

Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Konsentrasi Siswa
(Studi Pada Siswa SMA Negeri 1 Widang Kelas XI)

M. Nur Setiawan

S-1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya
nursetiawanm@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan tingkat konsentrasi siswa pada siswa SMA Negeri 1 Widang kelas XI. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen melalui pendekatan secara kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 60 siswa yang terdiri dari 30 siswa kelas XI IPA 2 dan 30 siswa XI IPS 1 yang diambil dengan menggunakan teknik Cluster Random Sampling. Instrumen penelitian dalam pengukuran status gizi menggunakan indeks antropometri berdasarkan BB/U dan tes konsentrasi berupa blanko Grid Concentration Exercise. Data yang diperoleh diolah menggunakan dua teknik yaitu perhitungan statistik secara manual dan menggunakan program komputer SPSS 16.0 yang dijadikan sebagai *Cross Chek* (pengecekan kembali) terhadap hasil data penelitian. Berdasarkan hasil perhitungan diketahui untuk nilai terendah dari status gizi adalah 61,72 sedangkan nilai tertinggi adalah 157,14. Nilai rata-rata /mean sebesar 86,81 dengan standart deviasi 15,18. Sedangkan untuk hasil tes konsentrasi, nilai terendahnya adalah 8 dan nilai tertinggi adalah 19. Untuk rata-rata/mean sebesar 12,05 dengan standar deviasi 2,65. Dapat diketahui hasil korelasi Product Moment Karl Pearson pada taraf signifikan 5% dengan $df = 58$, adalah $r_{hitung} = 0,189 < r_{tabel} = 0,254$, berarti H_a ditolak, maka ada hubungan yang tidak signifikan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi dan hasil koefisien determinasi status gizi terhadap konsentrasi sebesar 3,57%. Jadi masih terdapat 96,43% faktor lain yang mempengaruhi tingkat konsentrasi selain status gizi. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang tidak signifikan antara status gizi terhadap tingkat konsentrasi dikarenakan status gizi hanya memberikan sumbangan terhadap tingkat konsentrasi sebesar 3,57%, dan masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi konsentrasi selain status gizi, yaitu: usia, fisik, jenis kelamin, pengetahuan dan pengalaman.

Kata kunci: status gizi, konsentrasi, anak sekolah dan remaja.

Abstract

The purpose of this research is to understand the correlation between the nutrient status with the students' concentration level on the students of State Senior High School of Widang XI IPA 2 and XI IPS 1 class. The research is a non-experimental research which using quantitative approach with correlation design. The subject of the research included 60 student consist 30 students of class XI IPA 2 and 30 student of class XI IPS 1 who took by cluster random sampling technique. The research instrument in measuring the nutrient status of this research uses an anthropometry index based on BB/U and concentration test such as Grid Concentration Exercise. Data which gained will be treated by two technique of statistic calculation and by using computer program SPSS 16.0 (Statistical Program for Social and Science) which made as the Cross Check towards the result of the research data. Based on the calculation result, it will be known if the lowest score of measuring the nutrient status is 61,72 while the highest score 157,14. Average score/it reached mean 86,81 with deviation standard 15,18. While for the concentration test, the lowest score of concentration test is 8 and the highest score is 19. For average score /it reached mean 12,05 with deviation standard 2,65. The result of Product Moment Correlation by Karl Pearson can be known on significant extent 5% with $df = 58$, is $r_{hitung} = 0,189 < r_{tabel} = 0,254$ means that H_a is rejected, thus, there is a correlation which is not significant between physical healthy and student's concentration level and the result of coefficient determination nutrient status toward concentration as much 3,57%. Thus, there still 96,43% other factors which influence the concentration level besides nutrient status. Therefor it can be concluded that there is a correlation which is not significant between nutrient status with students concentration level because the nutrient status only gives contribution towards the concentration level about 3,57%, And there are other factors which influence concentration besides nutrient status, they are: age, physical condition, sex, knowledge and experience.

