lidah pada langit-langit mulut di mana lidah yang menekan pada langit-langit mulut ini menstimulasi sistem limbik, untuk pemrosesan emosional, dan lobus frontal.<sup>29</sup> Gerakan ini bertujuan untuk pemusatan emosional dapat meningkatkan kemampuan mendengar dan berbicara.

o. Gerkan Coretan Ganda

Gerakan coretan ganda yaitu melukis dengan dua tangan akan membangkitkan sebuah keterarahan dan orientasi ruang yang dimana kegiatan ini dapat melatih kemampuan kedua mata secara bersama dan

---

<sup>29</sup> Paul E. Dennison dan Gail E. Dennison, *Buku Panduan Lengkap Brain Gym (Senam Otak)*, (PT. Grasindo: Jakarta, 2009), hlm 61.

membantu pengembangan koordinasi tangan dua mata untuk meningkatkan keterampilan dalam menulis, mengerti dan memahami simbol, memperbaiki keterampilan gerakan.<sup>30</sup>

p. Gerakan Membayangkan Huruf X

Gerakan ini dilakukan dengan cara sungguh-sungguh membayangkan huruf X dan Mengayunkan kedua lengan dari sisi ke sisi menyeberangi garis tengah sambil berjalan dimana Dengan melakukan gerakan ini mampu memberikan dorongan bagus pada jaringan kerja neuron.<sup>31</sup>

#### 4. Tujuan *Barain Gym*

Ada beberapa tujuan dari *brain gym* atau senam otak yaitu:

- a. Menjadikan anak untuk lebih mandiri.
- b. Menjadikan anak untuk percaya diri.
- c. Menjadi lebih fokus.
- d. Meningkatkan konsentrasi belajar.
- e. Menyehatkan badan dan membuat otak fres kembali.

#### 5. Gerakan *Brain Gym* Untuk Anak

Ada beberapa gerakan *brain gym* yang bisa dilakukan untuk anak yaitu:

a. Gerakan Diagonal

Melakukan gerakan ini dengan mengarahkan kaki kanan dan tangan kiri secara bersamaan gerakkan badan kedepan kesamping, ke

---

<sup>30</sup> As'adi Muhammad. *Dahsyatnya Senam Otak*. (Jogjakarta: DIVA press, 2011), hlm 123.

<sup>31</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 211.

belakang dan arahkan mata ke semua jurusan. Gerakan ini mempunyai manfaat untuk pengembangan fungsi indera pendengaran, dan pengelihatn, serta kemampuan gerak.

b. Gerakan Jempol vs Jari Kelingking

Melakukan gerakn ini dengan cara tangan sebelah kiri menunjukkan jari jempol dan tangan kanan menunjukkan jari kelingking lakukan gerakan ini secara bergantian dengan waktu lambat seterusnya dengan waktu yang cepat. Dalam gerakan jari ini mempunyai banyak gerakan seperti gerakan tembak dan dua jari, gerakan jari bentuk O dan lima jari. Gerakan-gerakan ini berfungsi untuk mengurangi kebosanan, untuk menyeimbangkan otak kiri dan kanan, meningkatkan motorik halus anak.

c. Gerakan pernafasan perut

Cara melakukannya dengan menaruh tangan di atas perut dan membuang nafas pendek-pendek. Lalu, tarik nafas dalam-dalam secara perlahan. Pada saat menarik dan membuang nafas, tangan yang diletakkan di atas perut harus mengikuti gerakan perut. Kegiatan ini akan menambah stok oksigen ke seluruh tubuh, khususnya otak, serta mampu meningkatkan keterampilan berbicara dan membaca.

d. Gerakan mengaktifkan tangan

Dapat dilakukan dengan posisi luruskan tangan kiri ke atas ke bawah sambil merasakan lengan memanjang dari tulang rusuk. Pegang lengan atas di bawah siku dengan tangan kanan gimana secara

isometrik aktifkan lengan kiri selama beberapa detik untuk setiap satu dari empat posisi menjauhi kepala ke depan ke belakang dan ke arah telinga. Manfaat pada gerakan ini dapat meningkatkan keterampilan menulis indah dan menulis huruf miring, mengeja serta menulis kreatif.

#### 6. Indikator Gerakan *Brain Gym* bagi Anak

Indikator gerakan senam otak bagi anak menurut Undang-Undang No 146 Tahun 2014. *Tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini*.<sup>32</sup>

**Tabel 2.1 indikator gerakan *brain gym* bagi anak**

No	Usia	Pencapaian Gerakan <i>Brain Gym</i>
1.	0-2 Tahun	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mampu mengubah gerak posisi badan ke kanan dan kiri</li> <li>2. Dapat menirukan gerak yang di contohkan</li> <li>3. Anak mampu membuat coretan</li> <li>4. Anak mampu memindahkan mainan dari satu tangan ke tangan lain</li> <li>5. Anak sudah bisa memegang suatu benda yang ada di depannya</li> <li>6. Anak mampu bereaksi secara refleks</li> <li>7. Mulai mampu untuk mengingat dan berfikir</li> </ol>

<sup>32</sup> Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No 146 Tahun 2014. *Tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini*, hlm 17-25.

No	Usia	Pencapaian Gerakan <i>Brain Gym</i>
		8. Mulai mampu untuk memecahkan masalah sederhana sesuai dengan tingkat perkembangannya
2.	2-3 tahun	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anak mampu naik turun tangga, tempat yang lebih tinggi</li> <li>2. Anak mampu berjalan sambil membawa sesuatu yang ringan</li> <li>3. Perkembangan bahasa mulai pesat</li> <li>4. Anak mampu mengemukakan alasan-alasan dalam menyatakan ide-ide</li> <li>5. Telah mengerti adanya hubungan sebab akibat meskipun belum tepat</li> <li>6. Anak mampu melempar dan menangkap bola yang besar dan ringan</li> <li>7. Anak mampu menari dan mengikuti irama</li> </ol>
3.	3-4 tahun	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anak mampu melompat di tempat</li> <li>2. Mampu menirukan gerakan senam yang lebih sederhana</li> <li>3. Rasa keingintahuan yang tinggi</li> <li>4. Mampu melompat dan turun dari ketinggian kurang dari 20 cm</li> <li>5. Mampu mengikuti tulisan dengan pola</li> </ol>

No	Usia	Pencapaian Gerakan <i>Brain Gym</i>
		sederhana
4.	4-6 tahun	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan gerakan melompat, meloncat berlari secara terkoordinasi</li> <li>2. Melempar sesuatu secara terarah</li> <li>3. Gerakan terkoordinasi secara terkontrol, seimbang dan lincah</li> <li>4. Dapat menirukan berbagai gerakan yang teratur seperti senam dan tarian</li> <li>5. Mengetahui saat kapan menggunakan tangan kanan dan kiri dalam berbagai aktivitas</li> <li>6. Anak mampu menyebutkan bentuk, warna, ukuran</li> <li>7. Rasa keingintahuan yang tinggi</li> </ol>

Indikator gerakan *brain gym* lebih pada perkembangan fisik motorik, kognitif, sosial emosional pada anak usia dini namun dengan manfaat *brain gym* mengoptimalkan kinerja otak maka anak-anak akan cepat untuk memahami proses belajar terutama dalam menangkap pelajaran agama dan moral.

## 7. Dimensi *Brain Gym* (senam otak)

Melakukan latihan senam otak secara rutin, semua gangguan otak yang dialami anak ketika belajar akan teratasi. Karena itu sebaiknya sebelum memulai pembelajaran siswa dianjurkan untuk melakukan senam otak, karena senam otak mempunyai tiga dimensi yang bisa membuat anak menjadi cerdas.<sup>33</sup> Setiap gerakan dalam senam otak memiliki sistem kerja sendiri-sendiri dan memiliki dimensi-dimensi yang berbeda. Seperti yang ada dalam penelitian Paul dan Gail E. Dennison yang telah membagi otak ke dalam 3 dimensi, yakni dimensi lateralis (otak kiri dan kanan), dimensi pemfokusan (otak depan belakang), dimensi pemusatan (otak atas-bawah) yaitu:

### a. Dimensi Lateralitas

Dimensi ini merupakan gerakan kanan ke kiri dan kiri ke kanan dan kemampuan untuk menyeberangi garis tengah vertikal tubuh dengan tenang dan nyaman ketika hemisfer kanan dan kiri kerja bersama-sama, kita memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dan menggunakan peralatan untuk merekam pikiran atau rancangan kita melalui tulisan atau gambar dan mengeksplorasi pikiran atau gambar orang lain melalui bacaan. Bidang tengah lateral kita adalah tempat di mana bidang kinestetik, pendengaran penglihatan kanan dan kiri. Dimensi lateralitas adalah tempat kita membuat pengalaman yang

---

<sup>33</sup> As'adi Muhammad, *Tutorial Senam Otak untuk Umum*, (Flash Book: Jogjakarta, 2013), hlm. 38.

familier dan menciptakan makna dan nilai bagi hidup kita<sup>34</sup>. Dimensi lateralitas untuk menerima dan mengungkapkan informasi secara paradoks fungsi komunikasi dari otak yang lebih tinggi, motorik halus, dan lembut dapat dipahami dan dikembangkan dengan memakai hemisfer kanan dan kiri yang pada manusia awal menguasai latar lintas motorik kasar.

b. Dimensi Pemfokusan

Dimensi ini memberikan kita untuk pemfokusan memberi kita intelegensi perhatian. Sebagai manusia kita sudah berkembang dengan kemampuan unik untuk merencanakan, memenuhi tujuan, memiliki niat, dan menemukan makna dalam hidup. Otak mengatur dirinya sendiri untuk memfokuskan perhatian kita agar tampil secara terarah dan efisien mengarahkan visi dan misi dalam kehidupan sehari-hari.

c. Dimensi Pemusatan

Dimensi ini Kemampuan untuk mencapai pemusatan adalah sumber intelegensi emosional dan dasar bagi kegembiraan, rasa haru, keceriaan, ikatan sosial memori dan asosiasi dan rasa tenang diri sendiri dan kepribadian kita. Yang dimana dimensi pemusatan ini tergantung pada hubungan antara otak besar yang rasional di bagian paling atas dari otak, dan sistem limbik emosional di bawah, yang melalui itu semua informasi sensori yang masuk diproses hubungan ini mendekatkan kemampuan yang lebih logis dan verbal dari korteks

---

<sup>34</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 112.



dengan kebutuhan yang lebih naruliah, intuitif, dan kadang-kadang irasional dari bagian bawah otak.<sup>35</sup>

## **B. Kecerdasan Spiritual**

### **1. Pengertian Kecerdasan Spiritual**

Menurut kamus psikologi kata “spirit” dapat diartikan ”kekuatan, tenaga, semangat, vitalitas, energi, moral atau motivasi”, sedangkan “spiritual” artinya “berkaitan dengan ruh, semangat atau jiwa, religious, yang berkaitan dengan agama, keimanan, kesalehan, menyangkut nilai-nilai transendental”. Kecerdasan spiritual disebut dengan spiritual intelegensi Danah Azhar dan Ina Marshall menjelaskan menegaskan bahwa tanpa kecerdasan spiritual SQ maka IQ dan EQ tidak akan berjalan dengan efektif dan optimal dan spiritual menurut mereka merupakan kecerdasan tertinggi pada manusia, yang melingkupi seluruh kecerdasan yang ada pada manusia.<sup>36</sup>

Menurut Ary Ginanjar Agustian *Spiritual Quotient* (SQ) adalah kemampuan untuk memberi makna ibadah terhadap perilaku disetiap kegiatan, melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah, menuju manusia yang seutuhnya (*hanif*) dan memiliki pola pemikiran tauhid (*integralistik*) serta berprinsip hanya karena Allah.<sup>37</sup>

---

<sup>35</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 136-137.

