

HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN PANGERAN I BANJARMASIN

NASKAH PUBLIKASI



Oleh:
Maulidya Rahmah
NIM: 14.IK. 397

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SARI MULIA
2018

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI PADA ANAK
USIA SEKOLAH DI SDN PANGERAN 1 BANJARMASIN

Oleh
Maulidya Rahmah
NIM: 14.IK.397

NASKAH PUBLIKASI
Telah Disahkan Oleh Pembimbing pada Tanggal

.....

Banjarmasin,

2018

Pembimbing I

Pembimbing II

Umi Hanik Fetriyah, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 19.44.2009.026

Yunina Elasari, S.Kep., Ns
NIK.19.44.2014.097

HUBUNGAN SARAPAN DENGAN KONSENTRASI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN PANGERAN 1 BANJARMASIN

Maulidya Rahmah^{1*}, Umi Hanik Fetriyah¹, Yunina Elasari¹

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia

*Korespondensi Penulis. Telepon: 082155525073, E-mail: leedya0608@yahoo.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Konsentrasi sangat berpengaruh pada anak dalam proses belajar. Jika anak kurang konsentrasi maka akan mempengaruhi prestasi akademik sehingga anak tidak naik kelas. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi ialah nutrisi yang didapatkan dari sarapan.

Tujuan: Menganalisis hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan design *Cross Sectional*. Populasi adalah 90 siswa kelas III, IV dan V. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional Stratified Random Sampling* berjumlah 74 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang teruji validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan uji statistik Kendall Tau.

Hasil: Siswa yang memiliki sarapan baik sebanyak 69 siswa (93,2%), sarapan cukup sebanyak 5 siswa (6,8%), sarapan kurang sebanyak 0 siswa (0%). Siswa yang memiliki konsentrasi baik sebanyak 23 siswa (31,1%), konsentrasi sedang sebanyak 45 orang (60,8%), konsentrasi buruk sebanyak 6 siswa (8,1%). Hasil uji analisis hubungan sarapan dengan konsentrasi didapatkan $p\text{ value}=0,002 (< \alpha=0,05)$, nilai korelasi $r = 0,353$

Simpulan: Ada hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin dengan tingkat korelasi cukup kuat kearah positif, semakin baik kebiasaan sarapan maka semakin baik pula konsentrasi belajar pada anak dan sebaliknya. Orang tua dan guru seharusnya bekerja sama untuk memperhatikan pentingnya sarapan bagi anak untuk menunjang konsentrasi pada saat belajar di sekolah.

Kata kunci: Anak, Konsentrasi, Sarapan, Sekolah Dasar, Usia sekolah

THE RELATIONSHIP OF BREAKFAST WITH CONCENTRATION IN SCHOOL AGE CHILDREN IN SDN PANGERAN 1 BANJARMASIN

Maulidya Rahmah¹ *, Umi Hanik Fetriyah¹, Yunina Elasari¹

¹College of Health Sciences Sari Mulia

Author's correspondence. Phone: 082155525073, E-mail: leedya0608@yahoo.com

ABSTRACT

Background: The concentration of influence on the child in the learning process. If the child is less concentration, it will affect academic achievement so kids do not grade. One of the internal factors that affect nutrient is obtained from breakfast.

Aim: Analyzing relationships breakfast with a concentration in school age children in SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Method: This type of quantitative research with cross sectional design. The population was 90 students of class III, IV and V. The sampling technique using proportional stratified random sampling amounted to 74 people. Collecting data using a questionnaire that tested the validity and reliability. Data analysis using statistical test of Kendall Tau.

Results: Students who have a good breakfast as many as 69 students (93.2%), the breakfast is pretty much as 5 students (6.8%), the breakfast was lacking as much as 0 students (0%). Students who have a good concentration of as many as 23 students (31.1%), the concentrations were as many as 45 people (60.8%), poor concentration as 6 students (8.1%). Test results analysis breakfast relationship with the concentration obtained p value = 0.002 ($\alpha = 0.05$), the value of correlation $r = 0,353$

Conclusion: There is a breakfast relations with a concentration in school age children in SDN Pangeran 1 Banjarmasin strong enough level towards the positive correlation, the better the breakfast habits the better the concentration of learning in children and vice versa. Owith parents and teachers should work together to consider the importance of breakfast for children to support concentration at the time of learning in school.

