

## **- Perancangan Buku Interaktif Brain Gym Untuk Mencegah Rentang Perhatian Pendek Pada Anak Usia 4-6**

Yasmin Firda Safira 1<sup>a,1,\*</sup>, Aninditya Dariar, S.Sn, M.Sn. 2<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Desain Komunikasi Visual, Universitas Pembangunan Negeri "Veteran" Jawa Timur  
<sup>b</sup>Desain Komunikasi Visual, Universitas Pembangunan Negeri "Veteran" Jawa Timur

<sup>1</sup> yasminhwang17@gmail.com  
<sup>\*</sup> Corresponding Author

### **Abstrak**

Rentang perhatian yang singkat pada anak usia dini merupakan permasalahan yang semakin sering dijumpai, terutama akibat penggunaan perangkat digital yang berlebihan. Kondisi ini berdampak langsung pada penurunan kemampuan belajar dan fokus anak. Brain Gym hadir sebagai solusi alternatif, berupa latihan fisik sederhana yang dapat merangsang kerja otak. Penelitian ini bertujuan untuk merancang media pembelajaran berupa buku interaktif dengan pendekatan Brain Gym yang menyasar anak usia 4–6 tahun. Metode penelitian yang digunakan adalah Research and Development (R&D) dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan kuesioner. Produk akhir berupa buku interaktif ini diharapkan mampu membantu orang tua dan guru dalam meningkatkan fokus serta keterampilan motorik anak secara menyenangkan.

### **1. Pendahuluan**

Pendahuluan Rentang Rentang perhatian mengacu pada seberapa lama seseorang mampu memusatkan perhatian pada suatu aktivitas atau objek tertentu. Pada anak usia dini, kemampuan ini belum optimal karena perkembangan fungsi kognitif mereka masih berlangsung. Khoirul (2017) menyatakan bahwa anak berusia 4–5 tahun rata-rata hanya dapat berkonsentrasi selama 12–14 menit. Dalam konteks ini, penting bagi orang tua dan pendidik untuk mencari metode yang efektif guna meningkatkan durasi dan kualitas perhatian anak.

Salah satu faktor eksternal yang berkontribusi terhadap menurunnya konsentrasi anak adalah penggunaan gadget secara intensif. Penelitian Trawick-Smith (2018) menunjukkan bahwa paparan visual dan auditori berlebihan dari perangkat digital dapat mengganggu perkembangan atensi dan respons motorik anak. Hasil kuesioner di TK KB Berlian Sedati menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah menggunakan gadget selama 3–4 jam setiap hari, dengan 45% di antaranya mengalami penurunan fokus. Hal ini diperkuat oleh pernyataan guru setempat yang menyebutkan bahwa anak menjadi lebih sulit berkonsentrasi selama kegiatan belajar mengajar.

Sebagai alternatif, metode Brain Gym diperkenalkan oleh Paul E. Dennison. Metode ini terdiri dari gerakan sederhana namun terstruktur yang dirancang untuk mengoptimalkan kinerja otak dan tubuh secara simultan. Penelitian Hikmawati (2022) mengungkapkan bahwa implementasi Brain Gym di lingkungan pendidikan anak usia dini dapat meningkatkan kemampuan menyimak secara signifikan. Studi lain oleh Heni (2021) juga memperlihatkan peningkatan konsentrasi yang nyata setelah anak melakukan aktivitas Brain Gym.

Namun, pemahaman masyarakat terhadap Brain Gym masih terbatas, dan media yang tersedia untuk mempraktikkannya belum cukup variatif dan menarik, terutama untuk anak-anak. Berdasarkan wawancara dengan instruktur Brain Gym Indonesia, disimpulkan bahwa masih diperlukan media pembelajaran yang dapat memperkenalkan gerakan ini dalam bentuk yang interaktif dan mudah dipahami. Melalui penelitian ini, penulis berupaya merancang buku interaktif sebagai media edukatif yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga mampu mengatasi masalah rentang perhatian pendek pada anak usia dini. Buku ini diharapkan menjadi solusi yang efektif dan aplikatif bagi guru maupun orang tua dalam mendukung proses pembelajaran anak.

