

## Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak melalui Kegiatan Bermain Bowling Mini pada Kelompok Tk A Di Tk Islam Annida Cikarang Selatan

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Siti Sifaturohman Universitas Panca Sakti Bekasi <a href="mailto:sitisifaturohmah06@gmail.com">sitisifaturohmah06@gmail.com</a>	ISSN: 2963-8933 Vol. 4, No. 3, Oktober 2025 <a href="http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp">http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp</a>
Lily Yuntina Universitas Panca Sakti Bekasi <a href="mailto:L2yuntina@gmail.com">L2yuntina@gmail.com</a>	
Sudi Suhardjo Universitas Panca Sakti Bekasi <a href="mailto:sudisuhar@gmail.com">sudisuhar@gmail.com</a>	

© 2025 Arden Jaya Publisher All rights reserved

### **Saran Penulisan Referensi:**

Siti., Yuntina, L., & Suhardjo, S. (2025). Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak melalui Kegiatan Bermain Bowling Mini pada Kelompok Tk A Di Tk Islam Annida Cikarang Selatan. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 4 (3),282-286.

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini melalui kegiatan bermain Bowling Mini pada kelompok TK A di TK Islam Annida Cikarang Selatan. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Kemmis & McTaggart, yang dilaksanakan dalam dua siklus dengan empat tahap: perencanaan, tindakan observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 15 anak. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pencapaian konsentrasi dari pra-siklus sebesar 55,6% menjadi 71% pada siklus I, dan 89,6% pada siklus II. Temuan ini membuktikan bahwa permainan Bowling Mini efektif sebagai media pembelajaran yang dapat meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini secara signifikan.

**Kata Kunci :** Konsentrasi belajar, Permainan Bowling Mini.

### **Abstract**

This study aims to improve early childhood learning concentration through Mini Bowling activities in Group A at KB-TK Islam Annida South Cikarang. The research employed a Classroom Action Research (CAR) approach using the Kemmis & McTaggart model, conducted in two cycle comprising planning, action, observation, and reflection stages. The participants were 15 children. The results showed an increase in the average concentration score from 55,6% in the pre-cycle to 71% in cycle I and 89,6% in cycle II. These findings demonstrate that Mini Bowling is an effective learning medium that significantly enhances early childhood learning concentration.

**Keyword :** learning concentration, educational games, mini bowling

## A. Pendahuluan

Pendidikan adalah suatu hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia baik dalam keluarga atau masyarakat. Menurut UU Nomor 18 Tahun 2018 Penyediaan Layanan Pendidikan Anak Usia Dini Pasal 1 Ayat 1 yaitu Pendidikan Anak Usia Dini merupakan suatu upaya pembinaan yang ditunjukkan kepada anak sejak lahir sampai usia 6 tahun, untuk melakukan pemberian rangsangan Pendidikan yang membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki Pendidikan selanjutnya.

Setiap anak memiliki potensi serta karakter yang berbeda, perkembangan ini sesuai dengan tahapan perkembangan dan usianya. Pendidikan sangat dibutuhkan oleh setiap anak, hal ini bertujuan agar anak dapat mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya melalui proses belajar. Perlu diketahui bahwa setiap proses pembelajaran yang di jalani anak usia dini harus disesuaikan dengan karakteristik dan keunikan anak.

Selain itu untuk mengembangkan proses pembelajaran anak-anak harus mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi, agar mendapatkan nutrisi yang dibutuhkan untuk membangun tubuh, termasuk perkembangan otak, tulang dan system kekebalan tubuh. Jika anak kurang dalam mengonsumsi makanan yang sehat maka akan berpengaruh dalam masa pertumbuhan salah satunya yaitu perkembangan otak atau memengaruhi konsentrasi pada anak yang menyebabkan hilangnya fokus pada suatu objek atau aktivitas.