Keywords: Child, Concentration, Breakfast, Elementary School, Age School

LATAR BELAKANG

Anak usia sekolah merupakan investasi yang berharga bagi bangsa, karena kelak anak akan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas, sehat dan berguna bagi masyarakat jika orang tua dan guru benar – benar mendidik anak dengan benar saat berada di rumah dan sekolah. Kualitas bangsa di masa yang akan datang juga ditentukan oleh kualitas anak-anak sehingga mulai dari sejak dini harus ditingkatkan secara sistematis dan berkesinambungan (Judarwanto, 2008).

Hasil Kemenkes tahun 2016 anak – anak yang berusia 7-12 tahun atau anak usia pra sekolah sebanyak 27,6 juta jiwa atau 11% dari total jumlah penduduk di Indonesia, terdiri dari 14,2 juta laki-laki dan 13,4 juta perempuan. Peningkatan jumlah anak usia sekolah dasar dari tahun ke tahun akan selalu bertambah. Hal ini berarti akan banyak investasi yang diharapkan akan menjadi sumber daya yang berkualitas.

Menurut data dari ASEAN pada tahun 2016, dalam bidang pendidikan, khususnya prestasi belajar, Indonesia berada di urutan ke-5 dari 10 negara ASEAN setelah Thailand

yang berada di peringkat ke-4 dalam hal prestasi belajar. Hasil PISA (*Programme for International Students Assessment*) pada tahun 2012, Indonesia berada di urutan ke-3 sebagai negara yang mempunyai murid terbanyak dalam kategori siswa yang berprestasi rendah.

Konsentrasi merupakan proses pemusatan perhatian pada suatu objek dalam proses belajar mengajar. Salah satu faktor penyebab rendahnya prestasi anak yaitu kurangnya konsentrasi dalam belajar. Kurangnya konsentrasi dapat disebabkan oleh faktor eksternal dan internal. Faktor internal sangat berpengaruh konsentrasi belajar, yaitu nutrisi (Natalia, 2017). Nutrisi merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi konsentrasi belajar. Nutrisi diperlukan oleh tubuh sebelum melakukan aktivitas yang dapat diperoleh melalui sarapan.

Menurut Fadhli (2010), mengungkapkan bahwa prestasi akademik dapat menurun akibat kurang konsentrasi belajar, karena sarapan pagi sangat bermanfaat bagi setiap orang. Bagi anak sekolah, sarapan pagi dapat meningkatkan

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

konsentrasi belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran sehingga prestasi belajar lebih baik (Khomsan, 2010).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 16,9 – 59% anak sekolah tidak terbiasa sarapan dan sebanyak 44,6% anak usia sekolah mengkonsumsi sarapan berkualitas rendah.

SDN Pangeran 1 Banjarmasin merupakan SDN yang memiliki peringkat UN terendah nomor 3 dari 241 SDN yang ada di Banjarmasin. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SDN Pangeran 1, pada tanggal 18 November 2017 didapatkan bahwa dari 9 siswa yang duduk di kelas III, IV, dan V terdapat sebanyak 3 siswa yang tidak sarapan dan 6 siswa yang sarapan. Hasil wawancara dengan kepala sekolah, didapatkan bahwa dalam sebulan terakhir ini terdapat 3 orang siswa yang mengalami pingsan karena tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah murid kelas III, IV, dan V di SDN Pangeran 1

