

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pemerintah Indonesia saat ini sedang berfokus pada peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dan peningkatan pertumbuhan ekonomi. Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2025-2029 memiliki visi dalam peningkatan kualitas SDM secara merata dan berdaya saing salah satunya melalui penguatan pendidikan, *sains*, teknologi dan digitalisasi.⁽¹⁾ Sumber Daya Manusia (SDM) berfokus pada peningkatan kualitas individu yang dapat berpartisipasi aktif pada berbagai bidang kehidupan, melalui pendidikan yang berkualitas akan menghasilkan SDM yang unggul, baik dalam hal intelektual, spiritual, maupun emosional.⁽²⁾

Kualitas pendidikan Indonesia masih rendah dibandingkan dengan negara berkembang lain.⁽³⁾ Sejak awal partisipasi Indonesia dalam penilaian PISA (*Programme for International Student Assessment*) pada tahun 2000, penilaian PISA terhadap anak-anak di Indonesia selalu konstan berada di level bawah, pada 2018 Indonesia menempati posisi ke-62 dari 70 negara. Laporan terbaru PISA tahun 2022 menunjukkan Indonesia berada pada peringkat ke-68 dari 81 negara, di ASEAN sendiri Indonesia menempati posisi 6 dari 8 negara dengan Filipina dan Kamboja di bawahnya. Meskipun posisinya naik namun terjadi penurunan hasil belajar secara internasional, hasil ini tetap membuat Indonesia harus meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia agar tidak tertinggal oleh negara lain.^(4,5)

Indikator keberhasilan suatu pendidikan formal dapat dilihat dari prestasi belajar siswanya. Keberhasilan belajar dapat diperoleh dari tingkat konsentrasi belajar

pada siswa.⁽⁶⁾ Dalam penelitian Erwiza, dkk 2019 menyebutkan konsentrasi belajar secara langsung mempengaruhi prestasi belajar sebesar 19,5%.⁽⁷⁾ artinya semakin tinggi tingkat konsentrasi maka hasil belajar yang dicapai juga semakin baik.⁽⁶⁾ Berdasarkan penelitian sebelumnya terkait konsentrasi belajar siswa SMP menunjukkan bahwa rata-rata konsentrasi belajar siswa adalah rendah artinya masih banyak siswa yang kesulitan dalam berkonsentrasi selama proses pembelajaran.⁽⁸⁾

Konsentrasi belajar merupakan suatu upaya untuk memusatkan pikiran dan perhatian terhadap suatu hal yang sedang dipelajari tanpa adanya gangguan pada perhatian lain.⁽⁹⁾ Konsentrasi dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain faktor internal mencakup kondisi fisik yang sehat atau jasmaniah,⁽¹⁰⁾ dan rohani termasuk psikologis, kondisi mental⁽¹¹⁾ dan faktor eksternal yang berasal dari luar meliputi faktor keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan belajar seperti suara, pencahayaan, temperatur, dan desain belajar.⁽¹²⁾

Salah satu faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar siswa adalah status gizi. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) prevalensi status gizi remaja usia 13-15 yaitu gizi kurang sebesar 5,7%, gemuk 12,1% dan obesitas 4,1 %.⁽¹³⁾ Masalah gizi pada masa pertumbuhan remaja ini, baik gizi lebih maupun gizi kurang akan berdampak negatif pada tingkat kesehatan remaja tersebut. Keadaan ini dapat mempengaruhi konsentrasi dan kemampuan belajar siswa.⁽¹⁴⁾ kekurangan gizi dapat menghambat pertumbuhan, membuat gagal tumbuh, menyebabkan ukuran otak lebih kecil, mengganggu kematangan dan fungsi biokimia otak.⁽¹⁵⁾ Dalam penelitian Sumarni, dkk (2023) menunjukkan bahwa ada hubungan yang antara status gizi dengan konsentrasi belajar siswa.⁽¹⁶⁾ Namun dalam penelitian Fajar (2020) mengatakan tidak terdapat hubungan antara status gizi dan konsentrasi siswa SMP.⁽¹⁷⁾

Faktor lain yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar adalah anemia. Kekurangan darah membuat siswa sulit dalam berkonsentrasi, rendahnya daya ingat dan rendahnya kemampuan pemecahan masalah. Kadar hemoglobin (Hb) yang rendah akan mempengaruhi distribusi oksigen ke otak, sehingga menghambat fungsi kognitif⁽¹⁸⁾ 16,3% anak usia 5-14 tahun di Indonesia mengalami anemia,⁽¹³⁾ di Sumatera Barat terdapat 29,8% anemia pada wanita.⁽¹⁹⁾ Sementara di Kota Padang berdasarkan Dinas Kesehatan Terdapat 22,63% remaja yang mengalami anemia pada tahun 2023. Berdasarkan penelitian Husna (2024) terdapat hubungan anemia dengan konsentrasi belajar yang menyebabkan rendahnya prestasi belajar.⁽²⁰⁾ Sejalan dengan penelitian Pratiwi 2024 bahwa terdapat hubungan antara anemia dengan kinerja belajar termasuk konsentrasi.⁽²¹⁾ Anemia lebih sering terjadi pada remaja putri dibandingkan remaja putra hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya yang menyebabkan meningkatnya pengeluaran zat besi dan turunnya kadar zat besi di dalam darah.⁽²²⁾