Konsentrasi adalah memusatkan segenap kekuatan perhatian disituasi belajar. Konsentrasi juga dapat didefinisikan sebagai usaha seseorang untuk memfokuskan kembali perhatian pada suatu Objek sementara, sehingga dia dapat mengalaminya dengan cara tertentu. Konsentrasi sangat penting untuk proses pembelajaran karena setiap anak diharapkan dapat berkonsentrasi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Kemampuan anak dalam berkonsentrasi akan mempengaruhi lamanya waktu seseorang mengingat atau menangkap apa yang di sampaikan oleh guru. (Anam et al., 2018). Dari pernyataan tersebut bahwa anak yang memiliki konsentrasi baik akan lebih mudah untuk memusatkan perhatian terhadap penjelasan, sehingga informasi yang diterima dengan cepat dan disimpan lebih lama dalam memori anak.

Metode pembelajaran yang bisa digunakan oleh anak usia dini yaitu bermain sambil belajar, dengan menggunakan media APE ( Alat Permainan Edukatif) sehingga belajar bisa lebih menyenangkan dan sebagai acuan belajar anak sekaligus stimulus bagi anak. (Latifah, 2016). Bahwa dapat disintesakan metode pembelajaran yang sesuai untuk anak usia dini yaitu belajar sambil bermain, karena tahap perkembangan anak lebih mudah memahami sesuatu melalui pengalaman langsung yang menyenangkan.

Bermain adalah kebutuhan bagi setiap anak, oleh karena itu proses pembelajaran pada anak usia dini diaplikasikan dengan bermain yang menyenangkan salah satunya permainan Bowling Mini. Permainan ini membantu mengembangkan motorik, koordinasi mata-tangan, dan konsentrasi. Selain itu permainan Bowling Mini mampu membantu anak dalam memahami angka dan kemampuan emosional mereka.

Berdasarkan dari masalah-masalah tersebut diatas, maka penulis berupaya mengangkat judul Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Bowling Mini Pada Kelompok A.

## B. Metodologi

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK). PTK adalah metode penelitian yang berfokus pada tindakan atau intervensi yang dilakukan secara terencana dan sistematis untuk memecahkan masalah pembelajaran yang dihadapi oleh guru dalam kegiatan sehari-hari di kelas. PTK bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dengan melakukan perbaikan-perbaikan berkelanjutan berdasarkan hasil refleksi dari tindakan yang telah dilakukan. Dalam literatur bahasa Inggris, metode ini dikenal sebagai Classroom Action Research, yang menekankan pada upaya guru untuk memahami dan memperbaiki proses pembelajaran secara berkelanjutan.

Penelitian tindakan kelas memungkinkan guru untuk meneliti praktik pembelajaran yang mereka terapkan di kelas. Guru dapat mengamati interaksi siswa dalam proses pembelajaran, mengkaji efektivitas metode pengajaran, serta mengevaluasi hasil belajar siswa. Dengan melakukan PTK, guru memiliki kesempatan untuk mengevaluasi diri dan praktik pengajaran mereka secara reflektif. Proses refleksi ini penting untuk menemukan kelemahan dan kekuatan dalam pembelajaran, sehingga guru dapat membuat perbaikan yang diperlukan untuk meningkatkan efektivitas pengajaran. Pendekatan penelitian tindakan kelas juga memberikan

manfaat dalam menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik pendidikan. Dalam banyak kasus, teori pendidikan yang diajarkan di perguruan tinggi atau ditemukan dalam literatur mungkin tidak sepenuhnya sesuai dengan kondisi nyata di kelas. Melalui PTK, guru dapat mengadaptasi dan memodifikasi teori yang ada agar lebih sesuai dengan konteks dan kebutuhan spesifik kelas mereka. Dengan demikian, PTK tidak hanya membantu guru dalam menerapkan teori secara praktis, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan teori pendidikan yang lebih relevan dan aplikatif. Selain itu, penelitian tindakan kelas memberikan kesempatan bagi guru untuk berperan sebagai peneliti dalam konteks kelas mereka sendiri. Dengan menjadi peneliti, guru dapat lebih memahami dinamika pembelajaran yang terjadi di kelas dan lebih responsif terhadap kebutuhan siswa. PTK mendorong guru untuk mengambil pendekatan proaktif dalam memecahkan masalah pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif, optimal, dan fungsional. Dengan kata lain, PTK tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk perbaikan pembelajaran, tetapi juga sebagai sarana untuk memberdayakan guru dalam mengembangkan praktik pengajaran yang inovatif dan berkelanjutan. Penelitian tindakan kelas ini dilakukan dalam dua siklus, dimana setiap siklus ada empat tahapan dengan 2 kali pertemuan yang digunakan untuk menentukan apakah permainan Bowling Mini mampu melatih konsentrasi pada anak usia dini.