Keywords: nutrient status, concentration, student and teenager.

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan suatu bangsa sangat tergantung kepada keberhasilan bangsa itu sendiri dalam menyiapkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, sehat, cerdas, dan produktif. Anak sekolah merupakan aset negara yang sangat penting sebagai sumber daya manusia bagi keberhasilan pembangunan suatu bangsa.

Kelompok umur siswa merupakan masa remaja yang membutuhkan perhatian yang khusus terhadap kebutuhan akan gizi. Kelompok remaja menunjukkan fase pertumbuhan yang pesat yang disebut *adolescence growth spurt*, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang relatif besar jumlahnya (Pudjiadi, 2005:44). Pertumbuhan yang pesat, perubahan psikologis yang dramatis serta peningkatan aktivitas yang menjadi karakteristik remaja, menyebabkan peningkatan kebutuhan zat gizi dan terpenuhinya atau tidaknya kebutuhan ini akan mempengaruhi status gizi (Adriani dkk, 2012:323).

Aktivitas yang tinggi, baik di sekolah maupun di luar menyebabkan makan menjadi tidak teratur. Padahal sarapan memang penting, karena sarapan berfungsi untuk menjaga kondisi tubuh, dan meningkatkan konsentrasi belajar di sekolah (Adriani dkk, 2012:326). Baik buruknya konsentrasi belajar akan berdampak pada prestasi siswa. Semakin baik konsentrasi yang dimiliki seorang siswa semakin baik pula kemampuan merespon terhadap pelajaran sehingga prestasi yang diraih akan lebih maksimal. Dengan mengkonsumsi makanan yang mempunyai gizi yang baik diharapkan siswa dapat meningkatkan daya pikir dan perkembangan otak secara optimal serta memenuhi kebutuhan akan gizi yang diperlukan oleh tubuh sehingga siswa bisa berkonsentrasi lebih baik pada proses belajar yang ada di sekolah.

Pada survei awal tanggal 9 April 2014, siswa SMAN 1 Widang merupakan siswa yang rata-rata berusia 15-18 tahun yang terdiri dari kelas X, XI, dan XII. Aktifitas belajar formal dari jam 07.00-13.20 siang dan juga jam tambahan seperti kegiatan ekstrakurikuler yang dihadapi siswa setiap harinya. Untuk menghadapi jam pelajaran yang padat dibutuhkan konsentrasi dalam setiap pelajaran sehingga mereka bisa terfokus dalam proses belajar yang berlangsung. Menurut keterangan beberapa guru pengajar, para siswa memiliki tingkat konsentrasi yang berbeda-beda. Pada waktu menjelang siang kebanyakan konsentrasi pada siswa menurun dikarenakan mereka banyak yang kurang fokus dalam menghadapi pelajaran. Hal tersebut didapat ketika siswa mulai mengantuk, sulit menerima pelajaran dan kurang merespon.

Pengamatan awal menunjukkan bahwa mereka memiliki status gizi yang berbeda-beda, hal tersebut dapat dilihat dari ukuran tubuh mereka yang mempunyai tipe tubuh kurus kecil, gemuk, tinggi, dan pendek. Sebelumnya di SMAN 1 Widang belum ada penelitian yang berkaitan dengan status gizi terhadap konsentrasi, oleh karena itu penulis bermaksud mengungkapkan status gizi pada siswa terhadap konsentrasi. Penelitian yang berhubungan dengan hubungan status gizi dengan konsentrasi pernah dilakukan oleh beberapa peneliti, antara lain oleh M Kharis Fajar (2011), dengan judul skripsi: "Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Konsentrasi Siswa SMP Negeri 1 Nguntur Tulungagung". Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi terhadap konsentrasi pada siswa SMP Negeri Nguntur Tulungagung. Kini peneliti ingin melakukan penelitian yang sejenis, namun penelitian akan menggunakan populasi dan sampel yang berbeda yaitu pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), jenis penelitian, tempat/lokasi, dan variabel yang berbeda.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Konsentrasi Siswa (Studi Pada Siswa SMA Negeri 1 Widang Kelas XI).