#### **1.1 Kajian Teoritis**

<https://ardvis.upnjatim.ac.id/>

### **Progress Artikel**

Dikirim 2025-06-10

Revisi 2025-01-10

Diterima 2025-02-10

### **Kata Kunci**

Brain Gym  
Buku Interaktif  
Rentang Perhatian Pendek  
Anak Usia Dini

Penulisan Desain Kajian teoretis dalam penelitian ini mencakup tiga elemen utama yang saling berkaitan, yaitu konsep Brain Gym, efektivitas media interaktif, dan karakteristik buku anak usia dini. Ketiganya menjadi dasar pijakan dalam merancang media edukatif yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi anak usia 4–6 tahun. Pertama, Brain Gym adalah metode pembelajaran yang mengintegrasikan gerakan tubuh dengan aktivitas otak untuk meningkatkan fungsi kognitif. Diperkenalkan oleh Paul dan Gail Dennison dalam program Educational Kinesiology (Edu-K), Brain Gym terdiri dari serangkaian latihan sederhana seperti Cross Crawl, Lazy 8s, Double Doodle, dan Alphabet 8s. Gerakan ini bertujuan untuk merangsang kerja sama antara otak kiri dan kanan sehingga mampu memperkuat fokus, koordinasi, dan daya ingat. Implementasi metode ini telah terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan konsentrasi pada anak, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian Hikmawati (2022) dan Heni (2021).

Kedua, media interaktif sebagai sarana belajar memiliki keunggulan dalam menciptakan keterlibatan aktif peserta didik. Menurut Nur Annisa et al. (2018), media interaktif memungkinkan anak berinteraksi langsung dengan konten pembelajaran, sehingga meningkatkan motivasi dan pemahaman. Dalam konteks anak usia dini, interaksi ini dapat berupa aktivitas fisik, visual menarik, maupun respon terhadap cerita dan ilustrasi. Oleh karena itu, menggabungkan Brain Gym dengan media interaktif memberikan peluang besar dalam menciptakan pengalaman belajar yang efektif dan menyenangkan.

Ketiga, penyesuaian terhadap karakteristik buku anak usia dini menjadi hal penting dalam perancangan media. Berdasarkan klasifikasi Ikatan Penerbit Indonesia (IKAPI), anak usia 4–6 tahun berada pada jenjang A, yang membutuhkan bimbingan orang dewasa dalam memahami isi buku. Buku untuk kelompok ini harus menggunakan warna cerah, ilustrasi menarik, bahasa yang sederhana, serta penyusunan konten yang tidak terlalu padat. Hal ini dimaksudkan agar anak mampu memahami pesan secara visual dan verbal dengan lebih mudah.

Selain itu, kajian lain seperti yang disampaikan oleh Surutan (2020) dan NurmalaSari et al. (2022), menunjukkan bahwa aktivitas motorik kasar secara signifikan berkorelasi dengan peningkatan kemampuan konsentrasi. Dengan demikian, jika gerakan Brain Gym dimasukkan ke dalam buku interaktif yang dirancang sesuai dengan karakteristik anak, maka media ini tidak hanya efektif secara edukatif tetapi juga mampu mengatasi permasalahan rentang perhatian pendek secara holistik. Keseluruhan teori ini menjadi fondasi dalam merancang buku interaktif Brain Gym yang tidak hanya edukatif secara konten, tetapi juga relevan secara psikologis dan visual terhadap kebutuhan anak usia dini.

## 2. Metode Penelitian

Metode Penelitian ini mengadopsi pendekatan *Research and Development* (R&D) yang dipadukan dengan metode kualitatif. Pendekatan ini dipilih untuk mengembangkan sebuah produk edukatif, yaitu buku interaktif berbasis metode *Brain Gym*, yang dirancang khusus untuk anak usia dini, yakni kelompok usia 4 hingga 6 tahun. Seluruh proses pengumpulan data dilakukan secara sistematis untuk menggali kebutuhan nyata dari pengguna akhir.

Teknik pengumpulan data mencakup wawancara mendalam dengan pendidik di tingkat taman kanak-kanak serta seorang psikolog anak, dengan tujuan memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai permasalahan rentang perhatian yang dihadapi anak-anak dalam kegiatan belajar mengajar sehari-hari. Selain itu, dilakukan observasi langsung di lingkungan TK KB Berlian Sedati guna mengamati perilaku anak secara natural dalam situasi pembelajaran.

Untuk melengkapi data kualitatif, disebarluaskan kuesioner kepada para orang tua murid guna mengetahui pola kebiasaan penggunaan perangkat digital oleh anak, serta tanggapan mereka terhadap alternatif solusi seperti *Brain Gym*. Semua data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik deskriptif kualitatif dengan pendekatan *5W+1H* (What, Who, When, Where, Why, dan How), guna merumuskan kebutuhan, konteks, dan arah perancangan yang tepat.

