

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini program pemerintahan Indonesia sedang difokuskan pada pembangunan ekonomi dan sumber daya manusia yang unggul dan berdaya saing untuk menuju Indonesia yang berpenghasilan menengah hingga tinggi. Dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) IV tahun 2020-2024 terdapat tujuh agenda kegiatan, salah satunya adalah meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas dan berdaya saing yaitu sumber daya manusia yang sehat dan cerdas, adaptif, inovatif, terampil, dan berkarakter.⁽¹⁾

Indonesia saat ini sedang berada pada era bonus demografi dimana usia produktif melonjak tinggi dibandingkan kelompok umur lainnya. Dalam sensus penduduk tahun 2020 jumlah usia produktif mencapai 70,72% dari total populasi.⁽²⁾ Rentang usia siswa sekolah menengah pertama adalah 12 sampai 15 tahun, usia 15 tahun tergolong kelompok usia produktif dan 12 hingga 14 akan menjadi kelompok usia produktif. Bonus demografi yang terjadi tentu menuntut persaingan sumber daya manusia yang lebih selektif dan mampu berdaya saing secara global agar tidak terjadi lonjakan pengangguran di Indonesia. Hasil survey *World Health Organization* (WHO) dalam Bappenas tahun 2019, skor *human capital index* Indonesia adalah 0,53 artinya anak Indonesia yang lahir saat ini 18 tahun kemudian hanya dapat mencapai 53% dari potensi produktivitas maksimumnya.⁽³⁾ Skor *Human capital index* Indonesia berada pada urutan 87 dari 157 negara di dunia dan berada jauh dibawah Negara ASEAN lainnya.⁽³⁾

Berdasarkan hasil *Organization for Economic Co-operation and Development* (OECD) dalam pelaksanaan *programme for international student* (PISA) pada anakusia 15 tahun yang diikuti oleh 79 negara. Kategori membaca negara Indonesia berada pada posisi 6 terbawah atau peringkat 74, kategori matematika negara Indonesia berada pada posisi 7 terbawah atau peringkat 73 dan kategori IPA negara Indonesia berada pada posisi 9 terbawah atau peringkat 70.⁽⁴⁾ Hal tersebut membuktikan pendidikan di Indonesia masih perlu berbenah lagi untuk mengejar ketertinggalan dari negara lain agar menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas dengan produktivitas maksimum.

Salah satu indikator penentu dalam keberhasilan pendidikan formal adalah prestasi belajar siswa, prestasi belajar seseorang berkaitan dengan tingkat konsentrasi ketika dalam pelaksanaan proses belajar mengajar. Berdasarkan hasil Penelitian oleh Mayasari tahun 2017 menyatakan untuk meningkatkan hasil belajar harus diupayakan dengan meningkatkan konsentrasi belajar siswa selama proses belajar mengajar, konsentrasi belajar menyumbang 30% terhadap prestasi belajar siswa.⁽⁵⁾ sedangkan Penelitian lain Yulia tahun 2017 yang dilakukan pada 176 siswa SMPN 16 konsentrasi belajar menyumbang 26,53% terhadap hasil belajar siswa, maka semakin tinggi konsentrasi belajar siswa akan semakin baik hasil belajarnya.⁽⁶⁾

Konsentrasi didefinisikan sebagai pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan menyampingkan hal lainnya, dalam proses belajar maka konsentrasi berarti pemusatan pikiran pada suatu mata pelajaran dengan menyampingkan semua hal yang tidak ada hubungannya dengan pelajaran tersebut.⁽⁷⁾ Konsentrasi belajar dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal pada individu, faktor internal meliputi faktor jasmani yaitu kesehatan dan makanan, faktor internal lainnya adalah faktor rohani berupa

stress, depresi, rasa tidak nyaman dan lain sebagainya sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan sekitar dimana orang tersebut berada.⁽⁸⁾

Salah satu faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar siswa adalah asupan makanan, asupan makanan seseorang dimulai dengan sarapan pada pagi hari. Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai pukul 09.00.⁽⁹⁾ Sarapan pagi penting dalam pemasokan energi untuk otak agar dapat berkonsentrasi di sekolah karena ketika bangun pagi gula darah dalam tubuh rendah akibat semalaman tidak makan.⁽¹⁰⁾ Sarapan yang cukup pada anak sekolah terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan stamina.⁽⁹⁾ Prevalensi anak dan remaja yang tidak terbiasa melakukan sarapan pagi adalah 16,9-59% dan 4,6% anak sekolah melakukan sarapan dengan kualitas rendah.⁽¹¹⁾ Kurang lebih 55,4% anak sekolah dan remaja yang tidak pernah sarapan pagi menunjukkan angka dan derajat kualitas gizi yang rendah sehingga berakibat pada lemahnya konsentrasi dalam beraktivitas dan belajar.⁽¹²⁾