## C. Hasil dan Pembahasan

### 1. Konsentrasi

Konsentrasi salah satu yang dapat mempengaruhi hasil belajar atau pengamatan terhadap informasi yang sedang diteliti. Konsentrasi yang berasal dari pikiran manusia yang ditarik oleh keadaan yang menyenangkan atau suatu materi dan informasi yang menarik bagi setiap orang.

Konsentrasi adalah memusatkan kekuatan perhatian pada suatu pembelajaran. Konsentrasi juga merupakan usaha seseorang untuk memfokuskan perhatian pada suatu objek yang diperhatikan. (Yuniarti et al., 2023)

Dapat disintesis bahwa pengertian konsentrasi adalah kemampuan anak dalam memusatkan perhatian secara penuh pada suatu objek atau aktivitas dalam jangka waktu tertentu, dengan mengesampingkan gangguan, ketekunan dalam menyelesaikan tugas, mengikuti intruksi, serta meminimalkan perilaku yang mengganggu dalam proses belajar. Adapun ciri-ciri konsentrasi belajar pada anak :

- 1) Fokus pandangan dengan memperhatikan pada suatu informasi ( guru, media atau papan tulis).
- 2) Berani dalam bertanya jika ada hal yang belum dipahami terkait dengan informasi yang disampaikan.
- 3) Menjawab pertanyaan tanpa adanya rasa ragu.
- 4) Memberikan pernyataan yang menyanggah, menguatkan atau menyetujui.
- 5) Memiliki minat terhadap pembelajaran yang akan dipelajari

Anak yang tidak memiliki konsentrasi yang baik ketika sering munculnya rasa bosan, berpindah dari satu tempat ke tempat lain, tidak mendengarkan lawan bicara, selalu mengalihkan topik pembicaraan, dan mengganggu teman yang sedang belajar. Adapun faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak :

- 1) Faktor pendukung belajar yaitu dibagi menjadi dua, ada faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah menentukan seseorang melakukan konsentrasi atau tidak, dilihat dari faktor jasmaniah seseorang baik kesehatannya secara menyeluruh. Lalu yang kedua faktor eksternal yaitu yang memiliki kondisi tenang, sabar, konsisten dan memiliki daya pengendalian diri yang baik.
- 2) Faktor penghambat belajar yaitu faktor yang tidak memiliki motivasi, suasana lingkungan yang tidak kondusif, kejenuhan dan kondisi kesehatan.

### 2. Bowling Mini

Permainan bowling salah satu olahraga tua yang paling terkenal di dunia. Permainan ini dikenal sekitar 7000 tahun lalu, para ahli membuktikan menemukan kuburan-kuburan tua Mesir Kuno.

Permainan Bowling salah satu olahraga yang dimainkan dengan cara menggelinding atau melemparkan bola menggunakan tangan. Bola bowling akan di lemparkan kearah pin yang sudah tersusun dengan bentuk segitiga jika dilihat dari atas. Tujuan permainan ini untuk melatih

kemampuan motorik kasar, motorik halus, koordinasi mata dan tangan, keseimbangan, dan konsentrasi.

Manfaat permainan ini yaitu ketepatan gerak, koordinasi mata dan tangan, konsentrasi dan motorik kasar. Permainan bowling ini juga dapat melatih emosional anak, melatih otot tangan dan kaki, dan melibatkan perasaan pikiran dan aktivitas-aktivitas pada otak. Manfaat permainan bowling ini menurut Desmianti adalah permainan lebih berguna kepada ketepatan gerak, koordinasi mata-tangan, dan motorik kasar terutama pada saat anak berupaya menggelindingi bola ke arah pin bowling.

Dapat disimpulkan bahwa manfaat dari permainan bowling yaitu melatih motorik kasar, koordinasi mata-tangan, konsentrasi, dan emosional. Pada saat anak menggelindingkan bola ke arah pin bowling, mata dan tangan fokus dan konsentrasi pada pin yang ada di depan, dengan tangan yang bersiap untuk menggelindingkan bola dan posisi kaki yang benar agar bola tepat sasaran.