Hasil analisis tersebut menjadi acuan dalam merancang unsur-unsur penting buku, mulai dari desain karakter, konten gerakan fisik yang sesuai usia, hingga tampilan visual yang menarik dan komunikatif. Setelah desain awal disusun, dilakukan validasi oleh para ahli di bidang desain komunikasi visual dan psikologi anak. Selanjutnya, dilakukan uji coba terbatas kepada anak-anak

sebagai pengguna akhir, untuk menilai sejauh mana efektivitas buku dalam meningkatkan perhatian dan keterlibatan mereka dalam kegiatan belajar.

### 3. Hasil dan Diskusi

Bagian ini mengulas secara terperinci setiap langkah dalam proses perancangan buku interaktif berbasis Brain Gym, yang dirancang secara sistematis guna menjawab tantangan tentang perhatian pendek pada anak usia 4–6 tahun. Seluruh proses perancangan dilakukan dengan mempertimbangkan prinsip-prinsip desain komunikasi visual serta aspek perkembangan psikologis anak. Dengan demikian, perancangan media ini tidak hanya berorientasi pada estetika visual, tetapi juga fungsionalitas dan kebermanfaatan dalam konteks pendidikan anak usia dini.

#### 1. Identifikasi Masalah dan Pengumpulan Data

Wawancara Peneliti melakukan wawancara dengan guru di TK KB Berlian Sedati untuk menggali informasi mengenai permasalahan pembelajaran di kelas. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa anak-anak mengalami penurunan konsentrasi saat proses belajar berlangsung. Kondisi ini diperkuat dengan observasi langsung di lapangan, yang menunjukkan bahwa sebagian anak kesulitan fokus dan lebih tertarik pada gadget daripada mengikuti kegiatan belajar di kelas. Peneliti juga melakukan wawancara dengan seorang psikolog anak untuk memperoleh validasi dari sisi psikologis terkait urgensi masalah tersebut. Psikolog menegaskan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan pada usia dini dapat menghambat perkembangan fokus dan motorik anak.

Data kuesioner yang diperoleh dari orang tua murid menunjukkan bahwa sebanyak 47% anak mengalami penurunan konsentrasi yang dapat mempengaruhi kemampuan belajar. Sebanyak 57% orang tua menyadari bahaya penggunaan gadget pada anak, dan 97% anak telah atau bisa menggunakan gadget. Mayoritas anak diketahui menghabiskan waktu sekitar 3–4 jam per hari untuk bermain gadget. Menariknya, sebanyak 82% orang tua belum mengetahui tentang metode Brain Gym, namun 82,9% menyatakan tertarik untuk mencoba metode ini sebagai alternatif kegiatan anak di luar penggunaan gadget. Selain itu, anak-anak menunjukkan preferensi terhadap buku bergambar menarik (80%) dan karakter fabel atau hewan (42%), yang mendasari pemilihan karakter utama dalam buku ini.

#### 2. Analisis Kebutuhan dan Konsep Desain Buku

Berdasarkan hasil pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan penyebaran kuesioner, proses penyusunan konsep desain dimulai dengan melakukan analisis mendalam terhadap kebutuhan dan preferensi pengguna. Dari analisis tersebut, dirumuskan berbagai alternatif pendekatan baik dari sisi visual maupun naratif. Tahapan ini dilanjutkan dengan sesi *brainstorming* untuk mengeksplorasi ide visual, termasuk pembuatan sketsa karakter, penentuan alur cerita, dan pemilihan skema warna yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini.

Setelah konsep awal terbentuk, peneliti mengembangkan *storyboard* sebagai kerangka urutan halaman dan aktivitas yang akan dimuat dalam buku. Proses ini berperan penting dalam mengatur alur interaksi dan pengalaman pengguna. Selanjutnya, dibuat versi *draft digital* menggunakan perangkat lunak desain grafis, yang kemudian diuji coba secara internal oleh dosen pembimbing dan pakar desain komunikasi visual. Umpulan balik dari pihak-pihak tersebut menjadi dasar untuk melakukan penyempurnaan sebelum produk akhir diselesaikan.

