

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecukupan cairan tubuh dapat memengaruhi performa harian dan fungsi kognitif. Apabila kecukupan cairan tidak terpenuhi akan terjadi penurunan performa yang terlihat dalam penurunan prestasi akademik.^{1,2} Kurangnya masukan cairan sebanyak 2% atau lebih dari kebutuhan cairan harian seseorang akan menurunkan kemampuan fisik, visuomotor, psikomotor, serta kognitif.³

Terdapat beberapa studi sebelumnya yang membahas mengenai hubungan kecukupan cairan dan kognitif. Berdasarkan penelitian Benton tahun 2011, dilakukan intervensi pada suatu kelompok anak sekolah, disebutkan bahwa anak yang diberikan minum mampu mengerjakan soal matematika lebih cepat dibandingkan anak kelompok kontrol.⁴ Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Bar-David dkk. menyebutkan bahwa pada siswa yang mengalami dehidrasi terjadi penurunan fungsi kognitif.⁵ Hal ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan pada anak Sekolah Dasar (SD) di Indonesia pada tahun 2017, ditemukan bahwa terdapat hubungan antara kecukupan cairan dengan daya konsentrasi.⁶ Berbeda dengan penelitian lain yang dilakukan pada anak Sekolah Dasar di Zambia tahun 2016, ditemukan tidak terdapat hubungan signifikan antara status hidrasi dengan fungsi kognitif.⁷

Berdasarkan studi yang dilakukan di Amerika Serikat pada tahun 2015, menyebutkan bahwa sekitar 54,5% populasi anak usia 6-19 tahun tidak cukup terhidrasi.⁸ Berdasarkan survei yang telah dilakukan *Polytechnic and Asian Food Information Centre* menyebutkan bahwa remaja berusia 15-24 tahun sebagian besar belum terpenuhi kebutuhan cairan sesuai anjuran minum delapan gelas per hari.⁹ Selain itu penelitian yang dilakukan oleh THIRST (*The Indonesian Regional Hydration Study*) menyebutkan bahwa masyarakat Indonesia dengan kelompok usia remaja (15-18 tahun) dan dewasa (25-55 tahun) mengalami dehidrasi ringan yaitu sejumlah 46,1%, dengan kelompok usia tertinggi yaitu usia remaja dengan jumlah 49,5%. Prevalensi masyarakat yang mengalami dehidrasi lebih banyak

terjadi pada masyarakat yang bermukim di dataran rendah.¹⁰ Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kusumawardani didapatkan sekitar 60% siswa termasuk kelompok kurang dalam pemenuhan kebutuhan cairan, dan 30% siswa termasuk kelompok cukup.¹

Penelitian yang membahas mengenai status hidrasi sampai saat ini masih sangat terbatas di wilayah Sumatra Barat khususnya daerah Padang. Wilayah Kota Padang adalah kota yang berkawasan pinggir pantai atau dataran rendah dengan suhu udara maksimum yang tercatat pada tahun 2019 adalah 34,5°C.¹¹ Berdasarkan kondisi tersebut semestinya sesuai dengan teori maka kebutuhan cairan individunya lebih tinggi dibandingkan wilayah lain.¹⁰

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Sekolah Alam Ar-Royyan yang berada di Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang, didapatkan bahwa jumlah siswa kelas III, IV, dan V SD sebanyak 435 siswa. Sistem belajar mengajar yang diterapkan di Sekolah Alam Ar-Royyan menggunakan sistem *full day school*. Hal ini menandakan bahwa siswa mengikuti kegiatan pembelajaran dari pagi hingga sore hari. Selain itu, sebagian besar proses pembelajaran yang dilakukan adalah di luar kelas (*outdoor*). Hal ini karena Sekolah Alam Ar-Royyan menjadikan alam sebagai sumber belajar utama. Harapannya agar siswa dapat belajar dari berbagai fenomena-fenomena alam yang terjadi.

Berdasarkan pemaparan di atas terlihat bahwa penting untuk mengetahui status hidrasi serta hubungannya terhadap daya konsentrasi, sehingga peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara status hidrasi terhadap daya konsentrasi siswa di salah satu sekolah yang ada di Kota Padang. Alasan peneliti ingin melakukan penelitian pada siswa SD Sekolah Alam Ar-Royyan adalah karena sistem belajar yang digunakan adalah *full day school* serta pembelajaran yang dilakukan di *outdoor* sehingga kebutuhan cairan harian siswa SD Sekolah Alam Ar-Royyan lebih banyak dibandingkan siswa di sekolah lain. Selain itu, pembelajaran yang dilakukan di *outdoor* yang menjadi titik pembeda dari penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan, maka didapatkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana karakteristik responden (usia dan jenis kelamin) siswa kelas III, IV, dan V SD Sekolah Alam Ar-Royyan?
2. Bagaimana status hidrasi pada siswa kelas III, IV, dan V SD Sekolah Alam Ar-Royyan?
3. Bagaimana derajat konsentrasi pada siswa kelas III, IV, dan V SD Sekolah Alam Ar-Royyan?
4. Bagaimana hubungan status hidrasi terhadap daya konsentrasi siswa Sekolah Alam Ar-Royyan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menjawab permasalahan rumusan masalah yang ada, maka tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara status hidrasi dengan daya konsentrasi anak sekolah dasar alam Ar-Royyan Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi karakteristik responden (usia dan jenis kelamin) siswa kelas III, IV, dan V SD Sekolah Alam Ar-Royyan.
2. Mengetahui distribusi status hidrasi siswa kelas III, IV, dan V SD Sekolah Alam Ar-Royyan.
3. Mengetahui distribusi daya konsentrasi siswa kelas III, IV, dan V SD Sekolah Alam Ar-Royyan.
4. Mengetahui hubungan antara status hidrasi dengan daya konsentrasi siswa Sekolah Alam Ar-Royyan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dasar mengenai hubungan antara status hidrasi dengan daya konsentrasi

1.4.2 Manfaat aplikatif

- a. Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan serta menumbuhkan kesadaran pihak sekolah mengenai pentingnya memenuhi kebutuhan cairan tubuh serta hubungannya dengan daya konsentrasi
- b. Penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai bahan telaah institusi dalam menentukan kebijakan