KAJIAN PUSTAKA

Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh yang merupakan hasil akhir sari keseimbangan antara zat yang masuk ke dalam tubuh dan penggunaannya (Cakrawati, 2012:25). Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi (Almatsier, 2001:3).

Dari masing-masing definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai hasil dari keseimbangan antara zat yang masuk dalam tubuh maupun zat yang keluar.

Macam-macam Zat Gizi

Upaya pencapaian status gizi yang optimal dimulai dengan asupan zat gizi yang seimbang. Dari makanan, tubuh memperoleh zat-zat makanan atau zat-zat gizi. Zat makanan bahan dasar menurut Ilmu Gizi atau Nutrien yang kita kenal adalah :

- a. Karbohidrat atau hidrat arang,
- b. Protein atau zat putih telur,
- c. Lemak,
- d. Vitamin-vitamin, dan
- e. Mineral (Sediaoetama, 2004:17).

Pengelompokan Status Gizi

Hal mendasar yang perlu diketahui bahwa terdapat berbagai macam keadaan gizi. Dilihat dari berbagai aspek

tentang keadaan gizi, adapun pengelompokan status gizi sebagai berikut:

- a. Gizi Baik
- b. Gizi Kurang
- c. Gizi Lebih (cakrawati dkk, 2012:26).

Penggunaan Indeks Antropometri Gizi

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian status gizi berdasarkan indeks antropometri. Dalam (Supriasa dkk, 2001:69) indeks antropometri yang umum digunakan dalam menilai status gizi adalah berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U) dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB).

Menurut (Supriasa dkk, 2001:56) Berat badan adalah salah satu parameter yang memberikan gambaran massa tubuh. Berat badan adalah parameter antropometri yang sangat labil. Dalam keadaan normal, dimana kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, maka berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Sebaliknya dalam keadaan abnormal, terdapat 2 kemungkinan perkembangan berat badan, yaitu dapat berkembang cepat atau lebih lambat dari keadaan normal. Berdasarkan karakteristik berat badan ini, maka indeks berat badan menurut umur digunakan sebagai salah satu cara pengukuran status gizi. Mengingat karakteristik berat badan yang labil, maka indeks BB/U lebih menggambarkan status gizi seseorang saat ini (*current nutritional status*).

Dari berbagai indeks di atas, untuk menginterpretasikannya dibutuhkan ambang batas. Penentuan ambang batas diperlukan kesepakatan para ahli gizi. Ambang batas dapat disajikan kedalam tiga cara yaitu:

1. Persen terhadap median
2. Persentil
3. Standart Deviasi (Supriasa dkk, 2001:69).

Dalam penelitian ini untuk menentukan status gizi menggunakan rumus (%) persen terhadap nilai median. Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$\frac{\text{Nilai}}{\text{Nilai median}} = 100\%$$

Konsentrasi

Konsentrasi adalah kemampuan memusatkan pikiran dan kemampuan mental dalam penyortiran informasi yang tidak diperlukan dan memusatkan perhatian hanya pada informasi yang diperlukan (Maltin dalam Koestanto, 2011:13).

Menurut Maksum (2011:153), istilah konsentrasi sering dialih-tukarkan dengan istilah perhatian, yaitu

pada suatu keadaan dimana kesadaran seseorang tertuju kepada suatu objek tertentu dalam waktu tertentu.

Menurut Priambodo (2010:7) konsentrasi adalah pemusatan pikiran kepada suatu objek tertentu. Semua kegiatan manusia membutuhkan konsentrasi. Dengan konsentrasi manusia dapat mengerjakan pekerjaan lebih cepat dan dengan hasil yang lebih baik.

