

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA
Studi Analitik pada kelas XI di MAS Perguruan Islam Ar Risalah
Kecamatan Koto Tengah Kota Padang



Skripsi
Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

REVI ANNISA

NIM: 1710312093

Pembimbing:

drg. Mustafa Noer, MS

Dr. dr. Roni Eka Sahputra, Sp.OT(K)-Spine

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2021

**CORRELATION OF PHYSICAL ACTIVITY WITH STUDY
CONCENTRATION**
*Analytical Studies in 11th grade on Islamic Institution Ar Risalah
Kecamatan Koto Tengah Kota Padang*

By
Revi Annisa

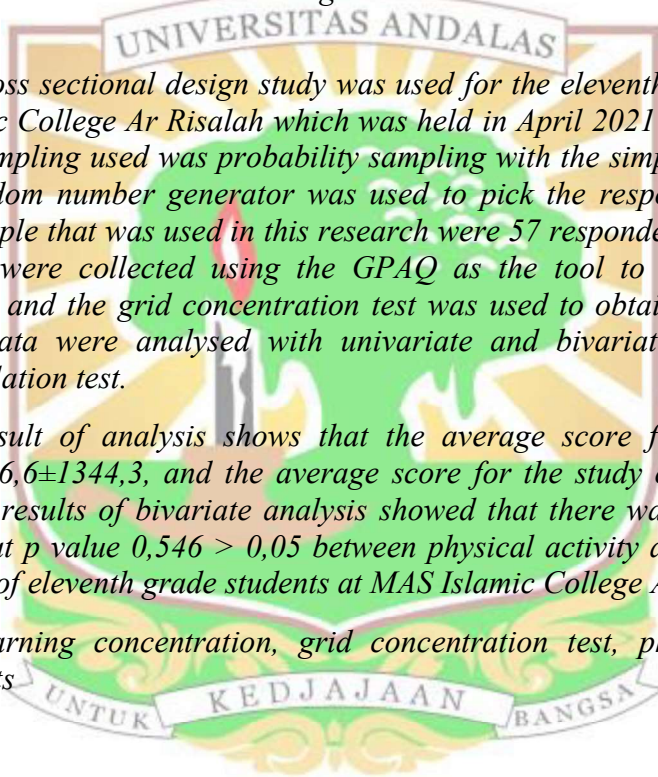
ABSTRACT

Concentration is the effort and ability to focus, maintain, or divert attention that has nothing to do with what is being studied. Physical activity is any bodily movement that requires energy to perform, including walking, dancing, and exercising. Physical activity has an influence on one's learning concentration. This aim of this study was to determine the relationship between physical activity and learning concentration in eleventh grade students at MAS Islamic College Ar Risalah.

The cross sectional design study was used for the eleventh grade students at MAS Islamic College Ar Risalah which was held in April 2021 – August 2021.. The type of sampling used was probability sampling with the simple random sub-type, and random number generator was used to pick the respondents and the number of sample that was used in this research were 57 respondents. The data of this research were collected using the GPAQ as the tool to obtain physical activity scores and the grid concentration test was used to obtain concentration scores. The data were analysed with univariate and bivariate analysis with Pearson correlation test.

The result of analysis shows that the average score for the physical activity is $2066,6 \pm 1344,3$, and the average score for the study concentration is $11,9 \pm 4,1$. The results of bivariate analysis showed that there was no significant correlation that p value $0,546 > 0,05$ between physical activity and the learning concentration of eleventh grade students at MAS Islamic College Ar Risalah.

Keywords: *learning concentration, grid concentration test, physical activity, GPAQ, students*



**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KONSENTRASI
BELAJAR SISWA**
**Studi analitik pada kelas XI di MAS Perguruan Islam Ar Risalah
Kecamatan Koto Tangah Kota Padang**

Oleh
Revi Annisa

ABSTRAK

Konsentrasi adalah usaha dan kemampuan dalam memusatkan, mempertahankan, maupun mengalihkan perhatian yang tidak memiliki hubungan dengan hal yang sedang dipelajari. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang membutuhkan energi untuk melakukannya, termasuk berjalan, menari, dan berolahraga. Aktivitas fisik memiliki pengaruh terhadap konsentrasi belajar seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan konsentrasi belajar pada siswa kelas XI di MAS Perguruan Islam Ar Risalah.

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* pada siswa kelas XI di MAS Perguruan Islam Ar Risalah yang dilaksanakan bulan April 2021 – Agustus 2021. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*, yang dilakukan dengan *random number generator* dan didapatkan 57 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) dan tes *grid concentration*. Analisis data yaitu analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji korelasi *Pearson*.

Hasil analisis memperlihatkan nilai rata-rata aktivitas fisik siswa $2066,6 \pm 1344,3$, dan nilai rata-rata konsentrasi siswa $11,9 \pm 4,1$. Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan dengan *p value* $0,546 > 0,05$ antara aktivitas fisik dengan konsentrasi belajar siswa kelas XI di MAS Perguruan Islam Ar Risalah.

Kata kunci : Konsentrasi belajar, tes *grid concentration*, Aktivitas fisik, GPAQ, siswa