

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI ANAK DENGAN TINGKAT KONSENTRASI BELAJAR ANAK USIA SEKOLAH DASAR (Studi Pada Siswa Kelas VI SDN 1 Baureno)

Ikhwan Fauji

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, f_ikhwan@ymail.com

Juanita D.H.N.

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, f_ikhwan@ymail.com

Abstrak

Anak usia sekolah dasar (7-12 tahun) merupakan generasi penerus bangsa. Keadaan status gizi berpengaruh pada kondisi fisik seorang anak, sedangkan kondisi fisik juga berpengaruh secara langsung terhadap konsentrasi anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar pada siswa kelas VI SDN 1 Baureno Kabupaten Bojonegoro. Penelitian ini merupakan penelitian non-eksperimen dengan desain korelasional. Permasalahan dalam penelitian ini adalah terdapat siswa yang belum dapat mencapai hasil belajar yang optimal meskipun memiliki kecerdasan yang normal. Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VI SDN 1 Baureno kabupaten Bojonegoro, dengan besar populasi sebanyak 75 siswa. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan pengukuran status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) dan pengukuran tingkat konsentrasi belajar menggunakan *Grid Concentration Exercise* dan untuk analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi product moment dan koefisien determinasi. Berdasarkan hasil perhitungan statistik menunjukkan hasil yang memenuhi syarat Ho diterima, karena nilai signifikansi sebesar 0,274 lebih besar dari pada taraf nyata 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak tidak memiliki hubungan yang signifikan. Sedangkan besar pengaruhnya sebesar 3,84 %. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar, karena ada beberapa faktor lain yang berpengaruh terhadap tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar.

Kata kunci : Status gizi, Tingkat konsentrasi

Abstract

Elementary school children (7-12 years) are the future generation who became the main capital in the development and progress of a nation. The existence of nutritional status also influences to the physical condition of a child, while the physical condition also directly affects the concentration of children. This study aimed to determine the relationship between children nutritional status and learning concentration level of elementary school children on the sixth graders at SDN 1 Baureno Bojonegoro. This study was a non-experimental study by applying correlational design. The subjects of the study were all sixth graders of SDN 1 Baureno, Bojonegoro. There were two instruments used in the study, as follows: the measurement of nutritional status based on the Body Mass Index by Age (IMT / U) and the measurement of concentration levels learn by using *Grid Exercise Concentration*, while analyzing the data of the study applied the correlation of product moment and coefficient of determination. The result of statistical calculation, show the result of eligible Ho accepted, because the significance value of 0,274 is bigger than the real level of 0,05. That there was no significant relationship among the nutritional status toward the learning concentration level of elementary school students, while the amount of the influence was 3,84%. It can be concluded that there is no relationship between children' nutritional status and the learning concentration level of children in the elementary school age. There are many other factors influencing the learning concentration level of children in the elementary school age.

Keywords: nutritional status, the level of concentration

PENDAHULUAN

Sumber daya manusia yang berkualitas merupakan hal yang mutlak diperlukan dalam kemajuan sebuah bangsa. Anak usia sekolah dasar (7-12 tahun) merupakan generasi penerus bangsa yang menjadi modal utama dalam pembangunan dan kemajuan sebuah bangsa. Untuk menjadikan generasi penerus yang berkualitas diperlukan keadaan status gizi yang baik ketika anak berusia sekolah

dasar untuk menunjang kemajuan belajar siswa saat proses belajar mengajar di sekolah maupun di luar sekolah. "Status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variabel tertentu" (Istiani, Rusilanti, 2013:5). Menurut Supariasa, dkk (2002:18) "status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variabel tertentu".

Anak sekolah dasar atau masa kanak-kanak pertengahan merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah gizi, sehingga perhatian kepada mereka harus lebih diperhatikan. Menurut Khomsan (2012) masalah gizi yang dihadapi oleh anak-anak sekolah adalah *stunting* (keadaan kurang gizi kronis sehingga anak menjadi pendek), *underweight* (keadaan kurang energi sehingga anak menjadi kurus), *anemia* (keadaan kurang zat besi), dan *defisiensi iodum*. Menurut Arisman (2010:206) "komponen penilaian status gizi meliputi asupan pangan, pemeriksaan biokimiawi, pemeriksaan klinis dan riwayat mengenai kesehatan, pemeriksaan antropometris, serta data psikososial". Bagi negara-negara yang sedang mengalami transisi gizi seperti Indonesia, masalah yang dihadapi juga mencakup kegemukan yang dialami anak-anak sekolah akibat kemakmuran orang tuanya. Beberapa masalah gizi tersebut sangat berbahaya dan kadang tidak disadari oleh orang tua.