#### 3. Hasil Perancangan Buku Interaktif

Produk yang dihasilkan dari penelitian ini berupa buku interaktif berjudul “Aku Si Hebat Berkonsentrasi”. Pemilihan judul tersebut tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga mencerminkan pendekatan edukatif yang diterapkan, yakni mengajarkan konsentrasi melalui cerita petualangan. Buku ini menampilkan dua tokoh utama, Linlin dan Pampam, yang dirancang dengan karakter visual yang ekspresif dan penggunaan warna-warna cerah untuk menarik perhatian anak-anak usia dini.

Linlin digambarkan sebagai karakter yang enerjik, ceria, dan penuh semangat dalam mendorong anak untuk aktif bergerak, sedangkan Pampam hadir sebagai sosok yang tenang, lembut, dan

memberikan keseimbangan emosional. Kedua tokoh ini merepresentasikan keseimbangan antara stimulasi fisik dan ketenangan psikologis yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak. Buku ini terbagi dalam lima bagian utama yang memadukan narasi, aktivitas gerakan fisik, serta refleksi sederhana yang dikemas secara visual menarik dan relevan dengan preferensi anak-anak pada usia tersebut.



Gambar 1. Cover Buku  
(Sumber: Data Pribadi, 2025)

Struktur isi buku dirancang menjadi beberapa bab yang menggabungkan pendekatan naratif dengan aktivitas fisik. Setiap bab disusun secara sistematis untuk memadukan cerita yang menarik dengan latihan-latihan motorik yang dirancang sesuai dengan perkembangan anak usia dini. Pada bab pertama yang berjudul "Persiapan Sekolah", karakter Linlin mengajak anak-anak memulai hari dengan kegiatan sederhana seperti minum air putih, melakukan gerakan kait rileks, sakelar otak, dan gerakan silang. Aktivitas-aktivitas ini bertujuan untuk mempersiapkan kondisi tubuh dan pikiran anak agar lebih siap dalam menjalani proses pembelajaran di sekolah dengan konsentrasi yang lebih baik.



Gambar 2. Isi Buku Bab 1  
(Sumber: Data Pribadi, 2025)

Bab kedua dalam buku ini berfokus pada tema "Konsentrasi dalam Belajar", yang menggambarkan dinamika umum yang sering terjadi pada anak-anak usia dini khususnya ketika mereka mulai kehilangan minat dalam kegiatan belajar dan lebih tertarik pada perangkat digital. Dalam cerita, tokoh Pampam ditampilkan mengalami penurunan konsentrasi akibat ketertarikannya pada gadget. Situasi ini menjadi titik awal munculnya intervensi karakter Linlin yang hadir memberikan solusi melalui pendekatan fisik.

Linlin mengarahkan Pampam untuk melakukan serangkaian latihan gerak yang bertujuan mengaktifkan kembali energi dan fokusnya. Latihan-latihan tersebut mencakup gerakan pompa betis,

sikap pasang kuda-kuda, luncuran gravitasi, hingga teknik mengisi energi. Seluruh aktivitas ini dirancang secara khusus untuk merangsang kesiapan tubuh dan meningkatkan keterjagaan mental anak dalam menghadapi sesi pembelajaran. Dengan pendekatan naratif yang ringan dan ilustratif, bagian ini tidak hanya menyampaikan pesan edukatif, tetapi juga mendorong anak untuk mengenali pentingnya menjaga konsentrasi dalam belajar melalui aktivitas menyenangkan yang dapat dilakukan secara mandiri maupun bersama pendamping.



Gambar 3. Isi Buku Bab 2  
(Sumber: Data Pribadi, 2025)

Pada Bab ketiga dari buku ini mengusung tema "Konsentrasi dan Mengatasi Gugup", dengan fokus utama pada kondisi emosional anak ketika menghadapi tantangan dalam proses belajar. Dalam cerita, Pampam digambarkan mengalami kecemasan saat diberi tugas menulis. Situasi ini mencerminkan realitas yang kerap dialami anak usia dini, di mana tekanan untuk menyelesaikan tugas dapat memicu rasa tidak percaya diri dan gangguan konsentrasi. Karakter Pampam menjadi representasi anak-anak yang membutuhkan dukungan emosional dalam mengatasi rasa gugup saat belajar.