Banjarmasin yang berjumlah 90 orang dan sampel yang diambil berdasarkan rumus slovin didapatkan hasil sebanyak 74 sampel, dengan teknik pengambilan sampel *proportional stratified random Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuisioner sarapan dengan melakukan uji validitas dengan nilai jumlah r_{tabel} adalah 0,349 dan uji reliabilitas didapatkan nilai *Cronbah Alpha* adalah 0,601 (Reliabilitas sedang) dan Kuesioner *Grid Concentration Test* yang diadopsi dari D.V Harris dan B.L Harris (1998). Metode analisis data dalam penelitian ini meliputi:

a. Analisis univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel dan hasil penelitian untuk mengetahui distribusi, frekuensi dan presentase dari tiap variabel yang diteliti.

b. Analisis bivariat

Analisis ini dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan (menguji hipotesis) yakni mengetahui variabel bebas dengan variabel terikat melalui Uji *Kendall Tau*.

HASIL

Karakteristik responden berdasarkan status dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki - laki	34	45,9
Perempuan	40	54,1
Total	74	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden sebagian besar adalah perempuan berjumlah 40 orang (54,1).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
8 – 9 Tahun	19	25,7
10 – 11 Tahun	51	68,9
> 12 Tahun	4	5,4
Total	74	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden sebagian besar berumur 10-11 tahun sebanyak 51 orang (68,9%) dan sebagian kecil berumur > 12 tahun sebanyak 4 orang (5,4%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
III	25	33,8
IV	18	24,3
V	31	41,9
Total	74	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa responden sebagian kelas V sebanyak 31 orang (41,9%) dan sebagian lainnya sebanyak 18 orang (24,3%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Sarapan

Sarapan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	0	0
Cukup	5	6,8
Baik	69	93,2
Total	74	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa responden mayoritas memiliki sarapan kategori baik sebanyak 69 orang (93,2%).

Tabel 5. Distribusi Responden berdasarkan Konsentrasi

Tingkat Konsentrasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Buruk	6	8,1
Sedang	45	60,8
Baik	23	31,1
Total	74	100

Berdasarkan Tabel 5 menunjukan bahwa responden sebagian besar memiliki konsentrasi yang sedang sebanyak 45 orang (60,8%) dan sebagian kecil memiliki konsentrasi buruk sebanyak 6 orang (8,1%).

Tabel 6. Analisis Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak Usia Sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Sarapan	Konsentrasi								
	Buruk		Sedang		Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	N	%	
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	
Cukup	2	2,7	2	2,7	1	1,4	5	6,8	
Baik	4	5,4	43	58,1	22	29,7	69	93,2	
Total	6	8,1	45	60,8	23	31,1	74	100	
P value = 0,002								r = 0,353	

Berdasarkan Tabel 6. Menunjukkan bahwa anak yang sarapan baik memiliki konsentrasi sedang berjumlah 43 orang (58,1%) dan anak yang sarapan cukup

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

memiliki konsentrasi yang buruk berjumlah 2 orang (2,7%). Hasil analisis dengan koefisiensi *Kendall Tau* diperoleh nilai p value = 0,002, karena p value < 0,05, artinya ada hubungan antara sarapan dengan konsentrasi di SDN Pangeran 1 Banjarmasin ke arah positif dengan nilai kolerasi 0,353 (kolerasi cukup kuat).

PEMBAHASAN

1. Sarapan anak di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Sarapan atau makan pagi adalah makanan yang disantap pada pagi hari, waktu sarapan dimulai dari pukul 06.00 pagi sampai dengan pukul 10.00 pagi. Sarapan dianjurkan menyantap makanan yang ringan bagi kerja pencernaan, sehingga dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang memiliki kadar serat tinggi dengan protein yang cukup, tetapi memiliki kadar lemak yang rendah (Jetvig, 2010).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki sarapan yang baik. Mayoritas responden memilih sarapan utama sebagai menu yang

biasa dikonsumsi. Jenis hidangan yang dikonsumsi oleh anak sekolah untuk sarapan yaitu: makanan pokok; makanan pokok dan hewani; makanan pokok dan nabati; makanan pokok, hewani dan nabati; makanan pokok, hewani, nabati dan sayuran; makanan pokok, nabati dan sayuran; makanan pokok, hewani, nabati, sayuran dan makanan jajanan dan makanan jajanan.