Dari masing-masing definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa definisi konsentrasi merupakan suatu bentuk pemusatan pikiran maupun perhatian yang dilakukan oleh seseorang terhadap pekerjaan atau objek dalam penyortiran informasi tertentu.

Tipe Fokus Konsentrasi

Menurut Nideffer (dalam Priambodo, 2010:8) pencetus Attention Control Training (ACT) dan ahli yang banyak melakukan penelitian dibidang perhatian dalam dua dimensi yaitu lebar (luas atau sempit) dan arah (internal atau eksternal). Fokus perhatian yang lebar memungkinkan seseorang untuk mengamati beberapa kejadian secara bersamaan, sedangkan fokus perhatian yang sempit terjadi ketika seseorang merespon hanya pada satu atau dua isyarat saja. Fokus perhatian eksternal mengarahkan perhatian di bagian luar objek, sedangkan fokus perhatian internal diarahkan ke dalam pikiran atau perasaan.

Menurut Nideffer (dalam Priambodo, 2010:9) dengan mengkombinasikan lebar dan arah perhatian, maka Nideffer membagi empat tipe fokus perhatian yaitu : a) lebar-eksternal, b) lebar-internal, c) sempit-internal, dan d) sempit-eksternal.

Ciri-Ciri Konsentrasi

Menurut Maksum (2011:153) seorang dikatakan berkonsentrasi apabila ia fokus pada apa yang dihadapi di tempat itu, bukan tempat lain.

Menurut Gauron (dalam Koestanto, 2011:30) ciri-ciri konsentrasi sebagai berikut:

- a. Tertuju pada satu benda pada suatu saat. Fokus pada satu titik tanpa memperdulikan sekeliling.
- b. Merupakan keseluruhan.
- c. Perhatian selektif terhadap pemikiran tertentu atau obyek tertentu dan tidak ada perhatian terhadap obyek atau pemikiran lain.
- d. Menenangkan dan memperkuat mental. Dengan konsentrasi penuh, pengaruh dari luar tidak akan merusak perhatian. Pikiran tenang dan mental tetap kuat.

Jadi ciri-ciri konsentrasi diantaranya adalah fokus pada satu titik benda atau sasaran yang dituju tanpa adanya pemikiran lain yang dapat mengganggu konsentrasi dan merusak perhatian baik pikiran maupun mental.

Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Konsentrasi Siswa

Konsentrasi siswa merupakan salah satu aspek mental yang dibutuhkan setiap siswa dalam mengerjakan sesuatu atau melakukan suatu kegiatan dalam bentuk belajar mengajar di sekolah maupun kegiatan yang lain. Baik buruknya konsentrasi akan berimbas pada hasil belajar maupun prestasi yang hendak dicapai. Seperti halnya dengan nutrisi yang merupakan komponen penunjang gizi yang paling penting yang dibutuhkan oleh tubuh untuk melakukan berbagai aktifitas baik di sekolah maupun kegiatan sehari-hari. Seperti diungkapkan oleh seorang ahli dibawah ini :

Pertumbuhan yang pesat, perubahan psikologis yang dramatis serta peningkatan aktivitas yang menjadi karakteristik remaja, menyebabkan peningkatan kebutuhan zat gizi dan terpenuhinya atau tidaknya kebutuhan ini akan mempengaruhi status gizi. (Adriani dkk, 2012:323).

Aktivitas yang tinggi, baik di sekolah maupun diluar menyebabkan makan menjadi tidak teratur. Padahal sarapan memang penting, karena sarapan berfungsi untuk menjaga kondisi tubuh, dan meningkatkan konsentrasi belajar disekolah (Adriani dkk, 2012:326).

Menurut Dr. McNelles, konsentrasi bisa dimaksimalkan jika anak punya pasokan energi yang cukup untuk otaknya sebelum berangkat sekolah. Nutrisi yang baik untuk otak, olahraga, dan tidur cukup akan membantu anak berkonsentrasi saat di sekolah (dalam Kharis, 2011:32).