Hasil ini sesuai Penelitian yang dilakukan oleh Dewi tahun 2020 dari 20 orang siswa diperoleh data bahwa siswa yang melakukan sarapan sehat sebanyak 10%, sekedar sarapan 30% dan tidak sarapan 60% sebelum pergi ke sekolah. Kalori yang dikonsumsi saat makan pagi berbanding lurus dengan konsentrasi.⁽¹³⁾ Penelitian lain yang dilakukan oleh Verdiana 2017 siswa yang melakukan sarapan sehat sebanyak 12 orang (27,9%) dan 75% diantaranya memiliki konsentrasi belajar baik, sebanyak 16 orang (37,2%) yang melakukan sekedar sarapan 43,8% diantaranya memiliki konsentrasi baik, sedangkan responden yang tidak melakukan sarapan pagi sebanyak 14 orang (32,6%) yang memiliki konsentrasi baik hanya sebanyak 3 orang (21,4%).⁽¹⁴⁾

Kebutuhan paling penting untuk otak adalah glukosa dan oksigen.⁽¹⁵⁾ Kekurangan zat besi akan menyebabkan peredaran oksigen dalam tubuh menjadi

rendah sehingga tubuh menjadi mudah pusing, lelah, letih dan lesu serta turunnya konsentrasi berfikir.⁽¹⁶⁾ Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wardoyo tahun 2013 dari 74 siswa 50 orang atau 67,6% diantaranya memiliki asupan zat besi kurang.⁽¹⁷⁾ Penelitian lain yang dilakukan Yunita tahun 2017 dari 32 orang (53,3%) asupan besi siswa inadekuat 52,6% diantaranya memiliki konsentrasi belajar kurang, sedangkan asupan zat besi siswa adekuat dari 28 orang (46,7%) sebanyak 89,3% diantaranya memiliki konsentrasi belajar baik.⁽¹⁸⁾

Selain faktor jasmaniah, faktor psikologi yaitu motivasi belajar juga berpengaruh dalam tingkat konsentrasi seseorang saat proses belajar mengajar. Motivasi berupa dorongan dari dalam diri ataupun dari luar untuk mendorong kemauan belajar seseorang, adanya kemauan belajar yang kuat menimbulkan reaksi berupa memfokuskan konsentrasi pada materi pembelajaran dengan berusaha keras menyampingkan hal-hal yang tidak berhubungan dengan pelajaran yang sedang dijelaskan.⁽¹⁹⁾

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Tan, dkk tahun 2013 dari 117 anak hanya 50 anak (42,7%) diantaranya yang memiliki motivasi belajar tinggi.⁽²⁰⁾ sedangkan penelitian lain oleh Welong, dkk tahun 2020 siswa yang memiliki motivasi belajar rendah sebanyak 31 orang (51,7%) dari total 60 siswa.⁽²¹⁾ Penelitian yang dilakukan Haslianti tahun 2019 kebisingan dan motivasi belajar menyumbang 43% terhadap konsentrasi belajar siswa dan memiliki pengaruh positif antara motivasi belajar dengan konsentrasi belajar.⁽¹⁹⁾

Remaja merupakan aset suatu bangsa sehingga perlu diberikan perhatian dan bimbingan lebih karena kualitas remaja saat ini akan menentukan kualitas sumber daya manusia Indonesia kedepannya. Fase remaja adalah masa paling sulit bagi anak karena

fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa dimana terjadi kekacauan peranan dan kekacauan identitas.⁽²²⁾ Siswa Sekolah Menengah Pertama merupakan kelompok remaja awal yang umumnya berada pada rentang usia 12-15 tahun.

Berdasarkan hasil Ujian Nasional tingkat SMP se-Indonesia tahun ajaran 2018/2019 provinsi Sumatera Barat berada pada peringkat ke 7 dari 34 provinsi di Indonesia dengan rerata nilai 53,19 berada diatas rerata nilai Nasional yaitu 51,76.⁽²³⁾ Sedangkan Hasil Ujian Nasional tahun ajaran 2018/2019 kabupaten Sijunjung berada pada peringkat 12 dari 19 kabupaten/kota di provinsi Sumatera Barat dengan rerata nilai 50,98 masih berada di bawah rerata nilai provinsi Sumatera Barat yaitu 53,19.⁽²³⁾

SMP Negeri 41 Sijunjung merupakan salah satu sekolah di kabupaten Sijunjung. Hasil Ujian Nasional tahun ajaran 2018/2019 berada pada pada peringkat 63 dari 64 sekolah di kabupaten Sijunjung dengan rerata nilai 44,05. Nilai Ujian Nasional yang diperoleh sekolah tersebut masih jauh berada dibawah rata-rata nilai kabupaten yaitu 50,98.⁽²³⁾

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 15 siswa SMP Negeri 41 Sijunjung menggunakan media kuisioner diperoleh 67% responden mengalami gangguan konsentrasi belajar ditandai dengan responden sering menguap dan mengantuk di dalam kelas. Selain itu diperoleh informasi responden juga sering berbicara dengan teman ketika proses belajar mengajar serta sering melamun dan tidak memperhatikan penjelasan guru. Sebanyak 53% responden tidak melakukan sarapan pagi dan 100% asupan zat besi responden adalah asupan kurang.