<sup>36</sup> Triantoro Safaria. *Spiritual Intellegence metode pengembangan kecerdasan spiritual anak*. (Geraha Ilmu: Yogyakarta, 2007), hlm 15.

<sup>37</sup> Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ*. (Arga: Jakarta, 2003), hlm 57.

Menurut Marsha Sinter kecerdasan spiritual adalah pemikiran yang yang terilhami oleh dorongan dan efektivitas, keberadaan dan hidup Ilahi yang mempersatukan kita sebagai makhluk ciptaan Allah Subhanahu Wa Ta'ala sebagai sumber utama kegerahan yang memiliki eksistensi tanpa asal kekal abadi lengkap pada diri dan daya kreativitasnya. Ini melibatkan kemampuan untuk menghidupkan kebenaran yang paling dalam.<sup>38</sup>

Menurut Agustina spiritual berasal dari kata spirit yang artinya murni apabila manusia berjiwa jernih, maka dia akan menemukan potensi dirinya sekaligus siapa tuhannya, kecerdasan spiritual seseorang diartikan sebagai kemampuan seseorang yang memiliki kecakapan transenden, kesadaran yang tinggi untuk menjalani kehidupan menggunakan sumber-sumber spiritual untuk memecahkan permasalahan hidup dan berbudi luhur ia mampu berhubungan baik dengan Tuhan, manusia, alam dan dirinya sendiri. Secara terminologi kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan pokok yang dapat memecahkan masalah-masalah makna dan nilai menemukan tindakan atau suatu jalan hidup dalam konteks yang lebih luas, kaya, dan bermakna.<sup>39</sup>

Kecerdasan spiritual atau *Spiritual Quotient* (SQ) adalah kecerdasan yang mengangkat fungsi jiwa sebagai perangkat internal diri yang memiliki kemampuan dan kepekaan dalam melihat makna yang ada

---

<sup>38</sup> Triantoro Safaria. *Spiritual Intelligence metode pengembangan kecerdasan spiritual anak*,.hlm 16-17.

<sup>39</sup> Wahyudi siswanto. *Membentuk Kecerdasan Spiritual Anak*. (Amzah: Jakarta, 2018), hlm 10-11.

di balik sebuah kenyataan atau kejadian tertentu sangat terkait dengan persoalan makna dan nilai hidup.<sup>40</sup>

Kecerdasan spiritual atau spiritual quotient (SQ). Kecerdasan ini adalah kecerdasan mengangkat fungsi jiwa sebagai perangkat internal diri yang memiliki kemampuan dan kepekaan dalam melihat makna yang ada dibalik sebuah kenyataan atau kejadian tertentu.<sup>41</sup>

Beberapa penjelasan di atas peneliti menyimpulkan bahwa kecerdasan spritual adalah kecerdasan yang berhubungan dengan jiwa untuk memberikan makna dan nilai dalam hidup seseorang dalam memecahkan masalah dan lebih mengenali dirinya sendiri menentukan jalan hidup sesuai dengan visi dan misinya. Kecerdasan spiritual pada anak usia dini bisa di lakukan dengan berbagai macam stimulasi seperti mengenalkan hal-hal yang baik dilakukan dan tidak baik untuk dilakukan, mengajak anak untuk pergi ke tempat ibadah, saling menghormati, saling tolong menolong, ajarkan untuk lebih mandiri, mendengarkan ayat-ayat al-quran, kecerdasan spiritual dapat membantu anak untuk membangun dirinya sendiri.

---

<sup>40</sup> Ahmad Muhaimin Azzet. *Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Bagi Anak*. (Kata Hati: Jogjakarta, 2017), hlm 31.

<sup>41</sup> Arianti, Mira, Husnul Bahri, and Fatrima Santri Syafri. "Media Pembelajaran Kosentaq Dan Kecerdasan Spiritual Anak Usia Dini.( *Al Fitrah: Journal Of Early Childhood Islamic Education* 3, no. 2, 2020) hlm 145.

## 2. Manfaat Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual menurut Mashnaul memberikan beberapa manfaat yaitu sebagai berikut:<sup>42</sup>

- a. Untuk menjadi kreatif, luas, berwawasan luas sopan secara kreatif
- b. Untuk berhadapan dengan masalah eksistensial yaitu saat merasa terpuruk koma-koma terjebak oleh kebiasaan kekhawatiran dan masa lalu dimana SQ dapat menjadikan sadar bahwa memiliki masalah setidaknya bisa berdamai dengan masalah tersebut dimana SQ ini memberikan suatu rasa untuk mengerti lagi dalam sebuah perjalanan hidup.
- c. Menjadikan diri pribadi yang baik
- d. Dapat mengenali dirinya lebih baik
- e. Untuk menjadi lebih cerdas spiritual dalam beragama
- f. Mampu melahirkan kemampuan untuk menemukan makna hidup  
Cuma memperluas budi pekerti dan juga melahirkan indra keenam bagi manusia.
- g. Untuk mencapai perkembangan diri yang lebih utuh dan jalan hidupnya sesuai dengan visi dan misinya.

## 3. Ciri-ciri Kecerdasan Spiritual

Ada beberapa ciri-ciri seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual menurut Triantoro yang yaitu:<sup>43</sup>

---

<sup>42</sup> Mashnaul Humairi. Triantoro Safaria. *Spiritual Intelligence metode pengembangan kecerdasan spiritual anak*,(Tesis S2 Triantoro Safaria. Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2017) hlm 28-29.

- a. Tanggung jawab sosial, mempunyai rasa kepedulianya terhadap orang lain.
- b. Memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi dengan kesadaran ini mampu memahami perasaan dirinya serta memahami tujuan-tujuan hidupnya.
- c. Memperoleh kedamaian di dalam dirinya sendiri.
- d. Cinta dan kasih sayang sesama orang-orang di sekitarnya.
- e. Kemampuan bersikap fleksibel atau biasa luwes dalam menghadapi persoalan.
- f. Cenderung bertanya “mengapa atau bagaimana, jika”.
- g. Kualitas hidupnya yang diilhami oleh visi dan nilai.
- h. Kemampuan menghadapi rasa takut.<sup>44</sup>

#### 4. **Indikator Perkembangan Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini**

Menurut Sidik dalam sekripsinya menyebutkan bahwa ada indikator pencapaian kecerdasan spiritual pada anak usia dini yang jenjangnya udah dikelompokan sesuai usia oleh Undang-undang nomor 147 tahun 2014 yaitu:<sup>45</sup>

---

<sup>43</sup> Triantoro Safaria. *Spiritual Intelligence metode pengembangan kecerdasan spiritual anak*. (Geraha Ilmu: Yogyakarta, 2007), hlm 33-35.

<sup>44</sup> Ahmad Muhaimin Azzet. *Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Bagi Anak*, hlm 45-47.

<sup>45</sup> Sidik Nuryanto. *Stimulasi Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini Melalui Kisah*. (Jurnal Ilmiah Prasekolah dan Sekolah Awal. 2017, hlm 47-48.

**Tabel 2.2 Indikator pencapaian kecerdasan spiritual**

No	Usia	Indikator Pencapaian Kecerdasan Spiritual Anak
1.	12-18 bulan	1. Tertarik dalam kegiatan seperti beroda dan menirukan gerakan ibadah
2.	18-24 bulan	1. Menirukan gerakan ibadah dan doa 2. Menunjukkan sikap-sikap baik 3. Mengucapkan salam dan kata-kata baik seperti maaf, terimakasih
3.	2-3 tahun	1. Mulai menirukan gerakan ibadah yang dianutnya 2. Mulai memahami kapan mengucapkan salam, terimakasih, maaf
4.	3-4 tahun	1. Mengetahui perilaku yang berlawanan meskipun belum selalu dilakukan seperti pemahaman perilaku baik-buruk, benar salah, sopan-tidak sopan 2. Mengetahui arti kasih dan sayang kepada ciptaan Tuhan 3. Mulai meniru doa pendek sesuai dengan agamanya
5.	4-5 tahun	1. Mengetahui agama yang dianutnya 2. Meniru gerakan beribadah dengan urutan yang benar

No	Usia	Indikator Pencapaian Kecerdasan Spiritual Anak
		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Mengucapkan doa sebelum dan sesudah dalam melakukan sesuatu</li> <li>4. Mengenal perilaku baik/sopan dan buruk</li> <li>5. Membiasakan diri berperilaku baik</li> <li>6. Mengucapkan salam dan membalas salam</li> <li>7. Melakukan usaha untuk menyelesaikan kegiatan secara mandiri</li> </ol>
6.	5-6 tahun	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengenal agama yang dianut</li> <li>2. Mengerjakan ibadah</li> <li>3. Berperilaku jujur, penolong, sopan, hormat, sportif</li> <li>4. Menjaga kebersihan diri dan lingkungan</li> <li>5. Mengetahui hari besar agama</li> <li>6. Menghormati (toleransi) agama orang lain</li> <li>7. Menjadi lebih mandiri</li> <li>8. Menegtahui tentang hal bertanggung jawab</li> <li>9. Senang menolong orang lain</li> <li>10. Mampu memecahkan masalah sederhana yang di hadapai</li> <li>11. Mampu menyelesaikan tugas meskipun meghadapi kesulitan</li> </ol>

## 5. Otak Spiritual

Otak spiritual berpusat pada noktah Tuhan yang ditemukan oleh Ramachandran di *Lobus Temporal*. Bagian inilah basis neurologis dibangunnya kesadaran tinggi (spiritualitas) manusia kesadaran tersebut dibangun oleh adanya kelabu dalam otak jika sel-sel ini bekerja lahiriah pikiran rasional yang merupakan titik pijak awal menuju kesadaran tingkat tinggi spiritual tersebut.<sup>46</sup>

Otak spiritual, tempat terjadinya kontak manusia dengan Tuhan melalui alaram pikiran hanya akan berperan jika otak rasional dan pancaindera telah difungsikan secara optimal. Dengan demikian seorang pencari ilmu tidak akan mendapatkan hidayah dari Tuhan jika ia tidak memaksimalkan fungsi otak rasional dan pancainderanya, cara kerja otak spiritual disebut berfikir intuitif dari hasil inilah berfikir intuitif disebut kecerdasan spiritual SQ pada dasarnya SQ merupakan kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan masalah persoalan, khususnya terkait dengan makna hidup dan nilai SQ yang kuat akan manjadi landasan kokoh untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif. SQ digunakan untuk bergulat dengan halihwal baik dan buruk, serta untuk membayangkan kemungkinan yang belum terwujud.<sup>47</sup>

---

<sup>46</sup> Suyadi. *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini dalam Kajian Neurosains*. (PT Remaja Rosdakarya. Bandung. 2014), hlm 122-123.

<sup>47</sup> Suyadi. *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini dalam Kajian Neurosains*, hlm 124.



## C. Pendidikan Anak Usia Dini

### 1. Pengertian Pendidikan Anak Usia Dini

Pendidikan anak usia dini pada hakikatnya ialah pendidikan yang diselenggarakan dengan tujuan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh atau menekankan pada perkembangan seluruh aspek kepribadian anak, secara institusional pendidikan anak usia dini juga dapat diartikan sebagai salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitikberatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan baik koordinasi motorik, kecerdasan sosial emosional, kecerdasan jamak, dan kecerdasan spiritual<sup>48</sup>.