Hasil penelitian milik Sari, *et all* (2012) bahwa jenis sarapan yang baik menurut responden penelitian adalah roti dan susu (26,5%); makanan sepinggan seperti bubur ayam, nasi uduk, nasi goreng (20,6%); dan sarapan lengkap seperti nasi, lauk pauk, sayur dan minuman (16,2%).

Sarapan memiliki kontribusi yang sangat besar pada kebutuhan mikronutrien, seperti zat besi, vitamin B dan vitamin D rata-rata lebih tinggi 20-60% pada anak yang mengkonsumsi sarapan dibandingkan dengan anak yang melewatkan sarapan, dimana zat-zat tersebut sangat dibutuhkan untuk anak-anak demi menunjang kegiatan sehari-hari (Fahmi,2015).

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

Sarapan pagi merupakan makanan yang berpengaruh untuk perkembangan otak. Otak membutuhkan nutrisi dan oksigen makanan akan dicerna di tubuh kemudian disampaikan ke seluruh tubuh, sel, jaringan-jaringan dan saraf. Proses berfikir membutuhkan kerja dari saraf yang melibatkan sel dan jaringan yang membutuhkan nutrisi. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa sarapan berhubungan erat dengan kecerdasan mental, sehingga memberikan nilai positif terhadap aktivitas otak, menjadi lebih cerdas, peka dan mudah berkonsentrasi. Sebuah survei membuktikan anak dan remaja yang sarapan dengan makanan yang kaya karbohidrat akan lebih bersemangat, mampu mencurahkan perhatian pada pelajaran, ceria, kooperatif dan gampang berteman (Syhanur,2012).

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa siswa yang memiliki sarapan baik dan cukup karena keluarga selalu menyiapkan sarapan sebelum berangkat ke sekolah. Siswa yang selalu sarapan ibunya memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga,

sedangkan, siswa yang memiliki sarapan cukup karena keluarga terkadang menyiapkan sarapan kadang juga tidak. Saat peneliti menanyakan sebanyak 3 dari 5 (6,8%) siswa yang memiliki sarapan yang cukup mengatakan bahwa orang tua mereka bekerja sebagai wiraswasta, atau pegawai negeri, sehingga orang tua tidak sempat membuatkan sarapan untuk keluarga. Siswa yang memiliki sarapan cukup, sebagian besar karena takut terlambat datang ke sekolah, namun terkadang ada yang membawa bekal ke sekolah lalu memakannya pada saat waktu istirahat.

Alasan banyaknya anak yang tidak biasa sarapan sebelum berangkat ke sekolah adalah karena tidak tersedia pangan untuk disantap, pangan tidak menarik, jenis pangan yang disediakan monoton (membosankan) dan tidak cukup waktu (waktu terbatas) untuk menyediakan sarapan karena harus berangkat pagi. Di perkotaan tidak sarapan seringkali disebabkan kesibukan ibu bekerja dan waktu yang amat terbatas dipagi hari

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

karena harus segera meninggalkan rumah (Khomsan, 2005)

Hal yang dapat dilakukan orang tua agar anaknya masih tetap sarapan tanpa membuat orang tua terlambat saat bekerja, misalnya orang tua sudah merencanakan dari malam hari menu sarapan yang ingin dimasak untuk keesokan hari, dan membuat sarapan dengan menu yang bervariasi agar anak tidak bosan. Alangkah lebih baiknya orang tua bangun lebih awal agar anak dapat sarapan lebih awal dan orang tua tidak terlambat untuk pergi bekerja. UKS sebagai pengawas kesehatan di sekolah juga sebaiknya mengingatkan bahwa pentingnya sarapan bagi siswa karena sarapan memiliki peran penting untuk anak agar proses belajar di sekolah berjalan dengan lancar. (Permenkes, 2014)