Berdasarkan uraian yang disampaikan pada paragraf sebelumnya maka peneliti tertarik meneliti tentang **Korelasi antara Sarapan Pagi, Asupan Zat Besi dan Motivasi Belajar dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 41 Sijunjung Tahun 2021.**

1.2 Rumusan Masalah

Konsentrasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah faktor makanan dan motivasi seseorang. Berdasarkan nilai UN tahun 2019 SMP Negeri 41 Sijunjung pada peringkat 63 dari 64 sekolah di kabupaten Sijunjung. Berdasarkan hal tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana korelasi antara Sarapan Pagi, Asupan Zat Besi dan Motivasi Belajar dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 41 Sijunjung Tahun 2021?

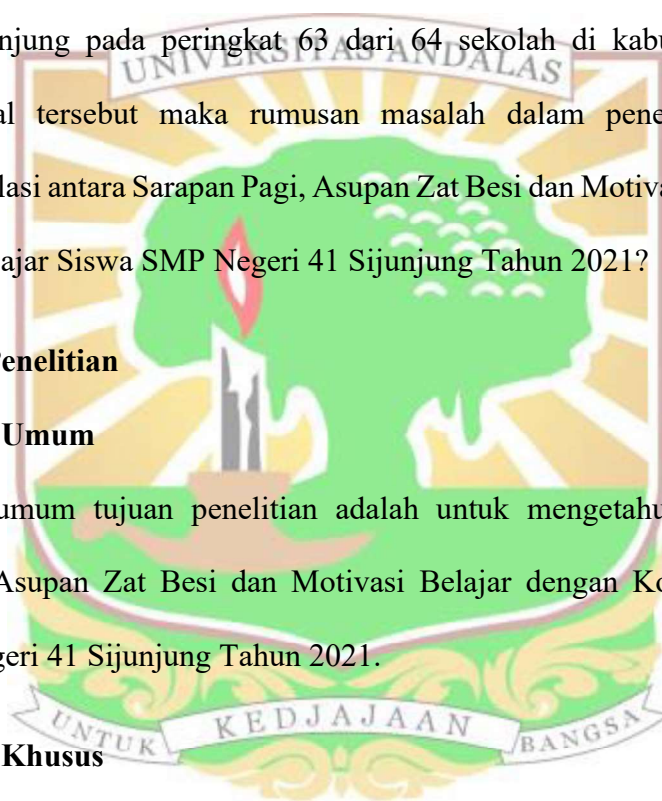
1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum tujuan penelitian adalah untuk mengetahui korelasi antara Sarapan Pagi, Asupan Zat Besi dan Motivasi Belajar dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 41 Sijunjung Tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi rata-rata konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021
2. Mengetahui distribusi rata-rata kalori sarapan pagi siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021
3. Mengetahui distribusi rata-rata asupan zat besi siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021



4. Mengetahui distribusi rata-rata motivasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021
5. Mengetahui korelasi dan kekuatan hubungan antara sarapan pagi dengan konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021
6. Mengetahui korelasi dan kekuatan hubungan antara asupan zat besi dengan konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021
7. Mengetahui korelasi dan kekuatan hubungan antara motivasi belajar dengan konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menambah wawasan dan referensi terkait sarapan pagi, asupan zat besi dan motivasi belajar serta korelasi dengan konsentrasi belajar siswa SMP.

2. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan informasi terkait sarapan pagi, asupan zat besi dan motivasi belajar serta korelasi dengan konsentrasi belajar siswa SMP sehingga dapat membantu peningkatan kualitas perbaikan sumberdaya manusia dan konsentrasi siswa SMP Negeri 41 Sijunjung melalui sarapan pagi, asupan zat besi dan motivasi belajar.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi terkait korelasi antara sarapan pagi, asupan zat besi dan motivasi

belajar dengan konsentrasi belajar anak serta tambahan pengetahuan dan wawasan bagi orang tua dalam pemenuhan gizi anak.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan atau tambahan teoritis dalam mengembangkan penelitian tentang korelasi antara sarapan pagi, asupan zat besi dan motivasi belajar dengan konsentrasi belajar.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian



Ruang lingkup penelitian ini adalah mengetahui korelasi antara sarapan pagi asupan zat besi dan motivasi belajar dengan konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung tahun 2021. Variabel dependen adalah konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung sedangkan variabel independen adalah sarapan pagi, asupan zat besi dan motivasi belajar siswa SMP Negeri 41 Sijunjung. Desain penelitian yang digunakan adalah metode *Cross Sectional* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Penelitian dilakukan pada bulan Maret 2021 hingga Agustus 2021. Data sarapan pagi dan asupan zat besi siswa SMP Negeri 41 Sibakur diperoleh dengan menggunakan form *food recall* 24 jam selama 2 hari tanpa berturut-turut, data motivasi belajar diperoleh dengan menggunakan kuisioner motivasi belajar sedangkan konsentrasi belajar diukur dengan menggunakan metode *grid concentration test* dengan mengisi blangko berisi soal.