Menurut Isjoni, Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Anak usia dini merupakan anak yang berusia 0-6 tahun. Anak usia dini merupakan individu yang sedang mengalami sebuah proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Bahkan dikatakan sebagai lompatan perkembangan. Karena itulah, maka usia dini dikatakan sebagai usia emas (*Golde Age*), yaitu usia yang sangat berharga dibanding usia-usia selanjutnya. Anak usia dini dikenal sebagai manusia yang unik, kadang-kadang melebihi dari orang-orang dewasa yang sulit diterka, diduga, bila dilihat dari bicara, tingkah laku maupun pikirannya.<sup>49</sup>

---

<sup>48</sup> Suyadi, Maulidya Ulfah, *Konsep Dasar PAUD*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm 17.

<sup>49</sup> Isjoni, "*Model Pembelajaran Anak usia Dini*", (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm.19-24.

Sedangkan menurut pakar pendidikan anak, menjelaskan bahwa anak usia dini merupakan suatu kelompok manusia yang berusia 7-8 tahun. Anak usia dini adalah kelompok anak yang ada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik, dalam arti memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan (koordinasi motorik halus dan kasar), sosial emosional (sikap dan perilaku serta agama), inteligensi (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, dan kecerdasan spiritual), bahasa dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak.<sup>50</sup>

Anak usia dini menurut *National Assosiation in Education for Young Children (NAEYC)* adalah anak yang berada pada rentang usia lahir sampai usia 8 tahun, anak usia dini memiliki potensi genetik dan siap untuk dikembangkan melalui pemberian berbagai rangsangan. Kajian neurosains memberikan gambaran bahwa perkembangan kecerdasan anak yang paling dominan terjadi pada usia 0-8 tahun oleh karena itulah disebut sebagai keemasan perkembangan intelektual masa-masa tersebut harus dimanfaatkan dan dioptimalkan sebaik-baiknya.<sup>51</sup>

Dari penjelasan di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa pendidikan anak usia dini adalah anak sejak lahir hingga usia 6 tahun yang akan diberikan stimulasi untuk pertumbuhan dan aspek-aspek perkembangannya agar anak siap terhadap pendidikan selanjutnya.

---

<sup>50</sup> Mursid, *Belajar dan pembelajaran PAUD*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 14.

<sup>51</sup> Husnul Bahri. *Pendidikan Islam Anak Usia Dini Peletak Dasar Pendidikan Karakter*. (Bengkulu: Cv Zigie Utama 2019), hlm 7.

## 2. Karakteristik Anak Usia Dini

Masa anak usia dini merupakan masa yang menyenangkan, anak-anak yang selalu ingin tahu berbagai segala hal maka beberapa karakteristik anak usia dini yaitu:<sup>52</sup>

- a. Anak belajar melalui bermain.
- b. Bersifat egosentris yaitu anak lebih cenderung melihat dan memahami sesuatu dari sudut pandang dan kepentingannya sendiri.
- c. Memiliki rasa ingin tahu yang besar terhadap banyak hal.
- d. Merupakan pribadi yang unik.
- e. Konsentari yang pendek.
- f. Eksploratif dan berjiwa petualang dimana anak terdorong oleh rasa ingin tahu yang kuat dan senang menjelajah, mencoba, dan mempelajari hal-hal baru.
- g. Suka berfantasi dan berimajinasi.
- h. Merupakan dari makhluk sosial.
- i. Masa untuk belajar.
- j. Masih mudah frustasi anak masih mudah kecewa bila terjadi sesuatu yang tidak memuaskan.

## 3. Teori Perkembangan Anak Usia Dini

Perkembangan anak usia dini yaitu 6 aspek perkembangan terdiri dari agama dan moral, kognitif, sosial emosional, bahasa, motorik kasar dan halus, dan perkembangan seni dengan penjelasan sebagai berikut:

---

<sup>52</sup> Muhammad Fadillah, *Desain Pembelajaran PAUD*, (Jogjakarta:Ar-Ruzz Media 2012), hlm 56.

a. Aspek Perkembangan Agama dan Moral

Moral berasal dari kata latin *mores*, yang berarti tata cara, kebiasaan, dan adat. Perilaku moral dikendalikan konsep-konsep moral peraturan perilaku yang telah menjadi kebiasaan bagi anggota suatu budaya dan yang menentukan pola perilaku yang diharapkan dari seluruh anggota kelompok.<sup>53</sup> Perilaku tersebut merupakan kemampuan anak untuk bersikap bertingkah laku dengan baik, seperti menirukan ucapan dan melaksanakan ibadah, mengucapkan doa-doa pendek, melakukan ibadah sesuai agamanya. Agama merupakan suatu keyakinan dan tata cara yang dianutnya.

b. Aspek Perkembangan Kognitif

Istilah *conitiv* berasal dari kata *cognition* artinya perolehan, penataan dan penggunaan pengetahuan, dan kognitif juga dapat diartikan sebagai kemampuan belajar atau berpikir dan kecerdasan yaitu kemampuan untuk mempelajari keterampilan konsep baru, keterampilan untuk memahami apa yang terjadi di lingkungan secara keterampilan menggunakan daya ingat dan menyelesaikan soal-soal dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kognitif diartikan sebagai suatu hal yang berhubungan dengan atau melibatkan kondisi berdasarkan kepada pengetahuan faktual yang empiris.<sup>54</sup> Ada beberapa karakteristik perkembangan kognitif yaitu:

---

<sup>53</sup> Elizabeth, Hurlock, *Perkembangan Anak Jilid 2*, (Pt Gelora Aksara Pratama, Jakarta 1978), hlm 74

<sup>54</sup> Khodijah. *Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini*. (Pt Perdana Publishing. Medan, 2016), hlm 31.

- 1) Karakteristik tahap sensori motoris Pada tahap sensorimotorik ini ditandai beberapa karakteristik menonjol sebagai berikut:
  - a) Aktivitas pengalaman didasarkan terutama pada pengalaman Indra
  - b) Individu baru mampu melihat dan merasa pengalaman, tetapi belum untuk mengkategorikan pengalaman itu
  - c) Individu mulai belajar mengenai objek objek konkret melalui skema skema sensoris motorisnya.<sup>55</sup>
- 2) Karakteristik tahap praoperasional individu telah mengkoordinasikan dan mentransformasikan berbagai informasi, individu telah mampu menggunakan alasan-alasan dalam menyatakan ide-ide, individu telah mengerti adanya hubungan sebab akibat dalam suatu peristiwa konkret, meskipun ketika hubungan sebagai akibat belum tepat. Cara berpikir individu bersifat egosentris yang ditandai dengan tingkah laku sebagai berikut: Berfikir Iman negatif, berbahasa egosentris, memiliki aku yang tinggi, menampakan dorongan ingin tahu yang tinggi berkembang bahasanya mulai pesat.<sup>56</sup>
- 3) Karakteristik tahap operasional konkret pada tahap ini ditandai dengan menonjolnya bahwa segala sesuatu dipahami sebagaimana yang tampak saja atau sebagaimana kenyataan yang mereka alami

---

<sup>55</sup> Khodijah. *Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini*, hlm 37.

<sup>56</sup> Khodijah. *Perkembangan Kognitif Anak Usia Din*, hlm 39.

cara berpikir individu belum menangkap yang abstrak meskipun cara berpikirnya sudah nampak sistematis dan logis.

c. Perkembangan Sosial Emosional

Sosial adalah perasaan yang ada dalam diri individu, emosi dapat berupa perasaan senang atau tidak senang, perasaan baik atau buruk, emosi didefinisikan sebagai berbagai perasaan yang kuat seperti perasaan benci, takut, marah, senang, dan kesedihan. Emosi berperan dalam mempengaruhi kepribadian dan penyesuaian diri anak dengan lingkungan sosialnya, emosi sebagai bentuk komunikasi, bentuk emosi yang umum terjadi pada masa awal orang anak yaitu amarah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, senang atau gembira, sedih dan kasih sayang.<sup>57</sup>

d. Aspek Perkembangan Bahasa

Bahasa pada hakikatnya adalah ucapan pikiran dan perasaan manusia secara teratur, yang mempergunakan bunyi sebagai alatnya. Dengan demikian, melalui bahasa, orang dapat saling bertegur-sapa, saling bertukar pikiran untuk memenuhi kebutuhannya. Hal ini juga yang terjadi pada anak-anak. Tahap awal anak-anak mengenali bunyi-bunyi, setelah itu anak mulai dengan celotehan-celotehan, selanjutnya anak mulai mengucapkan kata-kata pendek seperti makan, minum, mandi dan lain sebagainya.

---

<sup>57</sup> Luh Ayu Tirtayani, Nice Maylani, Nyoman Wirya. *Perkembangan Sosial Emosional Pada Anak Usia Dini*. (Graha Ilmu: Yogyakarta, 2014), hlm 3-5.

e. Aspek Perkembangan Fisik Motorik

Menurut Hurlock perkembangan motorik adalah perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf urat syaraf dan otot yang terkoordinasi pengendalian berasal dari perkembangan refleksi dan kegiatan massa yang ada pada waktu lahir. Perkembangan keterampilan motorik merupakan faktor yang sangat penting bagi perkembangan kepribadian anak secara keseluruhan.<sup>58</sup> Perkembangan fisik yang mengacu pada perubahan fisik seperti berat badan, tinggi badan, dan motorik dibagi menjadi dua yaitu motorik halus adalah kegiatan yang menggunakan otot-otot kecil seperti meremas, memegang, menggegam, sedangkan motorik kasar menggunakan otot-otot besar seperti berlari, melompat, berjalan.

f. Aspek Perkembangan Seni

Seni menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah halus, kecil dan halus, tipis dan halus, lembut dan enak didengar, munggil dan elok, dan kesanggupan akal untuk menciptakan sesuatu yang bernilai tinggi (luar biasa) yang merupakan suatu stimulasi kreatif.<sup>59</sup> Dimana anak mampu menikmati alunan lagu atau suara, tertarik dengan kegiatan seni, membuat sebuah karya bentuk dari bahan-bahan kertas, platisin, balok, lego dan liannya.

---

<sup>58</sup> Ayu Wira Nengsi dan Mahasiswa PIAUD Semester IV Angkatan 2018. *Perkembangan Fisik dan Motorik*. (CV Brimedia Global: Bengkulu, 2020), hlm 2.

<sup>59</sup> Fery Ade Saputro. *Perkembangan Seni Anak Usia Dini (STTPA Tidak Tercapai) Studi Penelitian di RA Baitulrohman, Tridadi, Sleman*. (Jurnal El-Hamra: Vol 3. No 3 Oktober 2018), hlm 57.

