

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, karena bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan secara mendalam proses penerapan gerakan *Brain Gym* dalam melatih fokus anak usia 4–5 tahun di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu. Pendekatan kualitatif dipilih karena peneliti ingin menggali fenomena yang terjadi secara alami di lingkungan pembelajaran, khususnya perilaku fokus anak selama kegiatan belajar setelah diterapkannya *Brain Gym*, tanpa melakukan pengukuran statistik atau pengujian hipotesis secara kuantitatif.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif deskriptif bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan faktual mengenai suatu fenomena atau peristiwa berdasarkan data yang diperoleh di lapangan. (Sugiyono, 2020) Dalam penelitian ini, peneliti berperan sebagai instrumen utama yang secara langsung mengamati, mencatat, dan menafsirkan data terkait pelaksanaan *Brain Gym* serta perubahan perilaku fokus anak selama proses pembelajaran berlangsung.

Melalui penelitian kualitatif deskriptif, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai

bagaimana penerapan gerakan *Brain Gym* dilaksanakan, bagaimana respon anak terhadap kegiatan tersebut, serta bagaimana bentuk fokus anak yang muncul selama pembelajaran. Pendekatan ini dianggap sesuai dengan karakteristik anak usia dini yang lebih tepat dikaji melalui pengamatan perilaku dan interaksi secara langsung dalam konteks alamiah pembelajaran di taman kanak-kanak.

B. Kehadiran Peneliti

Dalam penelitian kualitatif, peneliti berperan sebagai instrumen utama yang secara langsung terlibat dalam proses pengumpulan data di lapangan. Kehadiran peneliti di lokasi penelitian sangat penting karena peneliti bertugas mengamati, memahami, dan mencatat fenomena yang terjadi secara alamiah selama penerapan gerakan *Brain Gym* dalam melatih fokus anak usia 4–5 tahun di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu.

Peneliti hadir secara langsung di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu untuk melakukan observasi terhadap proses pembelajaran dan pelaksanaan gerakan *Brain Gym*. Dalam pelaksanaannya, peneliti berperan langsung dalam kegiatan mengajar, serta mengamati aktivitas guru dan anak, mencatat perilaku fokus anak, serta mendokumentasikan proses penerapan *Brain Gym* sesuai dengan tujuan penelitian.

Kehadiran peneliti diharapkan tidak mengganggu aktivitas pembelajaran yang berlangsung, sehingga data yang diperoleh mencerminkan kondisi yang sebenarnya. Untuk

menjaga keabsahan data, peneliti membangun hubungan yang baik dengan guru dan pihak sekolah, serta melakukan pengamatan secara berulang hingga data yang diperoleh dianggap cukup dan jenuh. Dengan demikian, kehadiran peneliti menjadi faktor penting dalam memperoleh data yang mendalam, objektif, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu TK swasta kota Bengkulu akreditasi B. Pemilihan lokasi penelitian ini didasarkan pada pertimbangan bahwa TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu merupakan salah satu lembaga pendidikan anak usia dini yang menyelenggarakan pembelajaran bagi anak usia 4–5 tahun serta memiliki kondisi nyata terkait fokus anak selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Selain itu, sekolah ini terbuka terhadap penerapan metode pembelajaran inovatif yang mendukung perkembangan anak.

Lokasi penelitian ini juga dipilih karena belum pernah dilakukan penelitian secara khusus mengenai penerapan gerakan *Brain Gym* untuk melatih fokus anak usia 4–5 tahun di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran nyata mengenai pelaksanaan *Brain Gym* di lingkungan sekolah serta kontribusinya terhadap peningkatan fokus anak usia dini..

Adapun waktu penelitian direncanakan berlangsung pada bulan maret sampai dengan april 2026. Jangka waktu ini dipandang cukup untuk melakukan observasi, wawancara, serta pengumpulan data lain yang diperlukan. Dengan demikian, penelitian diharapkan dapat menghasilkan temuan yang lebih komprehensif dan sesuai dengan tujuan yang telah dirumuskan.

D. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini dibedakan menjadi data primer dan data sekunder, yang digunakan untuk memperoleh informasi secara komprehensif mengenai penerapan gerakan *Brain Gym* dalam melatih fokus anak usia 4–5 tahun di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu.