2. Tingkat Konsentrasi Anak di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Konsentrasi adalah pemusatan fungsi jiwa terhadap suatu objek seperti pada saat konsentrasi pada pikiran, pada perhatian dan sebagainya (Djamarah, 2008). Hendrata (2007) juga berpendapat bahwa

konsentrasi adalah sumber kekuatan pikiran dan bekerja berdasarkan daya ingat dan lupa dimana pikiran tidak dapat bekerja untuk lupa dan ingat dalam waktu bersamaan. Apabila konsentrasi seseorang mulai melemah maka akan cenderung mudah melupakan suatu hal dan sebaliknya apabila konsentrasi masih cukup kuat maka akan dapat mengingat dalam waktu yang lama.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa di SDN Pangeran 1 memiliki konsentrasi sedang sebanyak 60,8% dan konsentrasi baik sebanyak 31,1%. Apabila siswa memiliki konsentrasi yang baik maka akan berpengaruh kepada proses belajar mengajarnya. Siswa akan lebih fokus dan membuat prestasi siswa tersebut akan lebih baik. Anak usia sekolah sudah dapat berkonsentrasi lebih lama dibandingkan dengan anak yang berusia lebih muda dan mereka dapat fokus pada informasi yang dibutuhkan serta dapat menyaring secara langsung informasi yang tidak relevan, ini diyakini karena kematangan neurologis pada anak usia

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

sekolah. Menurut Surya (2010) konsentrasi belajar tidak datang dengan sendirinya atau dari pembawaan bakat seseorang sejak lahir. Konsentrasi belajar akan timbul dengan penciptaan dan perencanaan yang kemudian dijadikan kebiasaan dalam kegiatan belajar.

Konsentrasi merupakan salah satu tahap dari suatu proses belajar yang terjadi di sekolah. Konsentrasi erat kaitannya dengan umur motivasi. Tahap konsentrasi terjadi saat siswa harus memusatkan perhatian yang telah ada pada tahap motivasi, untuk tertuju pada hal-hal yang relevan dengan apa yang akan dipelajari. Pada tahap ini siswa harus memperhatikan unsur-unsur pokok dalam materi (Baharudin, 2010).

Apabila siswa memiliki konsentrasi rendah dapat berkontribusi sampai tidak naik kelas, hal ini dapat menyebabkan anak tersebut merasa malu dengan temannya dan menarik diri dari lingkungan sekitar. Semakin lama menarik diri akan membuat anak menjadi pribadi yang anti dengan sosial. Tidak jarang bila sudah seperti ini,

anak mengurung diri dan berakhir depresi. Jika terus dibiarkan dengan keadaan depresi, anak bisa saja melakukan percobaan bunuh diri.

Kemampuan konsentrasi siswa mempengaruhi prestasi, Fadhli (2010) mengungkapkan prestasi akademik dapat menurun akibat kurang konsentrasi belajar, didukung oleh pendapat Surya (2010), bahwa berdasarkan penelaahan para ahli pendidikan rendahnya kualitas prestasi belajar siswa sebagian besar disebabkan oleh lemahnya kemampuan anak didik untuk dapat melakukan konsentrasi belajar.

Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi konsentrasi ialah pendekatan belajar seperti desain belajar. Peran guru sangat penting saat di sekolah karena mengingat dari teori milik Syah (2010) disebutkan bahwa suasana mengajar, model pembelajaran dan materi yang diajarkan juga menjadi salah satu faktor pendukung apakah siswa tersebut dapat berkonsentrasi baik atau tidak. Jadi, guru sebaiknya pada saat mengajar selalu memperhatikan bagaimana model

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

pembelajaran yang cocok untuk materi yang disampaikan.

3. Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak Usia Sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin. Hasil penelitian ini mendukung penelitian milik Tamsuri (2012), bahwa terdapat hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar pada anak dengan nilai p value = 0,546 dengan tingkat hubungan yang sedang dan menunjukkan angka yang positif, artinya semakin baik kebiasaan sarapan maka semakin baik pula konsentrasi belajar pada anak tersebut. Penelitian ini dilakukan pada anak di SDN Sukosari II Kecamatan Kasembon Kabupaten Malang.