#### D. Telaah Pustaka

Telaah pustaka memberikan sebuah gambaran terhadap apa yang sudah dilakukan pada penelitian terdahulu yang berkaitan dengan *brain gym* dan perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia dini sebagai berikut:

1. Skripsi Nuravia Afiifah El-mahirah yang berjudul Pengaruh Senam Otak Terhadap Kecemasan Sosial Pada Anak Usia Prasekolah (5-6 Tahun) Di Tk. Aisyiyah IV Katangka, Kab.Gowa. Anak-anak mudah dipengaruhi oleh lingkungan mereka dan mudah bereaksi terhadap lingkungannya. Rasa ketakutan akibat ditinggal oleh orang tua, terus menerus diejek dihina, hal ini mengakibatkan konsekuensi yang serius dalam pembangunan sosial dan prestasi akademik anak. Kecemasan sosial yang terjadi pada anak-anak perlu mendapatkan perhatian untuk mengurangi, meminimalkan kecemasan sosial agar tidak berkembang menjadi krisis. Salah satu media terapi dalam menurunkan kecemasan adalah senam otak. Senam otak atau *Brain Gym* adalah serangkaian latihan berbasis gerakan tubuh sederhana, Gerakan ini dibuat untuk merangsang otak kiri dan otak kanan.<sup>60</sup>
2. Tesis Mashnaul Humairo yang berjudul pengembangan kecerdasan spiritual peserta didik melalui sistem *full day school*. Kecerdasan spiritual memiliki peran yang utama Dalam menentukan kecerdasan yang lainnya mengembangkan kecerdasan spiritual sejak dini mampu mempengaruhi batin jiwa mental dan pikiran anak yang akan berpengaruh pada tingkah

---

<sup>60</sup> Nuravia Afiifah el-mahirah *Pengaruh Senam Otak Terhadap Kecemasan Sosial Pada Anak Usia Prasekolah ( 5-6 Tahun ) Di Tk. Aisyiyah IV Katangka, Kab.Gowa*, (Skripsi S1 Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar, 2017) hlm 1.



lakunya sehari-hari anak-anak yang tidak memiliki kecerdasan spiritual mudah terjangkit kritis dan penyakit spiritual pengembangan kecerdasan spiritual dapat dilakukan melalui sekolah dengan sistem full day Ia merupakan bentuk alternatif dalam upaya memperbaiki manajemen pendidikan, dan juga merupakan tuntunan kebutuhan masyarakat yang menghendaki anak agar dapat belajar dengan baik di sekolah dengan waktu belajar yang lebih lama. Sehingga akan sangat membantu guru dalam mengembangkan kecerdasan spiritual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pengembangan kecerdasan spiritual peserta didik diantaranya melalui pasal sopan santun dalam pergaulan melalui pendekatan saintifik berbahasa sesuai mata pelajaran, menjadikan siswa sebagai pemimpin dalam berbagai kegiatan an an adanya tes sikap dan infaq, serta melalui pendidikan, mandiri, perhatian, kebersihan, sabar dan bersyukur pendampingan literasi dan komitmen. Strategi pengembangan kecerdasan spiritual peserta didik melalui intergrasi kurikulum pada KMB yang meliputi pemberian tugas dan pengembangan melalui sistem full day di sekolah.<sup>61</sup>

3. Skripsi Idatul Fariyah yang berjudul pengembangan kecerdasan spiritual anak usia dini di taman kanak islam terpadu az zahra. Pengembangan kecerdasan sejak usia dini merupakan hal yang sangat penting dilakukan karena anak merupakan generasi penerus yang akan melanjutkan eksistensi bangsa. Taman Kanak-Kanak Islam Terpadu Az Zahra dalam

---

<sup>61</sup> Mashnaul Humairo. *Pengembangan kecerdasan spiritual peserta didik melalui sistem full day school*. (Tesis Program Magister Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Pasca Sarnana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang 2017), hlm 1.

setiap kegiatan pembelajarannya mengarahkan pada pengembangan kecerdasan spiritual anak didiknya. Fokus permasalahan yang akan dicari jawabannya lewat penelitian ini adalah bagaimana pengembangan kecerdasan spiritual anak usia dini di Taman Kanak-Kanak Islam.

Kecerdasan spiritual (SQ) merupakan kecerdasan tertinggi yang dimiliki oleh manusia setelah kecerdasan intelektual (IQ) dan kecerdasan emosional (EQ), dan merupakan kecerdasan jiwa yang mampu mengendalikan IQ dan EQ. Kecerdasan spiritual harus ditanamkan sejak anak-anak masih berusia dini karena anak usia dini merupakan golden age dan menanamkan nilai-nilai baik pada anak usia dini akan tertanam pada jiwanya sampai dewasa kelak. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*), dengan jenis penelitiannya kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan mengadakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisa data menggunakan metode analisa kualitatif dengan cara penyajian data, reduksi data, dan mengambil kesimpulan.

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa ruang lingkup kecerdasan spiritual yang dikembangkan di Taman Kanak-Kanak Islam Terpadu Az Zahra meliputi pengembangan shiddiq, istiqamah, fathanah, amanah, dan tabigh. Pengembangan kecerdasan spiritual ini dilakukan dalam proses pembelajaran dengan memperhatikan segala aspek perkembangan anak usia dini. pengembangan kecerdasan spiritual anak usia dini dikembangkan melalui pengembangan-pengembangan fisik motorik, kognitif, bahasa,

agama dan moral, dan sosial emosional. Metode yang digunakan dalam pengembangan kecerdasan spiritual ini yaitu doa dan ibadah, cinta dan kasih sayang, keteladanan, cerita/ dongeng yang mengandung hikmah spiritual, membentuk kebiasaan bertindak dalam kebajikan, pola asuh yang positif dan konstruktif, dan menciptakan iklim religius dan kebermaknaan spiritual.<sup>62</sup>

4. Skripsi Nurmalita Fitria Dewi yang berjudul pengaruh senam otak (Brain Gym) terhadap kemampuan motorik halus anak prasekolah di Tk Kartika Iv-8 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember. Senam otak merupakan rangkaian latihan dari gerakan tubuh sederhana. Pindah sudah dilakukan untuk merangsang otak kiri dan kanan (dimensi lateralitas), otak mengendurkan punggung dan otak depan (dimensi fokus), menstimulasi sistem yang terkait dengan perasaan/emosional, yaitu otak tengah (limbik) dan otak besar (dimensi konsentrasi). Senam otak untuk menyeimbangkan potensi otak di seluruh bagian otak, Sehingga pada akhirnya ada korelasi atau kerjasama antar bagian tersebut. Senam otak dilakukan secara rutin dua belas kali dalam satu bulan. Tujuan penelitian untuk mengidentifikasi pengaruh senam otak menuju kemampuan motorik halus anak.<sup>63</sup>

Dari beberapa penelitian terdahulu maka peneliti memberikan persamaan dan perbedaan dalam penelitian ini yaitu persamaanya sama-sama

---

<sup>62</sup> Idatul fariyah. *Pengembangan Kecerdasan Spiritual Anak Usia Dini Di Taman Kanak Islam Terpadu Az Zahra*. ( Skripsi S1, Program Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Tarbiyah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Purwokerto 2014), hlm 1.

<sup>63</sup> Nurmalita Fitria Dewi. pengaruh senam otak (Brain Gym) terhadap kemampuan motorik halus anak prasekolah di Tk Kartika Iv-8 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember Senam. ( skripsi S1 Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember 2011), hlm 1.

membahas tentang kecerdasan spiritual dan *brain gym* pada anak usia dini, perbedaannya yaitu dalam metode penelitian di sini peneliti menggunakan penelitian kualitatif literer dengan berjudul konsep *brain gym* Paul E Dennison terhadap perkembangan kecerdasan spiritual anak usia dini.

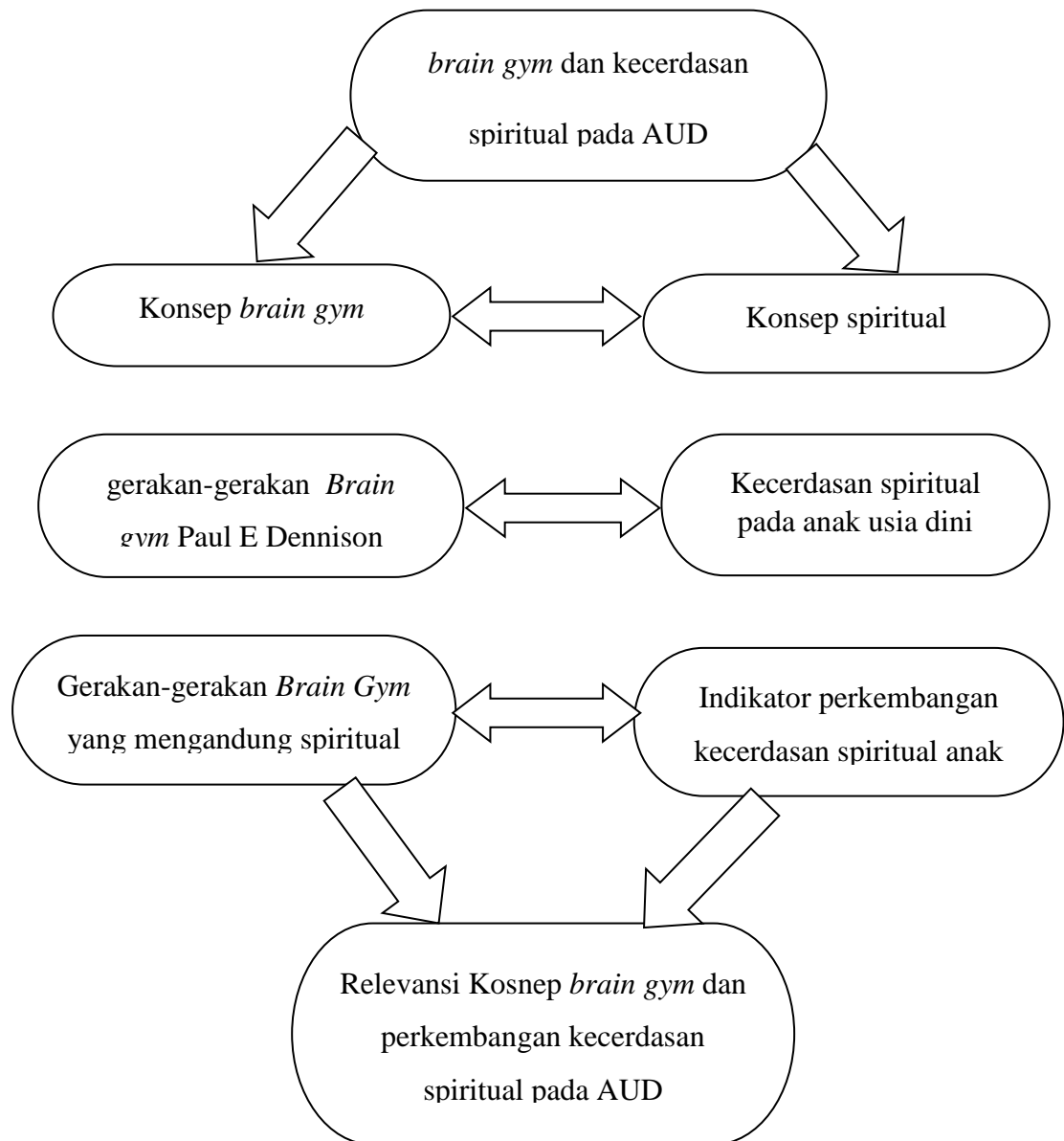
**Tabel 2. 3 Telaah pustaka**

No	Nama	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Nuravia Afiifah El- mahirah	Berjudul Pengaruh Senam Otak Terhadap Kecemasan Sosial Pada Anak Usia Prasekolah (5-6 Tahun) Di Tk. Aisyiyah IV Katangka, Kab.Gowa.	Kecemasan sosial yang terjadi pada anak-anak perlu mendapatkan perhatian untuk mengurangi, meminimalkan kecemasan sosial agar tidak berkembang menjadi krisis. Salah satu media terapi dalam menurunkan kecemasan adalah senam otak/ <i>brain</i>	Untuk metode penelitian, peneliti menggunakan penelitian kajian pustaka dan fokus terhadap <i>brain gym</i> Paul E Dennison.	Persamaanya membahas senam otak terhadap perkembangan pada anak usia dini.