1. Data Primer

Data primer merupakan data utama yang diperoleh secara langsung oleh peneliti dari sumber pertama di lapangan. Data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui hasil observasi langsung terhadap kegiatan pembelajaran dan penerapan gerakan *Brain Gym*, serta perilaku fokus anak usia 4–5 tahun selama proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, data primer juga diperoleh dari wawancara dengan guru kelas sebagai informan utama untuk menggali informasi mengenai proses pelaksanaan *Brain Gym*, respon anak, serta

perubahan fokus anak setelah kegiatan tersebut diterapkan.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data pendukung yang digunakan untuk melengkapi dan memperkuat data primer. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari berbagai dokumen yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu, seperti profil sekolah, jadwal pembelajaran, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH), catatan perkembangan anak, serta foto kegiatan penerapan *Brain Gym*. Data sekunder juga bersumber dari buku, jurnal ilmiah, dan dokumen lain yang relevan dengan topik *Brain Gym* dan fokus anak usia dini.

E. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan secara bertahap dan berkesinambungan untuk memperoleh data yang mendalam dan akurat mengenai penerapan gerakan *Brain Gym* dalam melatih fokus anak usia 4–5 tahun di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi, dengan uraian sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung proses penerapan gerakan *Brain Gym* serta

perilaku fokus anak selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Peneliti melakukan observasi dengan cara mengamati aktivitas guru dan anak sebelum, selama, dan setelah pelaksanaan *Brain Gym*. Hal-hal yang diamati meliputi respon anak terhadap gerakan *Brain Gym*, keterlibatan anak dalam kegiatan, serta bentuk perilaku fokus yang ditunjukkan anak seperti memperhatikan instruksi guru, mengikuti kegiatan pembelajaran, dan tidak mudah terdistraksi. Observasi dilakukan secara berulang untuk memperoleh data yang konsisten dan mendalam.

2. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk menggali informasi lebih mendalam mengenai penerapan gerakan *Brain Gym* dan dampaknya terhadap fokus anak. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur kepada guru kelas sebagai informan utama. Pertanyaan wawancara berfokus pada pelaksanaan *Brain Gym*, pengalaman guru selama menerapkan kegiatan tersebut, respon dan perubahan perilaku fokus anak, serta kendala yang dihadapi selama pelaksanaan. Wawancara ini bertujuan untuk melengkapi dan memperkuat data hasil observasi.

3. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat hasil observasi dan wawancara.

Teknik dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan berbagai dokumen yang relevan, seperti foto kegiatan penerapan *Brain Gym*, jadwal pembelajaran, RPPH, catatan perkembangan anak, serta profil sekolah. Data dokumentasi berfungsi sebagai bukti autentik pelaksanaan penelitian dan membantu peneliti dalam memahami konteks penelitian secara lebih utuh.

F. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kualitatif deskriptif, berlangsung sejak sebelum peneliti memasuki lapangan, selama proses pengumpulan data, hingga setelah data terkumpul. Analisis data bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai penerapan gerakan *Brain Gym* dalam melatih fokus anak usia 4–5 tahun di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada model Miles dan Huberman, yang meliputi tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi, dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, dan pengabstrakan data kasar yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pada tahap ini, peneliti menyeleksi data yang relevan dengan fokus penelitian,

yaitu penerapan gerakan *Brain Gym* dan perilaku fokus anak usia 4–5 tahun. Data yang tidak berkaitan dengan tujuan penelitian disisihkan, sementara data penting dikategorikan berdasarkan tema-tema tertentu.

2. Penyajian Data

Penyajian data dilakukan dengan menyusun data yang telah direduksi ke dalam bentuk narasi deskriptif, tabel, atau matriks sehingga mudah dipahami. Penyajian data ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai proses pelaksanaan *Brain Gym*, respon anak, serta perubahan perilaku fokus anak selama kegiatan pembelajaran berlangsung.

3. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Penarikan kesimpulan dilakukan berdasarkan hasil analisis data yang telah disajikan. Kesimpulan bersifat sementara dan akan terus diverifikasi selama proses penelitian berlangsung dengan cara membandingkan data dari berbagai sumber dan teknik pengumpulan data. Tahap ini bertujuan untuk memperoleh kesimpulan yang valid dan dapat dipertanggung jawabkan mengenai penerapan gerakan *Brain Gym* dalam melatih fokus anak usia 4–5 tahun di TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu.

G. Pengecekan Keabsahan Data

Pengecekan keabsahan data dalam penelitian kualitatif bertujuan untuk menjamin bahwa data dan hasil penelitian

memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Dalam penelitian ini, pengecekan keabsahan data dilakukan melalui empat kriteria, yaitu kredibilitas, transferabilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas, dengan uraian sebagai berikut:

1. Kredibilitas

Kredibilitas berkaitan dengan tingkat kepercayaan terhadap kebenaran data penelitian. Untuk meningkatkan kredibilitas data, peneliti melakukan pengamatan secara terus-menerus dan berulang terhadap penerapan gerakan *Brain Gym* serta perilaku fokus anak selama proses pembelajaran. Selain itu, peneliti juga menggunakan teknik triangulasi, yaitu membandingkan data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Langkah ini dilakukan untuk memastikan konsistensi dan keakuratan data yang diperoleh dari berbagai sumber.