Sebagai upaya membantu, Linlin hadir menawarkan serangkaian latihan Brain Gym yang dirancang untuk meredakan ketegangan dan meningkatkan ketenangan. Aktivitas yang dilakukan mencakup titik seimbang, kait rileks, dan pasang telinga—gerakan yang terbukti secara teoritis dapat menstimulasi koordinasi otak dan tubuh serta menumbuhkan rasa percaya diri. Melalui pendekatan naratif dan visual yang menyenangkan, bagian ini mengajarkan anak untuk mengenali kondisi emosinya dan menanggapi secara positif melalui gerakan sederhana yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 4. Isi Buku Bab 3  
(Sumber: Data Pribadi, 2025)

Bagian Bab keempat dalam buku ini berjudul "Konsentrasi dalam Menulis", yang secara khusus dirancang untuk melatih keterampilan koordinasi antara motorik halus dan kemampuan kognitif

anak. Fokus utama pada bagian ini adalah membangun hubungan yang kuat antara aktivitas visual dan gerakan tangan melalui latihan-latihan yang menyenangkan. Beberapa aktivitas yang diperkenalkan antara lain double doodle, simbol alfa-beta, serta latihan membuat pola garis. Gerakan-gerakan ini dipilih karena memiliki manfaat dalam meningkatkan ketepatan gerak, fokus visual, dan koordinasi otak-tangan, yang semuanya sangat penting dalam proses belajar menulis.

Desain visual pada setiap halaman disusun dengan cermat untuk menyesuaikan preferensi estetika anak-anak usia dini. Penggunaan warna-warna cerah, ilustrasi yang ramah anak, serta instruksi visual yang jelas bertujuan untuk membangkitkan rasa ingin tahu dan minat belajar. Dengan memadukan pendekatan motorik dan visual, bagian ini tidak hanya membantu anak mengembangkan keterampilan menulis, tetapi juga memperkuat kemampuan konsentrasi melalui metode yang menyenangkan dan interaktif.



Gambar 5. Isi Buku Bab 4  
(Sumber: Data Pribadi, 2025)

Seluruh halaman dalam buku ini dirancang agar fleksibel digunakan, baik oleh anak secara mandiri maupun dengan bantuan pendamping seperti orang tua atau guru. Struktur aktivitas dan instruksi visual disusun dengan pendekatan yang mudah dipahami, memungkinkan anak menjalankan setiap tugas dengan tingkat kemandirian yang disesuaikan dengan usianya. Pendampingan tetap dianjurkan untuk memberikan arahan tambahan dan memperkuat interaksi emosional selama proses belajar berlangsung.

Dari sisi estetika, buku ini memanfaatkan palet warna cerah seperti biru, merah, dan kuning sebagai warna dominan. Warna-warna ini dipilih karena memiliki asosiasi psikologis yang positif, yaitu menumbuhkan perasaan senang, meningkatkan semangat, serta mendorong keterlibatan aktif anak dalam kegiatan. Ilustrasi dibuat dengan gaya ekspresif dan naratif untuk menciptakan keterhubungan emosional antara anak dan konten pembelajaran, sehingga proses belajar terasa lebih hidup dan menyenangkan.

#### 4. Validasi Preferensi Anak dan Desain Visual

Validasi Proses validasi terhadap desain buku dilakukan dengan melibatkan preferensi visual anak-anak sebagai pengguna utama. Salah satu fokus utama adalah pengujian karakter utama dalam buku, yakni Linlin dan Pampam. Berdasarkan hasil observasi dan pemilihan oleh anak-anak TK Tunas Mekar, karakter kelinci dan panda merah dipilih karena memiliki bentuk yang lucu, ekspresif, dan mudah dikenali. Pemilihan ini menunjukkan pentingnya kesesuaian desain karakter dengan imajinasi dan dunia visual anak-anak untuk menciptakan keterikatan yang kuat dengan konten.

Anak-anak menunjukkan ketertarikan tinggi terhadap ilustrasi yang menggunakan warna-warna pastel cerah dan gambar yang menyerupai gaya kartun hewan ala Disney. Hal ini menjadi dasar dalam pengambilan keputusan estetika desain agar mampu menarik perhatian dan mempertahankan konsentrasi anak usia 4–6 tahun. Tidak hanya visual, elemen layout dan tipografi juga dirancang agar mudah dibaca dan diikuti oleh anak-anak, serta mendorong interaksi aktif selama penggunaan buku. Dengan demikian, buku ini tidak hanya menarik secara visual tetapi juga fungsional dalam mendukung proses belajar yang menyenangkan.