			<i>gym.</i>		
2.	Mashnaul Humairo	Pengembangan kecerdasan spiritual peserta didik melalui sistem <i>full day school</i>	Menunjukkan bahwa pengembangan spiritual melalui pendekatan saintifik berbahasa sesuai mata pelajaran.	1. Fokus terhadap perkembangan kecerdasan spiritual 2.jenis penelitiannya menggunakan jenis penelitian <i>library resech</i> atau kajian pustaka	Membahas tentang perkembangan kecerdasan spiritual pada AUD
3.	Idatul Farihah	pengembangan kecerdasan spiritual anak usia dini di taman kanak islam terpadu az zahra.	Pengembangan kecerdasan spiritual melalui pengembangan- pengembangan pada fisik motorik, sosail emosional, bahasa, kogniti,	Jenis penelitiannya menggunakan jenis penelitian <i>library resech</i> atau kajian pustaka	Membahas tentang perkembangan kecerdasan spiritual melalui pengembangan kecerdasan fisik mototik, kogniti, dan sosial emosional.

			agama dan moral.		
4.	Nurmalita Fitria Dewi	pengaruh senam otak (Brain Gym) terhadap kemampuan motorik halus anak prasekolah di Tk Kartika Iv-8 Kecamatan Sumber Sari Kabupaten Jember	Diketahui bahwa terdapat pengaruh senam otak terhadap kemampuan motorik halus anak dengan melakukan gerakan-gerakan <i>brain gym</i> .	Lebih fokus ke konsep dan relevansinya <i>brain gym</i> terhadap perkembangan kecerdasan spiritual pada AUD.	Sama-sama membahas <i>brain gym</i> pada anak usia dini

### E. Kerangka Tepritik



*Brain gym* atau senam otak merupakan sebuah gerakan-gerakan sederhana dari tubuh yang bisa merangsang otak untuk megoptimalkan dan menyeimbangkan otak kanan dan kiri, memberikan manfaat yang baik bagi otak maupun tubuh. Melakukan gerakan-gerakan *brain gym* ini tidak hanya membangun dan memperkuat jalur dan hubungan neural yang efektif, membuat

kita relaks dan mengaktifkan sentralisasi dan fokus gerakan *brain gym* juga dapat membuka hati dengan mengundang kita untuk berinteraksi, ketika pikiran, tubuh dan hati seseorang aktif dan terpadu.<sup>64</sup>

Maka dari sini lah konsep *brain gym* mempunyai peran yang sangat penting untuk dilakukan pada anak usia dini karena mempunyai manfaat yang luar bisa terutama untuk perkembangan. Kemudian pada kecerdasan spiritual diartikan sebagai kemampuan seseorang yang memiliki kecakapan transenden, kesadaran yang tinggi untuk menjalani kehidupan, gerakan-gerakan *brain gym* Paul E Dennison mempunyai 26 gerakan dengan memiliki manfaat sendiri-sendiri disetiap gerakan.

Kemudian pada kecerdasan spiritual pada anak usia dini bisa dilakukan dengan membantu anak untuk merumuskan tujuan hidupnya dalam jangka pendek atau pun jangka panjang, membantu anak untuk lebih menganai dirinya sendiri terlebih dahulu lalu dengan menggunakan gerakan-gerakan *brain gym* yang mengandung spiritual ini bisa dilakukan oleh anak usia dini yang sesuai dengan indikator perkembangan keerdasan spiritual.

---

<sup>64</sup> Paul Edennison, *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, (Pt Grasindo: Jakarta, 2008), hlm 5.



### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian *library resech* atau literatur review adalah sebuah penelitian kajian putaka yang mengumpulkan sebuah informasi yang relavan dari sebuah buku, majalah, artikel, dokumen.<sup>65</sup> Penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (buku, ensiklopedi, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen). Penelitian kepustakaan atau kajian literatur (*literature review, literature research*) merupakan penelitian yang mengkaji atau meninjau secara kritis pengetahuan, gagasan, atau temuan yang terdapat di dalam tubuh literatur berorientasi akademik (*academic-oriented literature*), serta merumuskan kontribusi teoritis dan metodologisnya untuk topik tertentu.<sup>66</sup>

Penelitian kepustakaan (*library reserch*) merupakan peneliti yang pengumpulan datanya dilakukan dengan menghimpun data dari berbagai literatur tidak terbatas pada buku-buku tetapi juga dapat berupa bahan-bahan dokumentasi, majalah, jurnal, dan surat kabar, penekanan penelitian kepustakaan adalah ingin menemukan berbagai terori, hukum, dalil, prinsip,

---

<sup>65</sup> Mestika Zed. *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Yayasan Obor Indonesia: Jakarta, 2008), h. 1.

<sup>66</sup> Nana Syaodih. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. (PT. Remaja Rosdakarya : Bandung), hlm.52

pendapat, gagasan dan lain sebagainya yang dapat dipakai untuk menganalisis dan memecahkan masalah yang diteliti.<sup>67</sup>

## B. Data dan Sumber Data

Data dari sumber data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah diambil dari berbagai sumber tertulis yaitu:

### 1. Sumber Data Primer

Data primer adalah bahan pustaka yang menjadi kajian utama atau pokok penelitian kajian pustaka, data primer penelitian yaitu:

- a. *Brain gym an me brain gym dan aku merasakan kembali kenikmatan belajar*, karya Paul E Dennison
- b. *Brain gym senam otak*, karya Paul E. Dennison dan Gail E. Dennison,
- c. *Mengembangkan kecerdasan Spiritual Bagi Anak*, karya Akhmad Muhaimin Azzet

### 2. Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data penunjang yang digunakan dari penelitian ini yaitu:

- a. *Konsep dasar PAUD*, karya Suyadi dan Maulidya Ulfah
- b. *Perkembangan kognitif anak usia dini*, karya Khadijah
- c. *Otak superior tip meningkatkan kecerdasan otak*, karya Badrul Munier
- d. *Perkembangan sosial emosional pada anak usia dini*, karya Luh Ayu Tirtayani, Nice Maylani, Nyoman Wirya

---

<sup>67</sup> Fakultas Tarbiyah dan Tadris IAIN Bengkulu, *Pedoman Penulisan Skripsi*. (Bengkulu : FTT IAIN Bengkulu, 2015), hlm 14.

- e. *Terori pembelajaran anak usia dini dalam kajian neurosains*, karya Suyadi
- f. *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ*, karya Ary Ginanjar Agustian
- g. *Dahsyatnya Senam Otak*, karya As'adi Muhammad,
- h. *Melatih otak anti lupa metode dasyat brain gym*, karya Arman Yurisaldi
- i. *SQ For Kids mengembangkan kecerdasan spiritual anak usia dini*, karya Jalaludin Rahmat
- j. *Spiritual Intellegence metode pengembangan kecerdasan spiritual anak*, karya Triantoro Safaria
- k. *Membentuk Kecerdasan Spiritual Anak*, karya Wahyudi Siswanto

### C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan upaya yang dilakukan untuk menghimpun informasi yang relavan dengan topik atau masalah yang akan sedang diteliti informasi dapat diperoleh dari buku-buku, ilmiah, laporan penelitian, kerangka-kerangka ilmiah, tesis, disertasi, peraturan-peraturan, buku tahunan, ensiklopedia, dan sumber-sumber tertulis lainnya. Beberapa langkah yang dapat dilakukan saat melakukan pengumpulan data dalam penelitian kepustakaan yaitu:<sup>68</sup>

- a. Menghimbau literatur yang berkaitan dengan tema dan tujuan penelitian.
- b. Mengklasifikasi buku-buku, dokumen-dokumen, atau sumber data lain berdasar tingkatan kepentingannya sumber data primer dan sekunder.

---

<sup>68</sup> Amir Hamzah. *Metode Penelitian Kepustakaan (Library research) Kajian Filosofi, Aplikasi, Proses, dan Hasil Penelitian*. ( Edisi Revisi. Literasi Nusantara: Malang 2020), hlm 59-60.

- c. Mengkutip data-data tentang *brain gym* dan kecerdasan spiritual pada anak usia dini sehingga mendapatkan konsep *brian gym* dan kecerdasan spiritual
- d. Melakukan konfirmasi atau *cross check* tentang *brain gym* terhadap kecerdasan sptirual pada anak usia dini
- e. Mengelompokkan data berdasarkan sistematika penelitian
- f. Mengelompokkan analisis secara keseluruhan

#### **D. Teknik Keabsahaan Data**

Teknik keabsahaan data penelitian ini menggunakan trigulasi, trigulasi merupakan teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik penumpulan data dan sumber data yang sudah ada. Trigulasi mempunyai 2 macam yaitu:

##### 1. Trigulasi Teknik

Merupakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda sehingga mendapatkan data dari sumber yang sama.

##### 2. Trigulasi Sumber

Trigulasi sumber untuk meguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber.

Maka penelitian ini menggunakan tirgulasi sumber karena peneliti menganalisis buku-buku, jurnal, dokumen dari berbagai sumber lainnya sehingga nantinya menemukan suatu hasil yang tertuju pada *brain gym* terhadap perkembangan kecerdasan naturalistik pada anak usia dini.

## E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini sebagai berikut:

### 1. Teknik Induktif

Penelitian kajian kepustakaan menggunakan teknik analisis induktif berangkat dari data yang terpisah namun saling berkaitan dari data empiris selanjutnya peneliti memperlajari proses alami, mencatat, menafsirkan, menganalisis, melaporkan dan menarik sebuah kesimpulan.<sup>69</sup>

### 2. Teknik Analisis Isi

Analisis teks dengan digunakan untuk mengumpulkan berbagai muatan teks yang berupa kata-kata, makna gambar, simbol, gagasan, tema dan segala bentuk pesan yang dapat dikomunikasikan, dengan menggunakan teknik *symbol coding* yaitu mencatat lambang atau pesan secara sistematis sehingga diberi interpretasi.<sup>70</sup> Dan dapat ditarik sebuah kesimpulan.

Selanjutnya penelitian ini menggunakan pendekatan sejarah (*history research*) dimana penelitian juga terfokus pada kehidupan seseorang yang berhubungan dengan watak, pemikirannya, masyarakat, dan sifat, setelah itu keseluruhan proses analisis ini dikumpulkan dengan metodologis menggunakan proses kerangka berfikir dan pemahaman sehingga dihasilkan suatu rumusan atau kesimpulan dihasil akhir yaitu

---

<sup>69</sup> Amir Hamzah. *Metode Penelitian Kepustakaan (Library research) Kajian Filosofi, Aplikasi, Proses, dan Hasil Penelitian*, hlm 23.

<sup>70</sup> Amir Hamzah. *Metode Penelitian Kepustakaan (Library research) Kajian Filosofi, Aplikasi, Proses, dan Hasil Penelitian*, hlm 74.

konsep *brain gym* terhadap perkembangan kecerdasan spiritual anak usia dini.

## BAB IV

### PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Data

##### 1. Biografi Paul E Dennison



Paul E Dennison adalah seorang pendidik yang profesional dan seorang pionir dalam bidang kinesiologi dan pencetus termuka tetang pola-pola dominansi otak, selama 17 tahun Dr. Dennison memimpin *valley emedial group learning* bersama rekan-rekannya mengaplikasikan teknik *brian gym*

untuk mengajarkan anak-anak terbelakang dengan hasil yang sungguh menakjubkan Dennison mengabdikan seluruh hidupnya pada dunia pendidikan.

Gelar doktor pendidikan diraihnya di University of Southem California, dengan disertai tentang kemampuan wicara terseminar dan prestasi membaca tingkat pemula, dan juga sebagai ketua *Education Kinesiology Foundation* pada tahun 1975, di *University of Southern California, AS*, Paul menerima penghargaan Phi Delta Kappa untuk kategori Outstanding Research (Penelitian Luar Biasa). Dr Dennison adalah pengarang dan pengajar internasional bersama Gail Dennison merupakan istri dari Paul, Gail sendiri merupakan pendidik *holistic health*

dan sejak tahun 1971 memimpin kelompok yang beorientasi pada pertumbuhan dan mengajar komunitas-komunitas holistik serta kelompok-kelompok wanita Loa Angeles sejak tahun 1977.