Kurang gizi atau biasa disebut gizi buruk merupakan masalah yang sering ditemui pada kelompok masyarakat atau kelompok orang tua yang tingkat ekonominya rendah, dimana daya beli terhadap makanan yang memiliki gizi yang cukup dan seimbang tidak mampu mereka beli karena keterbatasan ekonomi. Di sisi lain masih ada masyarakat perkotaan atau kelompok orang tua yang memiliki tingkat ekonomi yang tinggi cenderung memberikan asupan makan yang berlebih kepada anak, sehingga menyebabkan anak memiliki masalah gizi lebih seperti *overweight* atau obesitas. Saat ini masih banyak orang tua yang belum menyadari sepenuhnya bahaya obesitas atau kegemukan pada anak. Bahkan masih ada yang menganggap kegemukan merupakan lambang kemakmuran. Ini merupakan sebuah persepsi orang tua yang salah karena kurangnya pengetahuan mereka tentang gizi yang seimbang.

Menurut Khomsan (2012) pada individu dewasa kegemukan adalah

"Faktor resiko munculnya masalah penyakit *degeneratif* (*hipertensi*, *diabetes*, dan penyakit jantung koroner). Pada anak-anak belum diketahui secara pasti bagaimana dampak kegemukan terhadap status kesehatannya. Secara sosial anak-anak gemuk akan mengalami hambatan dalam pergaulan. Mereka malu dan rendah diri karena tidak bisa melakukan aktifitas fisik sebagaimana anak yang normal berat badannya. Keadaan status gizi juga berpengaruh pada kondisi fisik seorang anak, sedangkan kondisi fisik juga berpengaruh secara langsung terhadap konsentrasi anak".

Konsentrasi adalah kemampuan seseorang untuk bisa mencurahkan perhatian dalam waktu yang relatif lama. Menurut Hidayat (dalam Mylsidayu, 2008:239) "konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruhi oleh stimulus yang bersifat eksternal dan internal, sedangkan pelaksanaanya mengacu pada dimensi yang luas dan fokus pada tugas-tugas tertentu". Banyak faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar.

Menurut Tonie Nase (dalam www.psychologymania.com/2013/04/faktor-yang-mempengaruhi-konsentrasi.html di akses pada 31 Mei

2015) Konsentrasi belajar siswa, dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya lingkungan, suara, pencahayaan dan lainnya. Anak dikatakan berkonsentrasi pada pelajaran jika dia dapat memusatkan perhatian pada apa yang dipelajarinya. Dengan berkonsentrasi, anak tidak mudah mengalihkan perhatian pada masalah lain di luar yang dipelajari. Semakin banyak informasi yang harus diserap oleh siswa, maka kemampuan konsetrasi semakin mutlak diperlukan dalam mengikuti pelajaran.

Terkadang meskipun siswa dalam kondisi tubuh yang sehat serta memiliki kecerdasan yang normal. Siswa belum dapat mencapai hasil belajar yang optimal yang biasanya diukur dengan hasil ulangan harian ataupun nilai rapor. Tentu saja dalam hal ini tidak bisa menyalahkan salah satu pihak saja, apakah itu siswa, guru, atau orang tua. Mungkin hal ini disebabkan oleh tingkat konsentrasi yang buruk ketika mengikuti proses belajar mengajar di sekolah, sehingga faktor-faktor yang menunjang dan mempengaruhi tingkat konsentrasi siswa perlu diperbaiki.

SDN 1 Baureno merupakan sekolah favorit di kecamatan Baureno kabupaten Bojonegoro. SDN 1 Baureno merupakan sekolah dasar yang mempunyai murid paling banyak dari pada sekolah lain di kecamatan Baureno. Dengan alasan ini peneliti ingin mengadakan penelitian di sekolah ini, yang diharapkan dapat diperoleh data yang lebih bervariasi yang akan menunjang hasil penilitian yang direncanakan untuk mengetahui hubungan status gizi siswa dengan tingkat konsentrasi belajar siswa. Karena tingkat konsentrasi merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan prestasi belajar siswa sehingga faktor yang mempengaruhi konsentrasi juga harus diperhatikan.