Dapat disimpulkan bahwa antara status gizi dengan tingkat konsentrasi terdapat hubungan dan saling mempengaruhi satu sama lain. Oleh karena itu memberikan peluang kepada siswa dalam mengembangkan kemampuannya dalam hal konsentrasi yang nantinya diharapkan dapat memberikan hasil yang optimal dalam pencapaian prestasi.

Hipotesis

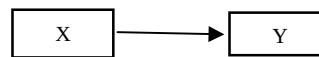
Berdasarkan latar belakang dan landasan teori yang dijelaskan, dapat ditarik suatu hipotesis sebagai berikut: Ada hubungan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi siswa pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Widang.

METODE PENELITIAN

Jenis Dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan termasuk ke dalam desain penelitian non-eksperimen. Berdasarkan pada rumusan masalah yang tertulis, penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian korelasional. Karena dalam penelitian ini peneliti ingin mengkaji hubungan antara status gizi (X) dengan tingkat

konsentrasi siswa (Y). Secara skematik, adapun bagan korelasi ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.1 bagan korelasi

Keterangan :

Variabel X : Status Gizi

Variabel Y : Tingkat Konsentrasi Siswa
(Maksum, 2009:52).

Variabel penelitian

Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadai fokus penelitian. Variabel juga dapat digolongkan menjadi variabel bebas (independent variabel) dan variabel terikat (dependent variabel). Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi, sementara variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi (Maksum, 2009:30). Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat ditentukan uraian variabel yang diteliti, terdapat variabel bebas dan variabel terikat yaitu :

1. Variabel bebas : Status gizi (X)
2. Variabel terikat : Tingkat konsentrasi (Y)

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan individu atau obyek yang dimaksudkan untuk diteliti dan nantinya akan dikenai generalisasi. Generalisasi adalah suatu cara pengambilan kesimpulan terhadap kelompok individu atau obyek yang lebih luas berdasarkan data yang telah diperoleh dari sekelompok individu atau obyek yang lebih sedikit (Maksum, 2009:39). Anggota populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 1 Widang tahun ajaran 2014/2015.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti, apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, tetapi jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10%-15% atau 20-25% atau lebih (Arikunto,2006:134).

Dalam penelitian ini subyek diambil sebesar 50% yaitu sebesar 60 siswa dari jumlah keseluruhan siswa kelas XI yaitu 120 siswa, dan pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling. Sampel penelitian pada obyek atau sasaran dengan cara mengacak kelas yang akan diteliti dengan membuat sobekan kertas sebanyak 4 dan tulisan angka 1-4 (nama kelas antara kelas XI IPA1,IPA II, IPS I, IPS II) yang nantinya akan diundi dan diambil 2 kertas secara acak yang berisi nama kelas yang akan dijadikan sampel. Jadi dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel sebanyak dua kelas yang diberikan kepada kelas XI IPA 2 dan XI IPS 1 dengan jumlah keseluruhan 60 siswa.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah menggunakan pengukuran dan kategori tes.

1. Pengukuran status gizi

Untuk status gizi menggunakan instrument berupa pengukuran berat badan dan menggunakan indeks antropometri berdasarkan indikator BB/U WHO NCHS. Untuk perhitungan status gizi menggunakan rumus persen (%) terhadap nilai median. Adapun rumus menghitung status gizi berdasarkan persen (%) terhadap nilai median sebagai berikut :

$$\frac{\text{Nilai}}{\text{Nilai median}} = 100\%$$

Terkait dengan rumus diatas dimasukkan dalam kategori status gizi menurut BB/U berdasarkan persen terhadap median baku antropometri NCHS sebagai berikut :

Tabel 3.1 Kategori status gizi berdasarkan baku antropometri WHO NCHS

Status Gizi	Indeks Berat Badan /Umur (BB/U)
KEP Berat	< 60%
KEP Sedang	60% - 69%
KEP Ringan	70% - 79%
GIZI Baik	80% - 109%
GIZI Lebih	>= 110%

2. Pengukuran Konsentrasi

Latihan konsentrasi dalam bentuk Grid Test. Latihan ini dapat berfungsi sebagai test untuk mengukur konsentrasi (Maksum, 2011:155).