Penemuanya bersama Paul E Dennison merupakan sebuah perwujudan dari sebuah mimpi panjang untuk bekerja secara kreatif dengan mengintegrasikan pikiran dan tubuh serta menggabungkannya hasil karyannya dengan seni, tari dan sebuah permainan. Dimana Paul dan Gail mempunyai dua seorang anak yang sangat kreatif mereka juga antusias dalam melakukan *brain gym*.<sup>71</sup>

## 2. Kecerdasan Spiritual Anak Usia 4-6

Kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan sebuah persoalan makna dan nilai serta menentukan jalan hidup yang sesuai dengan visi dan misinya menjadikan hidup lebih bermakna seperti kedamaian, keamanan, penuh cinta, dan kebahagiaan dengan adanya hidup yang penuh kedamaian maka secara spiritual mendidik hati menjadi benar.

Kecerdasan secara spiritual membuat anak lebih memahami keadaan dirinya sendiri serta peka terhadap lingkungan sekitar, ada beberapa karakteristik orang yang cerdas secara spiritual yaitu:<sup>72</sup>

- a. Kemampuan untuk mentransendensikan yang fisik dan material.
- b. Kemampuan untuk mengalami tingkat kesadaran yang memuncak.

---

<sup>71</sup> Paul E Dennison, Gail E Dennison. *Brain Gym Senam Otak*. (Jakarta:PT Grasindo, 2002), hlm 44.

<sup>72</sup> Jalaluddin Rakhmat. *SQ For Kids Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Anak Sejak Dini*. ( Jakarta: Mizan Media Utama (MMU), 2007), hlm 65.



- c. Kemampuan untuk mensakralkan pengalaman sehari-sehari.
- d. Kemampuan untuk menggunakan sumber-sumber spiritual buat menyelesaikan masalah.
- e. Kemampuan untuk berbuat baik.

Orang yang cerdas secara spiritual tidak hanya memecahkan persoalan hidup hanya secara rasional atau emosional saja namun dengan menghubungkannya dengan makna kehidupan secara spiritual melibatkan Tuhan disetiap langkah kehidupan yang sedang dialami. Menurut Jalaluddin Rakhmat ada beberapa akit-kita untuk mengembangkan kecerdasan spiritual anak yaitu:<sup>73</sup>

- a. Jadilah kita “gembala spiritual yang baik.
- b. Buatlah anak untuk merumuskan misi hidupnya.
- c. Baca kitab suci bersama-sama dan jelaskan maknanya dalam kehidupan.
- d. Ceritakan kisah-kisah agung dari tokoh-tokoh spiritual
- e. Libatkan anak dalam kegiatan-kegiatan ritual keagamaan.
- f. Bawa anak untuk menikmati keindahan alam.
- g. Ikultsertakan anak dalam kegiatan-kegiatan sossial dan
- h. Selalu berkomunikasi suportif.

---

<sup>73</sup> Jalaluddian Rakhmat. *SQ For Kids Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Anak Sejak Dini*, hlm 68-69.

Karena komunikasi suportif ini membuat tubuh menjadi lebih sehat dan lebih bahagia, komunikasi suportif dapat mengembangkan sikap saling menghormati, mencintai, dan menerima.

Perkembangan kecerdasan spiritual pada usia 4-6 tahun dimana tahap perkembangan kepercayaan masih intuitif-projektif daya imajenasi dan gambaran anak sudah berkembang namun pada tahap ini anak memiliki kemampuan untuk mengenal konsep dimensi spiritual. Ada beberapa kecerdasan spiritual pada anak usia 4-5 tahun yaitu:

- a. Anak mengetahui arti kasih dan sayang kepada ciptaan Tuhan.
- b. Mengetahui agama yang dianutnya.
- c. Anak sudah dapat mengenal perilaku baik/sopan dan buruk.
- d. Anak mampu membiasakan diri berperilaku baik.
- e. Anak sudah mampu melakukan usaha untuk menyelesaikan kegiatannya secara mandiri.
- f. Anak sudah dapat berperilaku jujur, hormat dan sportif.
- g. Anak menjadi lebih mandiri.
- h. Anak sudah mampu memecahkan masalah sederhana yang dihadapi
- i. Anak mampu menyelesaikan tugasnya meskipun menghadapi kesulitan.
- j. Anak sudah mengetahui tentang hal bertanggung jawab.

### **3. *Brain Gym* Menurut Paul E Dennison**

#### **a. Sejarah Singkat Perkembangan *Brain Gym***

Pendidikan merupakan sebuah wadah untuk mengembangkan kecerdasan yang dimiliki oleh peserta didik dan pendidikan identik

dengan bagaimana cara belajar yang menyenangkan, dan bagaimana cara otak untuk berfungsi saat melakukan proses belajar. Orang tua menginginkan anak-anaknya bisa berkembang dengan baik, cerdas, sukses, penyayang, disiplin, mempunyai ahlakul karimah. Namun untuk menjadikan anak yang berkulitas maka orang tua harus memahami bagaimana kebutuhan-kebutuhannya untuk menjadikan anak –anak yang berkulitas tersebut.

*Brain gym* pada awalnya hanya diberikan oleh anak-anak yang mengalami ADD (*Attention Deficit Disorder*) yaitu hiperaktif, kerusakan otak, sulit konsentrasi dan depresi. Namun dengan seiring perkembangan zaman kini *brain gym* dapat digunakan oleh setiap orang dari anak-anak hingga lansia karena *brain gym* dapat mengoptimasi fungsi otak dan mempunyai manfaat yang luar biasa terutama untuk perkembangan dan gerakanya mudah untuk dilakukan, diawali dengan tahun 1960 Dr. Paul E Dennison memulai sebuah penelitian tentang potensi pencapaian membaca yang hubungannya dengan perkembangan otak yang akan membentuk sebuah kerja *brain gym* penelitian tersebut menghasilkan bahwa program belajar yang berbasis gerakan tersebut membuat orang-orang dari semua sekelompok usia berhasil mengatasi kesulitan dalam belajarnya. Dengan pencapaiannya penelitian tersebut Paul melakukan sebuah penawaran penuh dalam melakukan program perkembangan sensori kepada siswanya dengan beberapa gerakan-gerakan sederhana yang

dapat membantu ekuilibrium dan perceptual dari sinilah maka memicu munculnya sebuah ide *brain gym*.<sup>74</sup>

Paul E Dennison merupakan pendidik dari Amerika, pada tahun 1980 Paul menggabungkan sebuah pemikiran dan ide-idenya kepada seorang pendidik dan seniman yang bernama Gail yang kemudian menjadi istri serta rekannya mereka berusaha dan berkerjasama untuk mendirikan dan menciptakan *Educational Kinesiology*, aktifitas *brain gym*, merasakan sebuah kebutuhan yang ada maka Paul dan Gail membuat sebuah gerakan-gerakan yang menyenangkan sehingga terdapat gerakan-gerakan dalam *brain gym* sendiri dikelompokkan ke dalam 26 gerakan dasar yang berguna untuk menstimulasi seluruh bagian otak, dan perkembangan.

## **b. Gerakan-gerakan *Brain Gym* Paul E Dennison yang Mengandung Kecerdasan Spiritual**

### **1) Gerakan Pernafasan Perut**

Melakukan gerakan pernafasan perut letakkan tangan di perut hembuskan nafas pendek-pendek lalu ambil napas dalam dan hembuskan pelan-pelan seperti balon yang ditiup tangan mengikuti gerakan perut, naik waktu mengambil dan turun waktu membuang napas. Dengan bernapas yang benar akan dapat mengalirkan banyak oksigen sehingga dapat meningkatkan fungsi otak secara lebih khusus, gerakan pernafasan perut ini bisa diingiri dengan

---

<sup>74</sup> Paul E Dennison, Gail E Dennison. *Brain GYM Senam Otak*, ( Jakarta: Grasindo, 2002), hlm 44.

mendengarkan ayat-ayat al-quran gunanya akan berpikiran lebih tenang, dan suasana hati menjadi lebih baik dari yang sebelumnya, lebih relaks.



Gambar 4. 1 Gerakan pernapasan perut

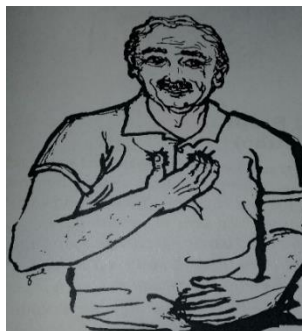
## 2) Gerakan Sakelar Otak

Cara melakukan gerakan sakelar otak yaitu dengan meletakkan ibu jari dan jari telunjuk tangan kananya pada setiap sisi tulang dadanya, di bawah tulang selangka, untuk merangsang titik-titik releks yang berlokasi disitu. Tujuan aktivitas sakelar otak adalah melepaskan gerakan mata yang terhambat dengan mereleksasi ketegangan di dalam otot di bagian belakang leher otot yang berasal dari daerah visual/osipital. Dan menaruh tangan pada pusar membangun kembali pusat gravitasional tubuh, dengan menyeimbangkan rangsangan ke kanal-kanal semilingkaran (pusat-pusat keseimbangan di bagian telinga bagian dalam) ini akan mengaktifkan sistem vestibular telinga pintu pembelajaran dan memperbaiki hubungan pikiran dengan tubuh.<sup>75</sup>

---

<sup>75</sup> Paul E Dennison. *Brain Gym and Me, Brain Gym dan Aku Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*. (Jakarta: PT Grasindo, 2008), hlm 323.

Pijatan-pijatan dalam gerakan sakelar otak ini memiliki manfaat yakni mengkoordinasi kedua belahan otak, dapat meningkatkan kelancaran aliran darah (zat asam) ke otak dan keseimbangan dalam badan, dapat bekerja sama /antara kedua mata, meningkatkan energi dan dapat memperbaiki sikap tubuh.<sup>76</sup>



Gambar 4.2 Gerakan Sakelar otak

### 3) Gerakan Tombol Angkasa

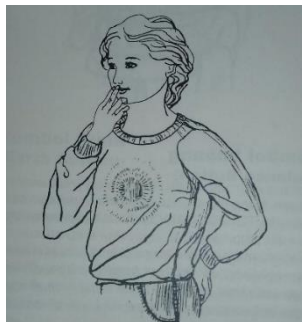
Melakukan gerakan tombol angkasa ini bisa dilakukan dengan kedua tangan diletakkan di garis tengah tubuh, satu tangan di atas bibir pas di garis tengah depan dengan menggunakan dua jari tengah dan jari telunjuk, tangan yang kiri diletakan di garis tengah belakang pada tulang ekor atau lebih ke atas, gerakan ini perlu disentuh setidaknya 30 detik, yakni 4-6 kali napas penuh lakukan gerakan ini selama satu menit.

Manfaat pada gerakan ini yaitu dapat membuat relaksasi sistem saraf pusat, kontak mata lebih mantap, penglihatan dekat ke jauh, dapat meningkatkan kemampuan memutuskan perhataian pada suatu

---

<sup>76</sup> As'adi Muhammad. *Dahsyatnya Senam Otak*. (Jogjakarta: PT DIVA Press, 2011), hlm 116.

tugas, membuat pikiran terang untuk membuat sebuah keputusan yang cepat, meningkatkan sebuah minat dan motivasi.