METODE

Sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, maka penelitian ini termasuk ke dalam jenis penelitian korelasional dengan menggunakan desain non-eksperimen. "Penelitian korelasional adalah suatu penelitian yang menghubungkan satu atau lebih variabel bebas dengan satu variabel terikat tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tertentu" (Maksum, 2012:73). Menurut Maksum (2012) pada penelitian non-eksperimen, peneliti tidak melakukan manipulasi, intervensi, atau memberikan perlakuan, perubahan yang ada telah terjadi pada waktu yang lama. Penelitian ini dilakukan untuk mencari hubungan serta untuk mengetahui seberapa besar hubungan itu berdasarkan.

"instrument penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaanya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah" (Arikunto, 2006:130). Dalam penelitian ada dua intrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data. Instrument penelitian dalam penelitian ini, yaitu pengukuran status gizi menggunakan Indeks Antropometri Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) Menurut (Kemenkes, 2010) tentang standar antropometri penilaian status gizi anak, IMT dapat digunakan untuk menilai status gizi seseorang di bawah umur 18 tahun dengan membandingkan nilai IMT menurut

umur, dan Pengukuran tingkat konsentrasi menggunakan *Grid Concentration Exercise Exercise* yang diadopsi dari D.V Harris dan Harris B.L (1998) (dalam Qudriannisa, 2013).

HASIL PENELITIAN

Deskriptif Data

Data yang dideskripsikan adalah data hasil yang diperoleh dari penilaian status gizi dengan mengukur Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) dan penilaian tingkat konsentrasi anak usia sekolah dasar dengan menggunakan *Grid Concentration Exercise*. Data ini dipakai untuk mengetahui adakah hubungan status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar. Dalam penelitian ini yang digunakan adalah seluruh siswa kelas VI SDN Baureno 1 Bojonegoro, yang berjumlah 75 siswa. Setelah dilakukan perhitungan hasil penilaian status gizi anak dengan tes konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar dapat dijabarkan lebih lanjut sebagai berikut:

Tabel 1. Tes Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi	Percentase
Sangat kurus	1	1,3%
Kurus	4	5,3%
Normal	55	73,3%
Gemuk	7	9,3%
Obesitas	8	10,7%

Dari tabel 1 di atas, dapat dilihat bahwa dari sampel yang berjumlah 75 siswa, siswa yang memiliki status gizi sangat kurus berjumlah 1 orang dengan persentase 1,3%, siswa yang memiliki status gizi kurus berjumlah 4 orang dengan persentase 5,3%, siswa yang memiliki status gizi normal berjumlah 55 orang dengan persentase 73,3%, siswa yang memiliki status gizi gemuk berjumlah orang dengan persentase 9,3%, dan siswa yang memiliki status gizi obesitas berjumlah 8 orang dengan persentase 10,7%.

Tabel 2. Tes Tingkat Konsentrasi Belajar Anak

Konsentrasi	Frekuensi	Percentase
Sangat kurang	6	8,0%
Kurang	25	33,3%
Cukup	31	41,3%
Baik	12	16,0%
Sangat baik	1	1,3%

Dari tabel 2 di atas, dapat dilihat bahwa dari sampel yang berjumlah 75 siswa, siswa yang memiliki tingkat konsentrasi belajar sangat kurang berjumlah 6 dengan persentase 8,0%, siswa yang memiliki tingkat konsentrasi

belajar kurang berjumlah 25 dengan persentase 33,3%, siswa yang memiliki tingkat konsentrasi belajar cukup berjumlah 31 dengan persentase 41,3%, siswa yang memiliki tingkat konsentrasi belajar baik berjumlah 12 orang dengan persentase 16,0%, dan siswa yang memiliki tingkat konsentrasi sangat baik berjumlah 1 orang dengan persentase 1,3%.

1. Hasil Perhitungan SPSS 2.1

Untuk mengetahui adanya hubungan status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak perlu dilakukan uji korelasi (*r*) dengan Statistical Program for the Social Science (SPSS) 21.0 antara variabel Indeks Status Gizi menurut Umur dan *Grid Concentration Exercise* yang dicapai oleh siswa. apabila *p value* > *alpha* (5%) maka *Ho* diterima , sehingga dinyatakan tidak ada hubungan. Dan jika *p value* < *alpha* (5%) maka *ha* diterima, sehingga dinyatakan ada hubungan.