Keeratan hubungan antara sarapan dengan konsentrasi didapat dengan nilai r = 0,353 yaitu korelasi cukup kuat kearah positif yang artinya semakin baik sarapan maka semakin tinggi pula konsentrasi yang

dicapai anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Arifin (2015) perhitungan ini dapat dinilai rho yang didapatkan adalah (ρ 0,05 < 0,581), maka H_a diterima dan H_o ditolak, ada hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi siswa di SD Al-Fathimiyyah Surabaya, dengan hasil siswa sarapan berat dan konsentrasi baik sebanyak 37 siswa (62,7%) dan siswa tidak sarapan dengan konsentrasi kurang baik sebanyak 12 siswa (20,3%) dengan sampel sebanyak 59 siswa.

Hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin cukup kuat, karena semua responden sebagian besar memiliki kebiasaan sarapan yang cukup dengan selalu mengkonsumsi makanan pokok lengkap, seperti nasi, lauk pauk, sayur-sayuran maupun buah-buahan. Siswa SDN Pangeran 1 Banjarmasin sebagian besar juga memiliki konsentrasi yang sedang, sehingga menunjukkan hasil bahwa sarapan sangat mempengaruhi hasil konsentrasi pada saat belajar ataupun

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

melakukan kegiatan yang mengharuskan untuk fokus.

Nugroho (2007), Tonienase (2007), dan Syah (2010) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi adalah faktor internal, eksternal dan pendekatan belajar. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam seperti psikologis, fisiologis, termasuk turunnya kadar Hb karena nutrisi yang dikonsumsi kurang. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar, seperti lingkungan dan pergaulan. Faktor pendekatan belajar seperti desain belajar.

Faktor internal dalam konsentrasi salah satunya fisiologis, yaitu sarapan, selain sarapan, faktor internal yang mempengaruhi konsentrasi dari segi psikologis oleh siswa tersebut. Faktor eksternal yang berpengaruh untuk tingkat konsentrasi pada penelitian ini ialah lingkungan. Lingkungan di SDN Pangeran 1 Banjarmasin sangat tenang, karena tempatnya tidak terlalu dekat dengan jalan raya. Hal itu memungkinkan untuk menjadikan konsentrasi siswa tidak

terganggu, serta pencahayaan yang bagus juga mendukung terbentuknya konsentrasi yang baik, karena sesuai dengan hasil penelitian ini, bahwa konsentrasi pada SDN Pangeran 1 Banjarmasin mayoritas memiliki konsentrasi yang sedang. Guru juga sebaiknya selalu menjaga suasana kelas agar tetap kondusif dan tidak bising saat proses belajar mengajar.

Berdasarkan pengamatan peneliti didapatkan bahwa siswa perempuan memiliki konsentrasi buruk lebih banyak (5,4%) daripada siswa laki-laki (2,7%). Hal ini didukung oleh penelitian menurut Ghazvini (2011) menyatakan bahwa ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam konsentrasi dengan hasil kolerasi 0,0022, termasuk turunnya kadar Hb karena nutrisi yang dikonsumsi kurang. Hal ini disebabkan kadar Hb laki-laki lebih besar daripada perempuan. Jaleel, *et all* (2013) menyatakan bahwa ada perbedaan antara Hb dan kognitif siswa. Menurut hasil penelitian milik Gajre, *et all*, (2008) konsentrasi pada anak usia 11 – 13 tahun adalah usia yang rutin sarapan, tapi usia 11

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

tahun yang paling banyak yang melakukan sarapan.

Keterbatasan pada penelitian ini adalah peneliti tidak melakukan analisa bivariat pada faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi, misalnya, jenis kelamin dan usia. Akan tetapi, peneliti berupaya melakukan uji tabulasi silang antara jenis kelamin dengan konsentrasi, umur dengan konsentrasi.

