

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Masalah yang sering terjadi pada anak usia sekolah dasar yaitu masalah konsentrasi salah satu alasan mengapa anak sulit berkonsentrasi saat belajar adalah karena ia tidak tertarik atau tidak suka dengan materi yang dipelajari serta metode yang digunakan (Gunawan, 2015). Masalah konsentrasi juga disebabkan oleh kurangnya minat siswa terhadap mata pelajaran yang dipelajari, terganggu oleh keadaan lingkungan (bising, keadaan yang semrawut, cuaca buruk dan lain-lain) (Muhith, 2015). Konsentrasi siswa pada usia sekolah dasar menjadi lebih selektif, beradaptasi, dan terencana (Berk, 2012). Pendidikan berkualitas tinggi disekolah dasar sangat menentukan perkembangan kognitif serta konsentrasi anak. Pendidikan yang baik dapat diukur melalui ukuran kelas, lingkungan fisik, kurikulum, aktifitas harian dan interaksi guru dan siswa.

Apabila mengacu pada kualitas ini secara gamblang dapat dilihat di Indonesia bahwa sebagian besar Sekolah Dasar yang memenuhi kriteria tersebut adalah Sekolah Dasar Swasta. Sekolah Dasar Negeri umumnya memiliki ukuran kelas besar yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar anak (Berk, 2012). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar ada dua yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi psikologis dan fisiologis sedangkan faktor eksternal meliputi keadaan sosial dan non sosial. Yang termasuk kedalam faktor internal diantaranya kebiasaan sarapan, kualitas tidur dan dukungan orang tua (Almatsier, 2014).

Masa usia sekolah dasar terbagi atas siswa kelas rendah (Kelas 1, 2, dan 3 ) dan siswa kelas tinggi (Kelas 4, 5, dan 6 ). Masa ini ditandai anak mulai memasuki bangku sekolah dasar, dan dimulai sejarah baru yaitu masa pengenalan lingkungan sosial yang lebih luas (Sudarmawan, 2013). Anak Sekolah Dasar adalah anak berusia 7-12 tahun yang merupakan masa-masa pertumbuhan paling pesat kedua setelah masa balita. Anak sudah lebih aktif memilih makanan yang disukai atau disebut konsumen aktif. Kebutuhan energi lebih besar karena mereka lebih banyak melakukan aktifitas fisik, misalnya olahraga, bermain, atau membantu orang tua (Istiany dkk, 2013).

Konsentrasi belajar siswa menurun disebabkan karena sering melewati sarapan, hal ini sejalan dengan penelitian di Semarang yang menyebutkan rendahnya kesadaran tentang pentingnya sarapan di SD Citarum Semarang terdapat 34,83%. Pada penelitian Laksmi (2014) mengenai kebiasaan sarapan siswa di sekolah dasar didapatkan bahwa 46,3% anak selalu sarapan, 41,3% kadang-kadang sarapan dan sisanya 12,4 % tidak pernah sarapan. Padahal asupan makanan terutama sarapan memberikan nilai positif terhadap aktivitas otak, otak menjadi lebih cerdas, peka dan lebih muda untuk berkonsentrasi (Kemenkes RI, 2011).

Selain itu konsentrasi belajar bisa menurun disebabkan oleh kualitas tidur yang tidak baik. Tidur adalah salah satu dari bagian fisiologis, waktu tidur yang singkat pada anak sekolah akan mempengaruhi suasana hati dan mengurangi kinerja di sekolah (Potter & Perry, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian Retna Ningsih (2014) yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar.

Faktor lain yang dapat menyebabkan konsentrasi belajar diantaranya yaitu dukungan orang tua. Hasil penelitian menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna dan signifikan antara dukungan orang tua dengan hasil pembelajaran IPS di kelas VI SD Negeri 68 Kota Bengkulu. (Afriansyah, 2013). Dukungan orang tua merupakan sistem dukungan sosial yang terpenting dimasa anak usia sekolah dibandingkan dengan sistem dukungan sosial lainnya. Dukungan orang tua berhubungan dengan kesuksesan akademis anak, gambaran diri yang positif, percaya diri, motivasi dan kesehatan mental (Julaiha, 2011).

## 1.2 Identifikasi Masalah

Konsentrasi belajar siswa berbeda-beda sesuai dengan perubahan pada tiap individu tergantung pada kemampuan siswa menerima mata pelajaran dan adapun faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar ialah kebiasaan sarapan. Kebiasaan sarapan yang tidak baik dapat mengganggu konsentrasi belajar siswa. Lalu kualitas tidur. Kurangnya waktu tidur siswa dapat mempengaruhi konsentrasi belajar. Adapun faktor lain yang mempengaruhi konsentrasi belajar yaitu dukungan orang tua, dukungan orang tua sangat berperan penting bagi siswa. Karena orang tua dapat mendorong anaknya, memotivasi agar anak tersebut bersemangat dan lebih berkonsentrasi lagi apabila dituntun sama orang tuanya.

## 1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan suatu masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah supaya penelitian tersebut lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Maka dari itu, peneliti hanya membahas apakah ada hubungan antara kebiasaan sarapan, kualitas tidur, dan dukungan orang tua terhadap konsentrasi belajar di SDN Karawaci 13 yang berlokasi di Kota Tangerang.

## 1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka rumusan dari penelitian ini adalah :

Apakah ada hubungan antara kebiasaan sarapan, kualitas tidur, dukungan orangtua dengan konsentrasi belajar siswa di SDN Karawaci 13

## 1.5 Tujuan Penelitian

### 1.1.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara kebiasaan sarapan, kualitas tidur, dan dukungan orang tua terhadap konsentrasi belajar di SDN Karawaci 13 Kota Tangerang.