Tabel 3 Hasil Perhitungan SPSS 2.1

Variabel	Approx	alpha	Keterangan
Hubungan status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak	0,274	0,05	Tidak ada hubungan yang signifikan

Berdasarkan pengujian hipotesis pada tabel 4 dapat diketahui bahwa pengujian untuk ada atau tidak adanya hubungan antara status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak menunjukkan hasil yang memenuhi syarat penerimaan *Ho*, karena nilai signifikansi sebesar 0,274 lebih besar dari pada taraf nyata 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa status gizi anak tentang dengan tingkat konsentrasi belajar anak tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Berdasarkan hasil perhitungan *value* 0,196, maka koefesien determinasi sebesar $0,196^2 = 0,038416$ yang berarti kontribusi status gizi anak terhadap tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar siswa kelas VI SDN 1 Baureno sebesar 3,84%. Sedangkan sisanya sebesar 96,16% dipengaruhi faktor lain.

Pembahasan

Pembahasan ini akan menguraikan penelitian tentang hubungan status gizi anak dengan tingkat konsentrasi anak usia sekolah dasar (studi pada siswa kelas VI SDN Baureno 1). Berdasarkan hipotesis yang telah diajukan dan dari hasil analisa data statistik pada tabel di atas melalui uji korelasi dengan sampel sebesar 75 siswa, diketahui *p value* lebih besar dari pada *alpha* maka *Ho* diterima. Sedangkan kontribusi status gizi anak terhadap tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar siswa kelas VI SDN 1 Baureno sebesar 3,84%. Sehingga dalam penelitian ini status gizi tidak memberikan sumbangan yang signifikan terhadap tingkat konsentrasi anak usia sekolah dasarDan dapat disimpulkan bahwa tidak ada

hubungan antara status gizi anak dengan tingkat konsentrasi anak usia sekolah dasar.

Tingkat konsentrasi anak bukan hanya disebabkan keadaan status gizi saja. Dalam teori konsentrasi (Tonie Nase :2007), tingkat konsentrasi belajar siswa dipengaruhi beberapa faktor. Faktor-faktor itu merupakan faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal, misalnya, gangguan teman, suara-suara dari luar kelas, adanya masalah dalam keluarga dan lain sebagainya. Faktor internal, seperti terganggunya organ tubuh dan perasaan-perasaan lain yang mengganggu fisik dan psikis seseorang seperti rasa lelah atau perasaan gugup, terlalu cemas, faktor makanan yang mengganggu pencernaan, dan lain sebagainya. Saat melalukan penelitian faktor kesiapan individu siswa dalam berkonsentrasi sendirilah yang merupakan faktor terbesar yang mempengaruhi tingkat konsentrasi. Sehingga status gizi merupakan salah satu faktor dari sekian banyak faktor yang mempengaruhi tingkat konsentrasi belajar siswa.

PENUTUP

Simpulan

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan:

1. Tidak terdapat hubungan antara status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar pada siswa kelas VI SDN 1 Baureno.
2. Sumbangan status gizi anak dengan tingkat konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar pada siswa kelas VI SDN 1 Baureno sebesar 3,84 %

SARAN

Dari hasil penelitian ini dapat disarankan:

Agar guru pendidikan jasmani tetap memperhatikan faktor status gizi siswa, agar dapat menunjang aktifitas siswa dalam belajar meskipun tidak secara langsung dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Arisman. 2010. *Buku Ajar Ilmu Gizi:Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Istiani dan Rusilanti. 2013. *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdayakarya Offset.

Kemenkes. Index Antropometri (Online). (<http://gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2011/11/buku-sk-antropometri-2010.pdf> di akses pada 1 Mei 2015).

Khomsan, Ali. 2012. *Ekologi Masalah Gizi, Pangan, dan Kemiskinan*. Bandung: Alfabeta.

Maksum, Ali. 2007. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya : FIK – Universitas Negeri Surabaya

Maksum, Ali. 2009. *Buku Ajar Mata Kuliah Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya : FIK – Universitas Negeri Surabaya.

Maksum, Ali. 2011. *Psikologi Olahraga*. Surabaya : FIK – Universitas Negeri Surabaya

Mylsidayu, Apt. 2014. *Psikologi Olahraga*. Jakarta : PT Bumi Aksara

Psychologymania. Faktor-faktor pengaruh konsentrasi (Online) (<http://www.psychologymania.com/2013/04/faktor-yang-mempengaruhi-konsentrasi.html> di akses pada 31 Mei 2015)

Qudriannisa. 2013. *Pengaruh Meditasi Otogenetik Terhadap Peningkatan Konsentrasi Latihan*. Skripsi tidak diterbitkan. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia

Supariasa, dkk. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit buku kedokteran EGC.