## 5. Evaluasi Ahli dan Penyempurnaan Desain

Evaluasi ahli desain komunikasi visual mengemukakan perlunya penyederhanaan pada tata letak di beberapa halaman buku agar tidak terlalu padat dan tetap menjaga titik fokus visual anak. Penyesuaian ini penting untuk memastikan bahwa setiap elemen visual tetap mudah diakses dan tidak membungkungkan. Di sisi lain, penilaian dari seorang psikolog anak menyatakan bahwa seluruh rangkaian aktivitas yang disusun dalam buku ini telah sesuai dengan tahap perkembangan kognitif dan kemampuan motorik anak usia 4 hingga 6 tahun. Masukan dari kedua ahli tersebut dijadikan dasar dalam proses revisi dan penyempurnaan buku sebelum dipublikasikan dalam bentuk final.

Secara keseluruhan, hasil akhir menunjukkan bahwa buku interaktif ini mampu menjawab kebutuhan edukatif dan estetika anak usia dini. Selain mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan belajar, buku ini juga berperan sebagai solusi praktis untuk mengatasi masalah rentang perhatian pendek yang kerap disebabkan oleh paparan gadget berlebihan. Dengan pendekatan yang menyenangkan dan interaktif, buku ini berhasil menghadirkan media pembelajaran yang efektif dan relevan bagi perkembangan anak di masa kini.

## 4. Penutup

Kesimpulan Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa buku “Aku Si Hebat Berkonsentrasi” terbukti mampu menjadi media pembelajaran yang efektif bagi anak usia dini. Buku ini berhasil mengintegrasikan gerakan fisik dan media visual untuk meningkatkan fokus dan konsentrasi anak. Proses penyusunan dilakukan secara sistematis dan mempertimbangkan kebutuhan pengguna secara menyeluruh, baik dari aspek konten, visual, hingga psikologis. Keberhasilan ini didukung oleh respons positif dari siswa, guru, dan orang tua.

Disarankan agar penelitian selanjutnya melibatkan sampel yang lebih luas dari berbagai latar belakang untuk memperkuat validitas hasil. Selain itu, pengembangan buku ke dalam format digital dinilai penting agar aksesibilitasnya lebih luas dan relevan dengan perkembangan zaman. Penyesuaian isi buku dengan tema lain seperti kecerdasan emosional atau sosial juga dapat menjadi pengembangan lanjutan yang bermanfaat.

### 1. Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan apresiasi kepada lembaga TK KB Berlian Sedati atas kerja sama dan dukungan yang diberikan selama kegiatan penelitian berlangsung. Penghargaan juga ditujukan kepada dosen pembimbing dan para ahli yang telah memberikan masukan konstruktif dalam proses pengembangan desain media. Selain itu, penulis juga berterima kasih kepada seluruh orang tua dan anak-anak yang telah bersedia berpartisipasi dalam uji coba terbatas, sehingga pelaksanaan penelitian ini dapat berjalan secara optimal dan terarah.

### 2. Daftar Pustaka

- Budiyanto, C. (2019). Desain Komunikasi Visual untuk Anak Usia Dini. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dennison, P. E., & Dennison, G. E. (2005). Brain Gym: Simple Activities for Whole Brain Learning. Ventura, CA:
- Edu-Kinesthetics, Inc. Hurlock, E. B. (2003). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta:
- Erlangga.Sanjaya, W. (2010). Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan. Jakarta: Kencana.
- Suyadi. (2013). Psikologi Pendidikan Anak Usia Dini. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Widodo, J. (2014). Desain Buku Anak: Panduan Visual dan Naratif. Bandung: Informatika.
- Hikmawati, E. (2022). Penerapan Brain Gym untuk meningkatkan kemampuan menyimak anak usia dini. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini.
- Heni. (2021). Pengaruh aktivitas Brain Gym terhadap konsentrasi belajar. Jurnal Pendidikan.

- Khoirul, A. (2017). Rentang perhatian anak usia 4–5 tahun: Studi konsentrasi. *Jurnal Psikologi*.
- Pratiwi, D., et al. (2022). Hubungan penggunaan gadget dan perkembangan konsentrasi anak. *Journal of Early Childhood Development*.
- Surutan, D. (2020). Efektivitas Brain Gym dalam peningkatan konsentrasi. *Jurnal Kesehatan Mental Anak*. Trawick-Smith, J.
- (2018). Dampak penggunaan gadget terhadap perhatian anak. *Early Childhood & Technology Journal*.
- Nur Annisa, dkk. (2018). Media interaktif dalam pembelajaran anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Interaktif*.

Submission Address : <https://ardvis.upnjatim.ac.id/index.php/ardvis/about/submissions>