### 1.1.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik siswa di SDN Karawaci 13
2. Mengidentifikasi kebiasaan sarapan siswa di SDN Karawaci 13
3. Mengidentifikasi kualitas tidur siswa di SDN Karawaci 13
4. Mengidentifikasi dukungan orang tua siswa di SDN Karawaci 13

5. Menganalisis hubungan kebiasaan sarapan dengan konsentrasi belajar di SDN Karawaci 13
6. Menganalisis hubungan kualitas tidur dengan konsentrasi belajar di SDN Karawaci 13
7. Menganalisis hubungan dukungan orang tua dengan konsentrasi belajar di SDN Karawaci 13

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Bagi Peneliti**

Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana ( S1) Gizi di Universitas Esa Unggul Jakarta Barat dan menambah pengetahuan penelitian sebagai media untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama menuntut ilmu dibangku kuliah.

### **1.6.2 Bagi Siswa di SDN Karawaci 13**

Dapat memberikan informasi kepada responden mengenai kebiasaan sarapan, kualitas tidur, dan dukungan orang tua terhadap konsentrasi belajar. Hasil penelitian ini juga dapat memberikan tambahan informasi ilmiah tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar sehingga responden lebih menjaga kesehatan.

### **1.6.3 Bagi Sekolah**

Bagi semua sekolah diIndonesia, salah satunya SDN Karawaci 13 Kota Tangerang. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan terkait hubungan kebiasaan sarapan, kualitas tidur, dan dukungan orang tua, selain itu data ini sebagai tambahan bagi sekolah tentang kondisi kesehatan siswa di SDN Karawaci 13.

## 1.7 Keterbaruan Penelitian

Tabel 1. 1 Keterbaruan Penelitian

No	Nama Peneliti	Tahun	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil
1	Apriyan Pratama, Ahmad Syafiq	2013	Hubungan status gizi, sarapan, asupan gizi sarapan kualitas dan kuantitas tidur malam dengan konsentrasi pada siswa kelas 7 SMP Negeri 239 Jakarta	<i>Cross sectional</i>	Terdapat hubungan antara asupan energi sarapan, asupan protein sarapan, dan asupan fe sarapandengan konsentrasi tidak terdapat hubungan antara status gizi (IMT/U), asupan zn sarapan, kualitas dan kuantitas tidur malam dengan konsentrasi
2	M. Nur setiawan	2015	Hubungan status gizi dengan tingkat konsentrasi siswa (Studi pada siswa SMA Negeri 1 widung kelas XI)	Kuantitatif korelasi	Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi siswa
3	Mohammad Anas	2011	Hubungan kesegaran jasmani, hemoglobin, status gizi, dan makan pagi terhadap prestasi belajar	Survei Analitik <i>cross sectional</i>	Tidak ada hubungan bermakna antara tingkat kesegaran jasmani dan ada hubungan bermakna antara status hemoglobin dan kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar siswa.

4	<i>Karen Wilson james H. Korn</i>	2007	<i>Attention during lectures : beyond ten minutes</i>	<i>Cross sectional</i>	Tidak ada literatur yang mendukung penelitian mengenai perhatian selama belajar sekitar 10-15 menit. Kemungkinan parameter yang valid hanyalah alat yang mendorong guru untuk mengembangkan cara untuk meningkatkan ketertarikan pelajar didalam kelas.
5	Assyifa andani, leva B. akbar, & rika nilapsari	2016	Pengaruh pemberian air putih terhadap tingkat konsentrasi pada remaja laki-laki fakultas kedokteran Universitas islam Bandung	<i>Quasy experimental</i>	Terdapat pengaruh yang signifikan dalam pemberian air putih terhadap tingkat konsentrasi remaja laki-laki.
6	Hanum Aprilia wardoyo, Trias mahmudiono	2013	Hubungan makan pagi dan tingkat konsumsi zat gizi dengan daya konsentrasi siswa Sekolah dasar	<i>Cross sectional</i>	Terdapat hubungan yang signifikan antara makan pagi dan tingkat konsumsi zat gizi dengan daya konsentrasi.
7	Rosita Hayatus Sa'adah, rahmatina B. Herman, & susila satri	2014	Hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar negeri 01 guguk malintang kota padang Panjang	<i>Cross sectional</i>	Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar.

8	Laras Sitoayu, Putri rahayu	2018	Hubungan Asupan vitamin (B6, B12, Asam Folat), Olahraga dan kualitas tidur pada mahasiswa universitas esa unggul	<i>Cross sectional</i>	Ada hubungan yang signifikan antara olahraga, vitamin B6, B12 dengan kualitas tidur, tidak ada hubungan vitamin asam folat dengan kualitas tidur.
9	M. Sri Gajaphaty Sarma, T sivananthawerl	2013	<i>The effects of nutritional status on educational performance of primary school children in the plantation sector in nuwara eliya educational zone</i>	<i>Cross sectional</i>	Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar

Perbedaan Penelitian :

1. Penelitian ini lebih mengarah kepada konsentrasi belajar siswa di SDN Karawaci 13 Kota Tangerang selama masa pandemi COVID 19
2. Penelitian ini merupakan gabungan dari 3 faktor dominan yang mempengaruhi secara langsung yaitu kebiasaan sarapan, kualitas tidur, dengan konsentrasi belajar.
3. Penelitian ini memilih rentang anak usia sekolah dasar.