Kesimpulan dari hasil penelitian adalah hasil penelitian pada siswa di SDN Pangeran 1 Banjarmasin terdapat sebanyak 22 orang (29,7%) yang memiliki sarapan baik dengan konsentrasi yang baik, sebanyak 43 orang (58,1%) yang memiliki sarapan baik dengan konsentrasi yang sedang, dan sebanyak 4 orang (5,4%) yang memiliki sarapan baik dengan konsentrasi yang buruk.

Berdasarkan analisis dilakukan oleh peneliti menggunakan uji Kendall Tau menunjukkan ada hubungan sarapan dengan konsentrasi pada anak usia sekolah di SDN Pangeran 1 Banjarmasin dengan nilai ($p = 0,002$ dengan nilai $p < 0,05$ dan $r = 0,353$)

dengan arah positif dan kolerasi cukup kuat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya sangat berterima kasih kepada STIKES Sari Mulia Banjarmasin yang telah memberikan saya surat izin untuk melakukan penelitian, dan ucapan terima kasih kepada Kepala Sekolah SDN Pangeran 1 Banjarmasin yang telah memberikan izin serta tempat untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- American Cancer Society. (2011). *Global cancer Facts & Figures 2nd Edition*. Atlanta: American Cancer Society.
- ASEAN Journal Of Psychiatry. (2016). Depression and Anxiety in Mothers of Children with Cancer and how They cope with it: a cross sectional study in eastern india, Vol. 17 (1), January - June 2016: XX-XX
- Carver, C.S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2),267-283. <http://dx.doi.org/10/1037/0022-3514.56.2.267> [Diakses 23 mei 2018].
- Handayani, Wiwik & Andi Sulisty Haribowo. (2008). *Buku Ajaran Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Jakarta: Salemba Medika.

Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi pada Anak

- Iranian Journal Of Pediatric Hematology Oncology. (2014). Depression Levels among Mother of Children with Leukemia. Vol. 4 No 3
- Journal E-Clinic (Eci)*. (2015). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Ibu Yang Anaknya Menderita Leukemia Limfoblastik Akut Di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. volume 3, nomor 1, Januari-April
- Kemertian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013. Jakarta: Kemertian Kesehatan RI.
- Mariyam, Kurniawan A. (2008). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan orang tua terkait hospitalisasi anak usia toddler di brsd raa sowoendo pati. J keperawatan.;1 (2): 38–56.
- Martino ML, Freda MF & Camera F. (2013). Effects of Guided Written Disclosure Protocol on mood states and psychological symptoms among parents of off-therapy acute lymphoblastic leukemia children. J Health Psychol, 18, 727-36.
- Norberg AL. & Boman KK. 2008. Parent Distress in Childhood Cancer: A Comparative Evaluation of Posttraumatic Stress Symptoms, Depression and Anxiety. Acta Oncol, 47, 267-274.
- Notoatmodjo S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. 2nd ed. Jakarta: PT. Rineka Cipra.
- Potts NL & Mandleco BL. (2007). Pediatric nursin: caring for children and their families. Canada: Thomson Delmar Learning.
- Rahmawati DR. 2013. Gambaran penyesuaian diri anak penderita leukemia terhadap hospitalisasi. Tesis. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rekam Medik Rumah Sakit Umum Daerah Ulin. (2017). Banjarmasin
- Sarafino E.P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. Fifth Edition*. USA: Jhon Wiley & Sons.
- Sarafino E.P & Smith TW. (2011). *Health psychology:Biopsychosocial Interacions (7thed)*. United States of America: Jhon Willey & Sons Inc.
- Suryati. 2010. Hubungan koping orang tua dan karakteristik anak dengan pertumbuhan dan perkembangan anak usia batita dan prasekolah penderita leukemia limfoblastik akut di RSAB Harapan Kita Jakarta. Tesis. Fakultas Ilmu Keperawatan Program Pascasarjana Ilmu Keperawatan Kekhususan Keperawatan Anak, Universitas Indonesia.
- Taylor SE, Peplau LA, & Sears DO. (2009). *Psikologi Sosial. Edisi Kedua belas*. Alih Bahasa: Tri Wibowo, B.S. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.