Kesehatan mental adalah kondisi terciptanya keserasian yang baik antara fungsi kejiwaan dan terbentuknya penyesuaian diri antara seorang individu dengan dirinya sendiri. Siswa dengan kesehatan mental yang baik, potensi mereka akan terekspresikan dengan jelas, seimbang, dan berorientasi pada satu tujuan.⁽²³⁾ *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* menyebutkan bahwa satu dari tiga remaja usia 10-17 tahun di Indonesia yaitu 15,5 juta (34,9%) memiliki masalah kesehatan mental dan 1 dari 20 atau 2,45 juta (5,5%) remaja mengalami gangguan mental.⁽²⁴⁾ Sekitar 2,8% remaja perempuan lebih berisiko mengalami depresi dibandingkan remaja laki laki 1,1% hal ini disebabkan oleh perubahan hormonal pada masa pubertas dan faktor lingkungan sosial.⁽²⁵⁾

Berdasarkan Suswati (2023) kelompok usia 14-16 tahun memiliki persentase masalah kesehatan mental yang lebih tinggi yaitu 72,9% dibandingkan dengan kelompok usia 17-19 tahun yaitu 51,2%.⁽²⁶⁾ Studi menunjukkan bahwa 60,17% siswa SMP-SMA di Indonesia dengan usia tertinggi antara 13 dan 15 tahun mengalami masalah mental emosional. Penelitian Malfasari, 2020 mendapatkan hasil bahwa 36,1% remaja dengan rentang usia 12-16 remaja mengalami kondisi mental emosional pada kategori abnormal.^(27,28)

Berdasarkan penelitian Jianwu Zhang 2024 menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara kesehatan mental dengan kinerja akademik siswa termasuk penurunan konsentrasi.⁽²⁹⁾ Sejalan Arianto, dkk (2023) yang menyatakan bahwa semakin rendah nilai gangguan kesehatan mental maka akan semakin tinggi prestasi akademik yang dimiliki siswa termasuk tingkat konsentrasinya artinya terdapat hubungan antara kesehatan mental dan konsentrasi yang berpengaruh kepada prestasi siswa tersebut.⁽³⁰⁾ Ini dibuktikan bahwa sumbangan efektif kesehatan mental terhadap prestasi belajar adalah sebesar 39,94%.⁽³¹⁾

Sejak diterapkannya kebijakan Merdeka Belajar, sistem ranking tidak lagi menjadi fokus dan Ujian Nasional digantikan oleh Asesmen Nasional.⁽³²⁾ Berdasarkan data Asesmen Nasional di Sumatera Barat, kemampuan literasi dan numerasi siswa SMP berada pada kategori sedang.⁽³³⁾ Di Kota Padang, menunjukan hasil pada kategori baik dan hasilnya mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2023.⁽³⁴⁾

Berdasarkan rata-rata ujian akhir Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kota Padang tahun ajaran 2023/2024 yang menggunakan kurikulum merdeka. SMPN 38 Kota Padang termasuk 10 besar sekolah dengan peringkat terbawah yaitu ranking 33 dari 41 SMPN di Kota Padang dengan rerata nilai 57,22 yang masih berada di bawah rerata nilai Kota Padang yaitu 65,88.⁽³⁵⁾

Berdasarkan rekapitulasi penjarangan kesehatan peserta didik oleh Dinas Kesehatan Kota Padang persentase anemia tertinggi pada tingkatan SMP berada di Wilayah Puskesmas Lubuk Kilangan yaitu 53,3%. Sementara untuk persentase status gizi Puskesmas Lubuk Kilangan termasuk peringkat 2 tertinggi untuk masalah status gizi tingkat SMP yaitu 36,1%. Hasil penjarangan kesehatan peserta didik SMP Tahun Ajaran 2023/2024 menunjukkan prevalensi permasalahan gizi di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan meliputi gizi buruk 6,4%, gizi kurang 16,1%, gizi lebih 9,1%, dan obesitas 4,5%. Selanjutnya prevalensi anemia pada remaja putri menunjukkan penderita anemia ringan 26,5%, sedang 26,3% dan berat 0,4%.⁽³⁶⁾ Adapun prevalensi permasalahan gizi di SMPN 38 Kota Padang yaitu gizi sangat kurang 0,5%, gizi kurang 11,9%, gizi lebih 5,3%, dan obesitas 5,0%. Sementara hasil pemeriksaan hemoglobin pada SMPN 38 Kota Padang menunjukkan 3,4% remaja putri mengalami anemia.⁽³⁷⁾

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 20 orang siswi SMPN 38 Kota Padang menggunakan angket yang berisi pertanyaan mengenai gejala gangguan konsentrasi, dan angket Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ) didapatkan bahwa 65% siswi mengalami gangguan konsentrasi yang ditandai dengan siswi sering melamun, menguap dan mengantuk saat guru menjelaskan materi, selain itu siswi juga sering mengobrol dengan teman sehingga tidak fokus saat proses pembelajaran. Terdapat 40% siswi yang mengalami masalah mental emosional.