Prosedur Penelitian

Adapun prosedur dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Tahap persiapan :

- Observasi sekolah yang akan dijadikan sasaran penelitian.
- Membuat proposal penelitian untuk mendapatkan ijin penelitian dari dosen pembimbing dan fakultas.
- Membuat surat ijin penelitian kepada SMA Negeri 1 Widang untuk melakukan penelitian dari fakultas
- Mengajukan permohonan berisi hal yang akan diajukan kepada pihak sekolah dan semua siswa kelas XI SMA Negeri 1 Widang
- Pemberitahuan kepada guru penjas dan siswa SMA Negeri 1 Widang yang akan dijadikan objek penelitian.

2. Pelaksanaan:

- Pelaksanaan penelitian dilakukan dalam ruangan kelas yang jauh dari keramaian.
- Peneliti mengumpulkan siswa yang dijadikan sampel dan memberikan penjelasan perihal tes yang akan dilakukan dan membagikan blanko Grid Concentration Test yang harus diisi oleh siswa.
- Berikutnya siswa diberikan pengarahan untuk diadakan pengukuran status gizi berdasarkan antropometri (Berat Badan/Umur) .

3. Pengolahan Data

Tahap selanjutnya setelah melaksanakan penelitian adalah pengolahan data. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan perhitungan secara manual dan menggunakan program komputer SPSS 16.0 sebagai cross check supaya perhitungan secara manual bisa dipertanggung jawabkan kebenarannya.

Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data dari masing-masing variabel dalam penelitian ini menggunakan rumus-rumus sebagai berikut :

1. Mean

$$\text{Rumus } M = \frac{\sum X}{n}$$

Keterangan:

M = Mean

$\sum X$ = Jumlah total nilai dalam distribusi

N = Jumlah individu

2. Standart Deviasi

$$\text{Rumus } SD = \sqrt{\frac{n \sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)}}$$

Keterangan:

SD = Standar Deviasi

$\sum X$ = Jumlah konsentrasi

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat konsentrasi

N = Jumlah individu

3. Analisis Korelasi

Untuk keperluan perhitungan koefisien korelasi r berdasarkan sekumpulan data (X,Y) berukuran n dapat digunakan rumus :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} : koefisien korelasi antara x dan y

$\sum xy$: jumlah dari hasil penelitian antara variabel x dan variabel y

$\sum x$: jumlah variabel x

$\sum y$: jumlah variabel y

N : jumlah sampel (Maksum, 2009:71)

4. Koefisien Determinasi

Sedangkan untuk mengetahui seberapa besar prosentase sumbangan dari variabel X terhadap Variabel Y menggunakan rumus koefisien determinasi

$$\text{Rumus } K = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

K = Koefisien Determinasi

r^2 = Hasil dari korelasi dikuadratkan

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Dalam bab ini peneliti akan menyajikan tentang hasil penelitian yang terkait dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian pada objek yang telah ditentukan untuk mendapatkan gambaran yang jelas yang berhubungan dengan pengumpulan data dan pengujian hipotesis.

Dari data yang diperoleh nantinya akan diolah atau dianalisis menggunakan dua teknik perhitungan yaitu perhitungan statistik secara manual dan menggunakan program komputer SPSS 16.0 (Statistical Program For Social And Science) yang dijadikan sebagai Cross Chek (pengecekan kembali) terhadap hasil data penelitian agar perhitungan secara manual bisa dipertanggungjawabkan kebenarannya.