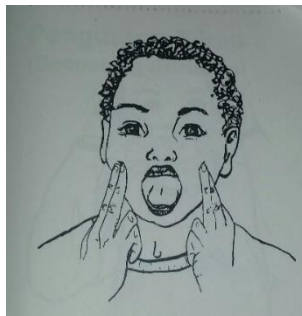
Gambar 4. 3 Gerakan tombol angkasa

#### 4) Gerakan Menguap Berenergi

Untuk melakukan gerakan menguap berenergi taruhlah ujung jari-jari kedua tangan pada rahang lalu pijatlah otot-otot di sekitar persendian rahang dengan lembut sambil mambuka mulut seperti keadaan menguap dengan dalam-dalam dan relaks sambil bersuara guna untuk menghilangkan keteganganya. Gerakan ini berfungsi untuk memperbaiki fungsi motor untuk otot-otok yang terlibat dalam proses mengunyah dan bersuara, dapat meningkatkan relaksasi dan visual, perbaikan komunikasi yang ekspresif dan verbal, serta dapat peningkatan kemampuan dalam memilih informasi yang penting.<sup>77</sup>

---

<sup>77</sup> As'adi Muhammad. *Dahsyatnya Senam Otak*, hlm 133.



Gambar 4. 4 Gerakan menguap berenergi

##### 5) Gerakan Penguatan Sikap (kait relaks)

Aktivitas kait relaks mampu mengembalikan ketenangan setelah setelah mengalami stres emosional dan stres yang bersifat lingkungan, dengan mengaktifkan lobus frontal yaitu otak yang berorientasi pada sasaran dan gerak dan membuka hati, yang paling penting kait relaks membuat kita berpijak di dalam tubuh yang hasilnya akan membuat pikiran jernih, dapat mendengar aktif, dapat pengndalian diri agar tetap menjaga keseimbangan, optimis, damai, pemikiran logis.

Aktivitas ini bisa dilakukan dengan dua bgaian yaitu pertama letakkan satu tumit di atas tumit lainnya, selanjutnya ulurkan kedua tangan dan silangkan pergelangan kiri di atas yang kanan, lalu kaitkan jari-jari tangan dan tarik tangan anda ke posisi dada pertahankan posisi ini selama satu menit sambil bernafas dalam-dalam, dengan mata terpejam dan letakkan lidah pada langit-langit mulut. (lidah yang menekan langit-langit mulut menstimulasi sistem limbik, untuk pemrosesan emosional, dan lobus frontal, untuk tinjauan yang lebih lengkap mengenai situasi tertentu.



Gerakan ini bisa dilakukan dengan berdiri dimana posisi ini akan mengaktifkan struktur keseimbangan telinga bagian dalam.



Gambar 4. 5 Gerakan Penguatan Sikap (kait relaks)

#### 6) Gerakan Pasang Telinga

Cara melakukan gerakan ini yaitu buka pelan-pelan lipatan telinga dari atas ke bawah dengan menggunakan ibu jari dan telunjuk pijat secara lembut daun telinga dengan menariknya keluar mulai dari ujung atas terus menurun lengkungan dan berakhir di cuping. Gerakan ini untuk membantu menstimulasi lebih dari empat ratus titik akupresur yang berkaitan dengan setiap fungsi otak dan tubuh, manfaat dari gerakan pasang telinga dapat membuat otak tetap terjaga dan aktif membantu otak tetap terjaga aktif, membantu pemikiran yang integratif, membuat kata menjadi bermakna dan asosiasi lebih tersedia ketika bunyi ritme keterampilan berbicara dalam hati ataupun dalam berfikir, dapat menangkap ingatan jangka pendek, meningkatkan kebugaran fisik dan mental aktivitas ini membantu seluruh tubuh untuk mendengarkan dan mengingat

dengan lebih baik.<sup>78</sup> Dilihat gerakan pasang telinga ini mirip dengan gerakan wudhu mengusap telinga dimana manfaat gerakan berwudhu bisa merangsang titik pendengaran dan keseimbangan telinga.



Gambar 4. 6 Gerakan pasang telinga

### c. Manfaat *Brain Gym* Menurut Paul E Dennison

*Brain gym* yang mempunyai manfaat yang sangat luar biasa bagi otak namun tidak hanya pada otak saja melainkan untuk mempengaruhi seluruh tubuh intelektual, emosional, sosial, fisik, dan spiritual. Dimana kekuatan yang dimiliki *brain gym* pada gerakan-gerakan sederhana ini dapat mengaktifkan kembali fungsi seluruh otak, dapat merangsang sistem (keseimbangan) dalam keadaan yang seimbang ini maka lebih mudah bagi setiap orang untuk berfikir, memahami, dan muncul ide-ide serta solusi-solusi baru, gerakan *brain gym* membuat relaks, mengaktifkan sentralisasi dan fokus di sepanjang garis tengah, dapat membuka hati, dengan mengundang untuk berinteraksi.

---

<sup>78</sup> Paul E Dennison. *Brain Gym and Me, Brain Gym dan Aku Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*. (Jakarta: PT Grasindo, 2008), hlm 336.

Ketika pikiran, tubuh dan hati seseorang aktif dan terpadu maka akan mudah dalam belajar, menjadi lebih aktif, penuh kasih sayang dan ramah, serta yang terpenting yaitu akan menemukan makna di dalam hidupnya dan berbahagia, serta membuat perasaan sangat gembira. Orang yang melakukan gerakan *brain gym* hanya beberapa menit saja dalam sehari maka membuat perbedaan yang amat besar dalam cara mereka belajar, merasakan, berfikir, menghafal, dan menyelesaikan pekerjaan sehari-hari, *brain gym* didasarkan pada alasannya bahwa gerakannya merupakan kehidupan, karena ketika kita belajar untuk bergerak dengan sepenuhnya akan mengalami lebih banyak kegembiraan karena benar-benar hidup.<sup>79</sup>

Ketika pikiran, hati, dan tubuh harus bekerja sama dengan cara yang baik, nalar, fokus dan perasaan dengan melakukan gerakan *brain gym*, gerakan-gerakan senam dapat mengaktifkan kedua hemisfer otak dan menghubungkan dengan jantung serta demikian pula membukakan kesuatu arus kreativitas dan memampukan seseorang untuk memproses serta menginternalisasi pengalaman-pengalaman yang baru. *Brain gym* dapat meningkatkan banyak kualitas manusia yang diinginkan melalui hubungan hati dan pikiran serta dapat mendorong kualitas manusia yang paling penting empati, atau hubungan emosional dari hati ke hati.

---

<sup>79</sup> Paul E Dennison. *Brain Gym and Me, Brain Gym dan Aku Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, hlm 57.

## **B. Analisis Data**

### **1. Relevansi *Brain Gym* Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spiritual pada Anak Usia 4-6 Tahun**

*Brain Gym* atau senam otak adalah sebuah gerakan-gerakan dengan sentuhan sederhana dari tubuh yang bisa merangsang otak untuk mengoptimalkan dan menyeimbangkan otak kanan dan kiri, memberikan manfaat yang baik bagi otak maupun tubuh. Sebuah kecerdasan itu bersumber dari otak, otak yang memiliki peranan penting untuk mengandalikan organ tubuh serta mengatur jantung agar tetap memompa darah, semakin seseorang untuk memanfaatkan dan memaksimalkan kinerja otaknya maka akan semakin cerdas. Otak manusia terbagi menjadi dua bagian yaitu otak kiri dan otak kanan, otak kanan berfungsi untuk berfikir holistik, spasial, metaforik dan lebih intuitis, otak kanan cenderung berpikir acak dan intuitif. Otak kiri berfungsi untuk berpikir rasional analitis, berurutan, linier, saintifik seperti belajar membaca, bahasa, aspek berhitung dari matematika otak kiri ini cenderung untuk berpikir logis, linear, serta rasional.


Dalam *brain gym* yang mempunyai 26 gerakan dapat mengembangkan kecerdasan pada otak namun juga ada beberapa gerakan *brain gym* yang bisa mengembangkan perkembangan kecerdasan spiritual yaitu gerakan pernapasan perut yang berfungsi untuk berpikiran lebih tenang, dan suasana hati menjadi lebih baik dari yang sebelumnya, lebih relaks. Gerakan sakelar otak yang bermanfaat untuk mengkoordinasi

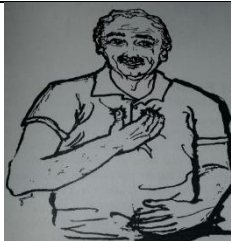

kedua belahan otak, dapat bekerja sama /antara kedua mata, meningkatkan energi memperbaiki sikap tubuh meningkatkan keseimbangan dalam badan. Gerakan tombol angkasa bermanfaat untuk membuat relaksasi sistem saraf pusat, kontak mata lebih mantap, penglihatan dekat ke jauh, dapat meningkatkan kemampuan memutuskan perhataian pada suatu tugas, membuat pikiran terang untuk membuat sebuah keputusan yang cepat, meningkatkan sebuah minat dan motivasi. Gerakan menguap berenergi bermanfaat untuk meningkatkan relaksasi dan visual, memperbaiki komunikasi yang ekspresif dan verbal, dapat peningkatan kemampuan dalam memilih informasi yang penting. Gerakan penguatan sikap bermanfaat membuat pikiran jernih, dapat mendengar aktif, dapat pengendalian diri agar tetap menjaga keseimbangan, optimis, damai, pemikiran logis.

Gerakan pasang telinga bermanfaat membuat otak tetap terjaga dan aktif membantu otak tetap terjaga aktif, membantu pemikiran yang integratif, membuat kata menjadi bermakna dan asosiasi lebih tersedia ketika bunyi ritme keterampilan berbicara dalam hati atupun dalam berfikir, dapat menangkap ingatan jangka pendek, meningkatkan kebugaran fisik dan mental aktivitas ini membantu seluruh tubuh untuk mendengarkan dan mengingat dengan lebih baik. Dengan beberapa gerakan yang mempunyai manfaat luar biasa ini bisa mengembangkan kecerdasan spiritual pada anak usia dini dimana kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan sebuah persoalan

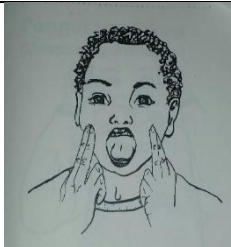

makna dan nilai serta menentukan jalan hidup yang sesuai dengan visi dan misinya menjadikan hidup lebih bermakna seperti kedamaian, keamanan, penuh cinta, dan kebahagiaan dengan adanya hidup yang penuh kedamaian dimana kecerdasan spiritual ini merupakan kecerdasan tingkat tinggi yang dimiliki oleh manusia. Letak kecerdasan spiritual ini pada suatu titik yang disebut dengan *Got Spot* yaitu melalui alam pikiran yang berperan untuk berpikir rasional, dan pemikiran rasional.