Permainan bowling untuk anak usia dini 4-5 tahun peneliti menggunakan barang-barang bekas seperti botol plastic atau aqua gelas yang kosong sebagai pengganti pin dan menggunakan bola plastik. Permainan ini juga bisa melatih kognitif pada anak.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang sudah dilaksanakan, dapat disimpulkan hasil Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II. Sebagai berikut:

1. Bahwa benar kegiatan pembelajaran menggunakan Bowling Mini dapat meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak pada kelompok A.
2. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan anak di setiap pertemuan dengan jumlah 15 anak dan nilai rata-rata setiap pertemuan yaitu Pra Siklus 55,6% untuk Siklus I mengalami peningkatan dengan rata-rata 71% dan untuk memaksimalkan kemampuan anak dilanjutkan dengan Siklus II dan mengalami peningkatan yang sangat baik dengan rata-rata 89,6%.

Media permainan Bowling Mini ini melatih fokus visual dan motorik anak dengan mengarahkan bola dengan tepat agar mengenai pin atau target. Dan anak belajar disiplin mental dengan mematuhi aturan serta melatih kontrol diri. Serta mendorong kegiatan berfikir dan memprediksi arah bola, menilai posisi pin, memperkirakan kekuatan dorongan. Hal ini mampu merangsang fungsi eksekutif otak.

#### **Saran**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, peneliti merekomendasikan dengan mempertimbangkan hasil dilapangan maupun secara teoritis, maka ada beberapa yang saran:

1. Pihak sekolah hendaknya memfasilitasi pemenuhan sarana dan prasarana berupa alat permainan edukasi untuk proses belajar anak.
2. Kepada guru sudah seharusnya meningkatkan kompetensi diri dengan pengetahuan luas.
3. Perlu adanya koordinasi antara pengelola PAUD, tenaga Pendidikan dengan lingkungan masyarakat dan berkesinambungan dalam rangka mengupayakan peningkatkan kualitas pembelajaran. Sehingga akan meningkatkan prestasi dan kualitas sekolah.
4. Kepada peneliti selanjutnya, penelitian untuk meningkatkan konsentrasi belajar anak baiknya menggunakan media-media lain dengan banyak variasi pada tema dan sub tema pembelajaran.

#### **E. Refrensi**

- Anam, K., P., & D. S., A. C. (2018). Upaya meningkatkan kosentrasi belajar anak melalui bermain papan titian di TK Indria Desa Kutosari Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang. *Paudia: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2). <https://doi.org/10.26877/paudia.v6i2.2106>
- Cecep, C., Waskita, D. T., & Sabilah, N. (2022). Upaya meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini melalui metode demonstrasi. *Jurnal Tahsinia*, 3(1), 63-70.

- Khotimah, S. H., Sunaryati, T., & Suhartini, S. (2020). Penerapan media gambar sebagai upaya dalam peningkatan konsentrasi belajar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 676–684.
- Kurniati, I., Priyanti, N. Y., & Yuntina, L. (2024). Peran guru dalam meningkatkan karakter kedisiplinan anak usia dini di KB Baiturrohiem dengan metode kualitatif deskriptif. [*Nama Jurnal tidak tercantum*], 1(12).
- Latifah, L. (2016). Internalisasi nilai-nilai etika di Pondok Pesantren Daarun Najaah Jarakah, Kec. Tugu Semarang. [*Tidak diterbitkan / nama jurnal tidak tercantum*].
- Nasria, N., & Hidayah, A. N. (2018). Meningkatkan kemampuan berbahasa anak melalui metode bermain peran dengan tema pekerjaan di TK Satu Atap SD Pulau Tambako Kecamatan Rumbia Tengah. *Jurnal Riset Golden Age PAUD UHO*.
- Wirdawati, W., & Ismet, S. (2018). Peningkatan kemampuan berhitung melalui permainan congklak modifikasi. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*.
- Yuniarti, Y., Larasati, T., & Diana, D. (2023). Peningkatan konsentrasi belajar pada anak. *Jurnal Warna: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 8(1), 41–51. <https://doi.org/10.24903/jw.v>