Deskripsi Data

Adapun uraian deskripsi data yaitu tentang hubungan status gizi dengan tingkat konsentrasi siswa studi pada siswa kelas XI IPA 2 dan XI IPS 1 SMA Negeri 1 Widang tahun ajaran 2014/2015 yang berjumlah 60 orang. Deskripsi data yang disajikan berupa data nilai yang diperoleh dari hasil penilaian status gizi dengan hasil tes konsentrasi siswa yang bertujuan mengetahui seberapa besar hubungan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi pada siswa.

Adapun data yang diperoleh untuk mengetahui nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata (mean), dan standart deviasi dari perhitungan hasil tes dapat diketahui sebagai berikut :

Tabel 4.1 Deskripsi perhitungan hasil pengukuran status gizi dengan tingkat konsentrasi

No	Variabel	N	Me an	SD	Nilai	
					Min	Max
1	Status Gizi	60	86,8	15,1	61,7	157,1
2	Konsentrasi	60	12,0	2.65	8	19

Syarat Uji Hipotesis

Pada bagian ini dikemukakan pengujian berdasarkan hasil data yang diperoleh dari indeks status

gizi dan skor tes konsentrasi yang dilakukan oleh siswa menggunakan perhitungan statistik melalui software komputer Statistical Program For Social Science (SPSS) for Windows evaluations 16.0. Untuk mengetahui uji hipotesis analisis penelitian menggunakan Uji one-sample kolmogorov-smirnov, bila hasil uji signifikan (p value > 0,05) maka distribusi normal.

Tabel 4.2 Uji Normalitas One Sample Kolmogorov-Smirnov

Variabel	p value	Alpha	Kategori Data
Status Gizi	0,248	0,05	Normal
Konsentrasi	0,082		Normal

Analisis Data

Untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan, perlu dilakukan melalui uji korelasi Product Moment Karl Pearson pada Statistical Program For Social Science (SPSS) for windows evaluations 16.0, dengan penyajian data sebagai berikut :

Tabel 4.3 Hasil Korelasi Product Moment Karl Pearson Antara Status Gizi dan Konsentrasi

Variabel	Sig. (2-tailed)	Pearson Correlation (r_{hitung})	Alpha
Status Gizi	0,149	0,189	0,05
Konsentrasi			

Dalam penelitian tentu hanya ada satu hipotesis yang benar, yakni hipotesis yang terbukti atau diterima. Dalam penelitian ini digunakan taraf signifikan 0,05 atau 5% dengan df (degree of freedom) = N-2. Jadi df = 60 - 2 = 58 dan nilai r_{tabel} = 0,254. Berdasarkan hasil pengelolaan data dengan menggunakan rumus korelasi product moment Karl Pearson, diperoleh r_{hitung} sebesar 0,189. Dengan melihat r_{hitung} dan r_{tabel} maka dapat disimpulkan bahwa H_a ditolak karena r_{hitung} 0,189 < r_{tabel} 0,254.

Pembahasan

Berdasarkan hipotesis yang telah diajukan dan hasil analisis data yang diperoleh, maka dapat diketahui terdapat hubungan yang tidak signifikan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi. Hal ini dapat dilihat dari kesesuaian data yang diperoleh di lapangan baik nilai minimal, maksimal, rata-rata, standar deviasi, dan korelasi product moment.

Berdasarkan hasil analisa dan data statistik diketahui bahwa nilai r_{hitung} yang diperoleh yaitu sebesar 0,189 dan dikonsultasikan dengan nilai r_{tabel} sebesar 0,254, maka dapat disimpulkan bahwa H_a ditolak

dikarenakan nilai t_{hitung} 0,189 < t_{tabel} 0,254. Dengan demikian menunjukkan bahwa ada hubungan yang tidak signifikan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi siswa (Studi pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Widang).

Dalam penelitian ini status gizi tidak memberikan sumbangan yang signifikan terhadap tingkat konsentrasi pada siswa. Hal ini didapat dari hasil perhitungan koefisien determinasi (K) sebesar 3,57%, maka status gizi hanya memberikan sumbangan sebesar 3,57% terhadap tingkat konsentrasi dan masih terdapat 96,43% faktor lain yang mempengaruhi tingkat konsentrasi selain status gizi.