2. Transferabilitas

Transferabilitas berkaitan dengan sejauh mana hasil penelitian dapat diterapkan atau digunakan pada konteks lain yang memiliki karakteristik serupa. Dalam penelitian ini, transferabilitas dijaga dengan cara memberikan deskripsi yang rinci, jelas, dan sistematis mengenai latar penelitian, subjek penelitian, proses penerapan *Brain Gym*, serta kondisi pembelajaran di TK Aisyiyah IX Kota

Bengkulu. Dengan deskripsi yang mendalam, pembaca dapat menilai kemungkinan penerapan hasil penelitian pada konteks pendidikan anak usia dini yang lain.

3. Dependabilitas

Dependabilitas berkaitan dengan konsistensi dan keandalan proses penelitian. Untuk menjamin dependabilitas, peneliti menyusun dan melaksanakan prosedur penelitian secara terencana dan terdokumentasi dengan baik, mulai dari tahap perencanaan, pengumpulan data, hingga analisis data. Selain itu, peneliti juga melakukan pencatatan secara sistematis terhadap seluruh proses penelitian sehingga dapat dilakukan penelusuran ulang apabila diperlukan.

4. Konfirmabilitas

Konfirmabilitas berkaitan dengan objektivitas hasil penelitian, yaitu sejauh mana temuan penelitian benar-benar didasarkan pada data yang diperoleh, bukan pada subjektivitas peneliti. Dalam penelitian ini, konfirmabilitas dijaga dengan cara menyimpan dan mendokumentasikan seluruh data penelitian, seperti catatan observasi, hasil wawancara, dan dokumentasi pendukung. Data tersebut dapat digunakan sebagai bukti untuk mengonfirmasi temuan penelitian sehingga hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

H. Tahap-Tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian dalam penelitian kualitatif ini disusun secara sistematis agar pelaksanaan penelitian berjalan terarah dan sesuai dengan tujuan penelitian. (Suharsimi, 2020). Tahapan penelitian meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap penyelesaian, dengan uraian sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti melakukan beberapa kegiatan awal, yaitu menyusun proposal penelitian sesuai dengan fokus penelitian tentang penerapan gerakan *Brain Gym* untuk melatih fokus anak usia 4–5 tahun. Selanjutnya, peneliti mengurus perizinan penelitian ke instansi terkait, khususnya ke TK Aisyiyah IX Kota Bengkulu. Selain itu, peneliti juga menyiapkan pedoman observasi dan pedoman wawancara yang akan digunakan sebagai instrumen penelitian, serta melakukan studi pendahuluan untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi pembelajaran dan tingkat

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Tahap pelaksanaan merupakan tahap inti penelitian. Pada tahap ini, peneliti terlibat secara langsung dalam kegiatan pembelajaran di kelas sebagai pengamat. Peneliti melakukan observasi terhadap proses penerapan gerakan *Brain Gym* dan perilaku fokus anak usia 4–5 tahun selama

kegiatan berlangsung. Selain observasi, peneliti juga melakukan wawancara dengan guru kelas dan pihak terkait untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai pelaksanaan *Brain Gym*, respon anak, serta kendala yang dihadapi. Seluruh kegiatan penelitian didukung dengan dokumentasi berupa foto, catatan lapangan, dan arsip pendukung lainnya.

3. Tahap Penyelesaian

Pada tahap penyelesaian, peneliti melakukan pengolahan dan analisis data yang telah dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dianalisis secara kualitatif dengan cara mereduksi data, menyajikan data, dan menarik kesimpulan. Selanjutnya, peneliti menyusun laporan hasil penelitian secara sistematis sesuai dengan pedoman penulisan karya ilmiah. Tahap ini diakhiri dengan penarikan kesimpulan dan pemberian saran berdasarkan temuan penelitian.

4. Penyusunan laporan penelitian

Pada tahap ini, peneliti mengolah dan menganalisis data secara mendalam, kemudian menyusun hasil penelitian dalam bentuk laporan ilmiah. Peneliti menarik kesimpulan berdasarkan temuan di lapangan serta menyusun saran yang relevan dengan hasil penelitian. Tahap ini merupakan tahap akhir yang bertujuan untuk

menyajikan hasil penelitian secara sistematis dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademik.