Berdasarkan uraian paragraf diatas peneliti tertarik untuk meneliti Hubungan Status Gizi, Anemia dan Kesehatan Mental dengan Konsentrasi Belajar Remaja Putri di SMPN 38 Kota Padang Tahun 2025.

1.2 Rumusan Masalah

Konsentrasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah status gizi, anemia, dan kesehatan mental. Berdasarkan rata-rata nilai ujian akhir sekolah tahun ajaran 2023/2024, SMPN 38 Kota Padang menempati peringkat ke-33 dari 41 SMPN di Kota Padang dengan rata-rata nilai 57,22 yang masih berada di bawah rata-rata nilai Kota Padang, yaitu 65,88 Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara status gizi, anemia, dan kesehatan mental dengan konsentrasi belajar remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara status gizi, anemia, dan kesehatan mental dengan konsentrasi belajar remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui karakteristik remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.
2. Diketahui distribusi frekuensi konsentrasi belajar remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.
3. Diketahui distribusi frekuensi status gizi remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.
4. Diketahui distribusi frekuensi anemia pada remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.
5. Diketahui distribusi frekuensi kesehatan mental remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.

6. Diketahui hubungan antara status gizi dengan konsentrasi belajar remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.
7. Diketahui hubungan antara anemia dengan konsentrasi belajar pada remaja di putri SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.
8. Diketahui hubungan antara kesehatan mental dengan konsentrasi belajar pada remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi ilmiah tentang hubungan antara status gizi, anemia, dan kesehatan mental dengan konsentrasi belajar remaja putri di SMPN 38 Kota Padang tahun 2025.

1.4.2 Manfaat Akademis

Manfaat akademis dalam penelitian ini adalah diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan dan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya untuk pengembangan penelitian lebih lanjut.

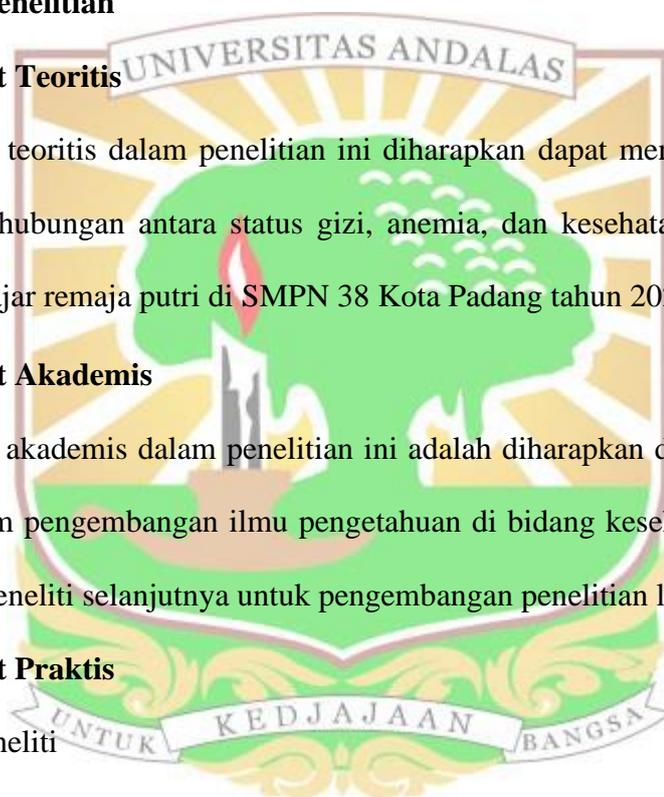
1.4.3 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menambah wawasan dan referensi terkait hubungan antara status gizi, anemia, dan kesehatan mental dengan konsentrasi belajar remaja putri di SMP.

2. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan informasi terkait hubungan antara status gizi, anemia, dan kesehatan mental dengan konsentrasi belajar remaja putri di SMPN 38 Kota Padang sehingga dapat



membantu peningkatan kualitas perbaikan sumber daya manusia dan konsentrasi siswa SMPN 38 Kota Padang.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi terkait hubungan antara status gizi, anemia, dan kesehatan mental dengan konsentrasi belajar remaja putri serta tambahan pengetahuan dan wawasan bagi orang tua dalam pemenuhan gizi dan kondisi mental remaja.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif desain *cross-sectional* yang terdiri dari variabel bebas atau independen (status gizi, anemia, dan kesehatan mental) dan variabel terikat atau dependen (konsentrasi belajar). Populasi dari penelitian adalah semua siswi pada kelas VII dan VIII SMPN 38 Kota Padang. Teknik pengumpulan data menggunakan *proportional random sampling*. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan. Data anemia menggunakan pemeriksaan alat ukur Hb digital *Easy Touch GCHb*, kesehatan mental diukur menggunakan *Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ)*, dan konsentrasi belajar menggunakan blangko *Grid Concentration Test*.