Sehubungan dengan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, adapun penelitian yang mendukung:

(Fajar, 2011:49) dalam skripsinya yang mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi siswa pada SMP Negeri 1 Ngunut Tulungagung.

Begitu pula dalam penelitian ini, dari 60 siswa SMA Negeri 1 Widang yang mengikuti pengukuran dan tes terdapat beberapa siswa yang mempunyai status gizi sama dalam kategori gizi baik akan tetapi mereka memiliki tingkat konsentrasi yang berbeda. Adapun beberapa siswa yang memiliki status gizi rendah akan tetapi memiliki tingkat konsentrasi yang baik dan sebaliknya.

Jadi berdasarkan uraian para ahli diatas dan berdasarkan hasil penelitian bahwa status gizi bukan merupakan faktor utama yang mempengaruhi tingkat konsentrasi siswa, akan tetapi banyak faktor lain yang mempengaruhinya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan pada rumusan masalah, tujuan dan hasil penelitian tentang status gizi dengan tingkat konsentrasi pada siswa kelas XI Widang, maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang tidak signifikan antara status gizi dengan tingkat konsentrasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Widang.
2. Berdasarkan penelitian yang dilakukan bahwa status gizi hanya memberikan sumbangan sebesar 3,57% terhadap tingkat konsentrasi dan status gizi bukan faktor penentu baik buruknya tingkat konsentrasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Widang akan tetapi ada faktor lain.

Saran

Sesuai dengan hasil dari penelitian dan simpulan, maka saran dari peneliti adalah sebagai berikut:

1. Sesuai hasil penelitian bahwa status gizi bukan faktor penentu baik buruknya tingkat konsentrasi pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Widang, tetapi status gizi harus tetap diperhatikan supaya kebutuhan gizi bisa tercukupi, aktifitas fisik maupun proses tumbuh kembang pada siswa dapat berjalan secara optimal.
2. Penelitian ini masih terbatas, dalam penelitian hanya menilai status gizi dari BB/U tidak sampai pada asupan gizi atau makanan yang dikonsumsi setiap hari, dan perlu dikembangkan lagi dengan menggunakan lebih banyak sampel dan lebih memperhatikan kelemahan-kelemahan dari peneliti sehingga hasil yang diperoleh akan lebih signifikan dan dapat dipertanggung jawabkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, Merryana dan Wirjatmadi, Bambang. 2012. *Peranan Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Kencana.
- Almatsier, Sunita. 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Barasi, Mary E. 2009. *At a Glance Ilmu Gizi*. Bandung: Erlangga.
- Cakrawati, Dewi dkk. 2012. *Bahan Pangan, Gizi, Dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Fajar, M Kharis. 2011. *Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Konsentrasi*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya. Universitas Negeri Surabaya.
- Gunarsa, Singgih D. 2004. *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Koestanto, Susilaturrochman H. 2011. *Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Dengan Tingkat Konsentrasi Siswa*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya. Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum, Ali. 2008. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2011. *Psikologi Olahraga Teori Dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Priambodo, A. dkk. 2010. *Pengembangan Model Pelatihan Konsentrasi Untuk Meningkatkan Prestasi Atlet Bulutangkis*. Laporan Penelitian. Surabaya. Kementrian Pendidikan Nasional Republik Indonesia. Unesa
- Pudjiadi, Solihin. 2005. *Ilmu Gizi Klinis pada Anak*. Jakarta: Gaya Baru.

Sediaoetama, Achmad Djaelani. 2004. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid 1*. Jakarta: Dian Rakyat.

Supariasa dkk. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.

Tim Penyusun. 2006. *Panduan Penulisan dan Penilaian Skripsi*. Surabaya: Unesa University Press.