**Tabel 4. 1 Relevansi *Brain Gym* Terhadap Perkembangan Kecerdasan Spritual pada Anak Usia 4-6 Tahun**

NO	Gerakan <i>Brain Gym</i>	Gambar	Manfaat	Relevansi Gerakan <i>Brain Gym</i> untuk Perkembangan Kecerdasan Spritual Pada Anak usia 4-6 Tahun
1.	Gerakan Pernapasan Perut		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pikiran lebih tenang</li> <li>2. Suasana hati menjadi lebih baik dari yang sebelumnya</li> <li>3. Lebih relaks</li> </ol>	<p>Dengan melakukan gerakan pernapasan perut akan membuat si anak pikirannya menjadi lebih tenang suasana hati baik, lebih relaks maka suasana jiwa yang ada pada diri anak setabil dan anak dapat mengenali dirinya sendiri maka ini akan mempengaruhi perkembangan spritual pada anak</p>
2.	Gerakan Sakelar Otak		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengkoordinasi kedua belahan otak</li> <li>2. Dapat bekerja sama /antara kedua mata</li> <li>3. Meningkatkan energi</li> <li>4. Memperbaiki sikap tubuh</li> </ol>	<p>Melakukan gerakan ini dapat meningkatkan energi, memperbaiki sikap tubuh, meningkatkan energi dengan melakukan pijatan selama</p>

			5. Meningkatkan keseimbangan dalam badan	20-30 detik akan memberi kenyamanan pada tubuh serta mengurangi stres gerakan ini bisa dilakukan sambil mendengarkan lantunan ayat-ayat suci Al-quran ini bisa merangsang perkembangan kecerdasan spritual.
3.	Gerakan Tombol Angkasa		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membuat relaksasi sistem saraf pusat</li> <li>2. Kontak mata lebih mantap</li> <li>3. Pengelihatan dekat ke jauh</li> <li>4. Dapat meningkatkan kemampuan memutuskan perhataan pada suatu tugas</li> <li>5. Membuat pikiran terang untuk membuat sebuah keputusan yang cepat</li> <li>6. Meningkatkan sebuah minat dan motivasi.</li> </ol>	Dengan sentuhan gerakan tombol bumi membuat tubuh merasa lebih baik, pikiran menjadi lebih tenang, tujuan dan keinginan yang ingin dicapai akan lebih terarah, meningkatkan motivasi diri dimana spritual menjadikan hidup lebih bermakna, bahagia, dan penuh cinta.
4.	Gerakan Menguap Berenergi		1. Untuk memperbaiki fungsi motor untuk otot-otok yang terlibat dalam proses mengunyah dan bersuara	Dalam gerakan ini akan membuat lebih sehat dan bahagia karena gerakan ini memperbaiki komunikasi



			<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Dapat meningkatkan relaksasi dan visual</li> <li>3. Memperbaiki komunikasi yang ekspresif dan verbal</li> <li>4. Dapat peningkatan kemampuan dalam memilih informasi yang penting</li> </ol>	yang ekspresif dan verbal dalam spritual menyimpulkan bahwa komunikasi yang baik maka hubungan dengan sesama manusia dapat mengembangkan sikap saling menghormati, mencintai, dan saling menerima.
5.	Gerakan Penguatan Sikap (kait relaks)		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membuat pikiran jernih</li> <li>2. Dapat mendengar aktif</li> <li>3. Dapat pengndalian diri agar tetap menjaga keseimbangan</li> <li>4. Optimis</li> <li>5. Damai</li> <li>6. Pemikiran logis.</li> </ol>	Melakukan gerakan ini selama 1 menit akan merangsang perkembangan kecerdasan spritual karena gerakan ini akan membuat pikiran menjadi jernih, lebih optimis, pemikiran logis, suasana hati menjadi lebih damai.
6.	Gerakan Pasang Telinga		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membuat otak tetap terjaga dan aktif</li> <li>2. Membantu pemikiran yang integratif</li> <li>3. Membuat kata menjadi bermakna dan asosiasi lebih tersedia ketika bunyi ritme keterampilan berbicara dalam hati atupun</li> </ol>	Lakukan gerakan ini sambil mengajarkan anak untuk berdzikir dapat membantu anak lebih mengenali suaranya sendiri, membantu pemikiran yang integratif.

			<p>dalam berfikir</p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Dapat menangkap ingatan jangka pendek</li><li>5. meningkatkan kebugaran fisik dan mental aktivitas ini membantu seluruh tubuh untuk mendengarkan dan mengingat dengan lebih baik</li></ol>	
--	--	---	---	--

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa konsep relevansi *brain gym* Paul E Dennison terhadap perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia dini ini melalui beberapa gerakan-gerakan yaitu gerakan pernapasan perut yang membuat pikiran menjadi tenang suasana hati baik, lebih relaks akan membuat jiwa yang ada pada diri anak menjadi setabil lebih mengenali dirinya sendiri karena ciri-ciri kecerdasan spritual lebih mengenali dirinya sendiri, dan jiwa yang tenang. Gerakan sakelar otak dengan melakukan gerakan ini dapat memperbaiki sikap tubuh, meningkatkan energi lakukan gerakan ini selama 30 detik sambil mendengarkan ayat suci Al-qur'an akan memberikan kenyamanan pada tubuh serta mengurangi stres ini bisa merangsang kecerdasan spritual pada anak karena mengenalkan bacaan-bacaan ayat Al-qur'an yang merupakan kitab suci umat muslim.

Gerakan tombol Angkasa membuat tubuh merasa lebih baik, pikiran menjadi lebih tenang, tujuan dan keinginan yang ingin di capai akan cepat terarah, melakukan gerakan ini akan merangsang kecerdasan spritual pada anak dimana spritual menjadikan hidup lebih bermakna, bahagia, dan penuh cinta. Gerakan menguap berenergi yang manfaatnya dapat memperbaiki komunikasi yang ekspresif dan verbal dalam spiritual menyimpulkan bahwa dengan melakukan komunikasi yang baik sesama

manusia dapat mengembangkan sikap saling menghormati, mencintai dan saling menerima. Gerakan penguatan sikap (kait relaks) melakukan gerakan ini selama 1 menit dapat mengembangkan kecerdasan spiritual karena gerakan ini menjadikan pikiran lebih jernih, lebih optimis, pemikiran logis, suasana hati menjadi lebih damai dan gerakan pasang telinga ini dapat meningkatkan kebugaran fisik mental serta membuat seluruh untuk mendengarkan dan mengingat lebih baik. Relevansi *brain gym* akan terjadi apabila gerakan-gerakan yang bisa mengembangkan kecerdasan spiritual pada anak usia dini dilakukan dan diterapkan.

## **B. Saran**

Saran yang ingin peneliti berikan pada penelitian ini bahwa, gerakan *brain gym* yang bisa mengembangkan kecerdasan spiritual pada anak usia dini harus diperaktekan karena akan memberikan dampak bagi masa depan anak untuk lebih mengenali dirinya sendiri, menjadikan hidup lebih bermakna, penuh kasih sayang, penuh kedamaian dan kebahagiaan.

Dengan demikian maka konsep *brain gym* Paul E Dennison terhadap perkembangan kecerdasan spiritual pada anak usia 4-6 tahun memerlukan telaah dan penelitian lebih lanjut.

### **1. Bagi Pendidik**

Sebagai masukan untuk guru bahwa *brain gym* harus di lakukan oleh anak sejak usia dini karena manfaatnya bisa menyeimbangkan otak kanan dan kiri, serta dapat mengembangkan perkembangan kecerdasan spiritual anak usia dini.

## 2. Bagi Orang Tua

Untuk menambah pengetahuan tentang pentingnya gerakan-gerakan *brain gym*, dan pentingnya meningkatkan kecerdasan spiritual pada anak usia dini.

## 3. Bagi Lembaga

Untuk memberi bahan rujukan dalam pembelajaran serta proses pembelajaran untuk memasukkan kegiatan *brain gym* dan lebih meningkatkan kecerdasan spiritual.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afiifah El-mahirah Nuravia. 2017. *Pengaruh Senam Otak Terhadap Kecemasan Sosial Pada Anak Usia Prasekolah ( 5-6 Tahun ) Di Tk. Aisyiyah IV Katangka, Kab.Gowa* (Skripsi S1 Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar
- Agustian Ginanjar Ary. 2003. *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ*. Jakarta: Arga
- Alimni. 2018. *Globalisasi Sebagai Keniscayaan Dan Reorientasi Pendidikan Pesantren*. Vol 16, no. 2, 2018. Media Informasi Pendidikan Islam, IAIN Bengkulu: At-Ta'lim  
<https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/attalim/article/view/839>
- Azzet Muhaimin Ahmad . 2017. *Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Bagi Anak*. Jogjakarta: Kata Hati
- Bahri Husnul. 2019. *Pendidikan Islam Anak Usia Dini Peletak Dasar Pendidikan Karakter*. Bengkulu: Cv Zigie Utama
- Buchori Munier Badrul. 2016. *Otak Superior Tip Meningkatkan Kecerdasan Otak*, Yogyakarta: Psikopedia
- Dennison E Paul. 2008. *Brain Gym And Me Merasakan Kembali Kenikmatan Belajar*, Jakarta: Pt Grasindo
- Desni Yuniarni, Dian Miranda, Ariyani, R. 2018. *Manfaat Brain Gym Bagi Perkembangan Anak Usia Dini Di TK Kanisius Pontianak*, Universitas Tangerang: Vol 15. No 1. Juni
- Fatrima Mira, Husnul, 2020 *Media Pembelajaran Kosentag Dan Kecerdasan Spiritual Anak Usia Dini*. Jurnal Al-Fitrah Vol.3 No.2, Iain Bengkulu  
<https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/alfitrah/article/view/3789/2759>
- Fakultas Tarbiyah dan Tadris IAIN Bengkulu. 2015. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Bengkulu : FTT IAIN Bengkulu

- Fariyah Idatul. *Pengembangan Kecerdasan Spiritual Anak Usia Dini Di Taman Kanak Islam Terpadu Az Zahra.* ( Skripsi S1, Program Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Tarbiyah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Purwokerto 2014)
- Fitria Dewi Nurmalita. 2011 *pengaruh senam otak (Brain Gym) terhadap kemampuan motorik halus anak prasekolah di Tk Kartika Iv-8 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember Senam.* ( skripsi S1 Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember
- Gail E Dennison Paul E Dennison &. (2002). *Brain Gym Senam Otak.* Jakarta: PT Grasindo
- Hamzah Amir. 2020. *Metode Penelitian Kepustakaan (Library research) Kajian Filosofi, Aplikasi, Proses, dan Hasil Penelitian.* Malang: Edisi Revisi. Literasi Nusantara
- Khodijah. 2016. *Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini.* Medan: Pt Perdana Publishing
- Luh Ayu Tirtayani, Nice Maylani, Nyoman Wirya. 2014. *Perkembangan Sosial Emosional Pada Anak Usia Dini.* Yogyakarta: Graha Ilmu
- Maulidya Ulfah, Suyadi. 2015. *Konsep Dasar PAUD.*Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Muhammad As'adi. (2011) *Dahsyatnya Senam Otak.* . Jogjakarta: PT DIVA Press
- Nengsi Wirda Ayu dan Mahasiswa PIAUD Semester IV Angkatan 2018. 2020. *Perkembangan Fisik dan Motorik.* Bengkulu: CV Brimedia Global
- Nuryanto Sidik. 2017. *Stimulasi Kecerdasan Spiritual Pada Anak Usia Dini Melalui Kisah.* Jurnal Ilmiah Prasekolah dan Sekolah Awal
- Nuryana Aryati. 2010. Setiyo Purwanto. *Evektifitas brain Gym Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak.*(Indigenouse, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi). Vol 12, No 1

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No 147 Tahun 2014. *Tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini*

Rahmad Jalaludin. 2007. *SQ For Kids*. Bandung: PT Mizan Pustaka

Saputro Ade Fery. 2018. *Perekmbangan Seni Anak Usia Dini (STTPA Tidak Tercapai) Studi Penelitian di RA Baitulrrohmah, Tridadi, Sleman*. (Jurnal El-Hamra: Vol 3. No 3 Oktober (<http://ejournal.el-hamra.id/index.php/el/article/download/54/43>))

Safaria Triantoro. 2007. *Spiritual Intellegence metode pengembangan kecerdasan spiritual anak*. Yogyakarta: Geraha Ilmu

Suyadi. 2014. *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini dalam Kajian Neurosains*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Siswanto Wahyudi. 2018. *Membentuk Kecerdasan Spiritual Anak*. Jakarta: Amzah

Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional

Yurisald Arman . 2011. *Melatih Otak Anti Lupa Metode Dahsyat Brain Gym dengan Hanacaraka*. Yogyakarta: Pustaka Widyatma

Zed Mestika. 2008 *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia