

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru, sebagai hasil pengalamannya sendiri dengan lingkungannya.. Oleh karena itu, belajar dapat terjadi di mana saja dan kapan saja, belajar yang diperoleh guna bekal hidup seseorang dimasa yang akan datang, untuk mendapatkan pengetahuan belajar seseorang di perlukan daya konsentrasi yang penuh, hal ini sejalan dengan pernyataan Hakim. T. (2012) menyatakan bahwa konsentrasi adalah sebagai syarat mutlak dalam melakukan aktivitas belajar. Konsentrasi memiliki peranan yang sangat penting bagi anak dalam menyerap dan mengingat pelajaran di sekolah.

Siswa yang dapat berkonsentrasi dalam belajar berkaitan dengan perilaku belajar yang meliputi perilaku kognitif, perilaku afektif, dan perilaku psikomotor. Karena belajar merupakan aktivitas yang berbeda-beda pada berbagai pelajaran, hal ini sesuai dengan pernyataan Daud (2010) bahwa konsentrasi memusatkan perhatian dalam bentuk penguasaan, penggunaan, penilaian sikap, pengetahuan yang terdapat dalam berbagai bidang studi. Oleh karena itu konsentrasi sangat penting dan perlu di latih, pikiran tidak boleh dibiarkan melayang-layang karena dapat menyebabkan gangguan konsentrasi, pikiran harus diarahkan ke suatu titik dalam suatu pembelajaran. Peningkatan konsentrasi belajar dapat di capai dengan berbagai cara, salah satunya adalah sarapan pagi.

Hasil penelitian Mawarni. E. (2021) menunjukkan hasil bahwa kebiasaan siswa melakukan sarapan sebelum pergi ke sekolah sebagian besar pada kategori kadang-kadang (78%). Kategori konsentrasi siswa menyatakan bahwa siswa dapat memperhatikan penjelasan guru dengan baik, dapat

berkonsentrasi di kelas, serta mereka juga menyatakan bahwa konsentrasi membuat siswa dapat menerima pelajaran dengan baik, di mana semua pernyataan tersebut berada pada kategori selalu. Berdasarkan data Rikesdas, 2010 bahwa mutu sarapan penduduk Indonesia masih rendah karena masih banyak anak yang tidak terbiasa sarapan. Angka kecukupan gizi (AKG) tahun 2004 adalah sebanyak 40,6%. Proporsi defisit energi terbanyak pada anak usia sekolah (41,2%). Pada anak usia sekolah konsumsi energi <70% yaitu 50,6% usia 7-12 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian Anam (2012) bahwa anak yang tidak biasa sarapan pagi mudah lelah dan tidak kuat melakukan aktivitas, tidak mampu berpikir dan tidak berpartisipasi penuh dalam belajar.

Sarapan pagi mempunyai peranan penting yaitu untuk memenuhi gizi di pagi hari, di mana siswa berangkat ke sekolah dan melakukan aktivitas. Apabila siswa terbiasa sarapan pagi maka akan berpengaruh terhadap kecerdasan otak terutama daya ingat. Sarapan pagi merupakan pasokan energi untuk otak yang paling baik agar dapat berkonsentrasi di sekolah, hal ini sejalan dengan pernyataan Suryabrata (2010) menyatakan bahwa ketika bangun pagi gula darah dalam tubuh kita rendah, maka tanpa sarapan, otak akan sulit untuk berkonsentrasi. Yang menyebabkan anak asyik dengan aktivitas bermainnya pada saat pembelajaran.

Hasil penelitian yang dilakukan Mindari. T (2015) menunjukkan hasil bahwa konsentrasi belajar siswa sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan berada pada kategori sedang (226,9) dan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan berada pada kategori tinggi (274,5). Berdasarkan hasil uji wilcoxon yang berhasil menunjukkan bahwa konsentrasi belajar siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan.

Dunia anak adalah dunia bermain, dalam kehidupan anak-anak sebagian besar waktunya dihabiskan dengan aktivitas bermain. Bermain menjadi aktivitas menyenangkan bagi anak yang dilakukan untuk mendapatkan kesenangan, hal ini sejalan dengan Smith and Pellegrini (2008) menyatakan bahwa bermain merupakan kegiatan yang dilakukan untuk

kepentingan diri sendiri, dilakukan dengan cara-cara yang menyenangkan, tidak diorientasikan pada hasil akhir. Pada dasarnya anak-anak senang sekali belajar asalkan dilakukan dengan cara yang menyenangkan yaitu bermain. Bermain merupakan cara yang tepat untuk meningkatkan konsentrasi belajar anak.

Pada observasi ditemukan identifikasi masalah bahwa, siswa yang terbiasa sarapan setiap harinya memiliki kemampuan lebih baik di sekolahnya. Sarapan yang baik akan membantu proses pertumbuhan siswa, sehingga siswa harus dibiasakan sarapan pagi. Namun demikian hal ini sering kali terabaikan oleh siswa dikarenakan orang tua yang terlalu sibuk kerja. Diketahui bahwa siswa yang terbiasa sarapan setiap harinya memiliki kemampuan lebih baik di sekolahnya. Sarapan yang baik akan membantu proses pertumbuhan siswa, sehingga siswa harus dibiasakan sarapan pagi. Namun demikian hal ini sering kali terabaikan oleh siswa dikarenakan orang tua yang terlalu sibuk kerja. Masih banyak orang tua yang mengabaikan sarapan pagi sebelum berangkat sekolah, fakta di lapangan menjelaskan banyak anak yang kurang konsentrasi pada saat belajar yang menyebabkan anak bermain pada saat belajar.

Berdasarkan uraian yang telah penulis ungkapkan dari latar belakang di atas, peneliti mengidentifikasi masalah yang ada penulis tertarik mengangkat judul penelitian **“Hubungan Sarapan Pagi dan Aktivitas Bermain Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas II MI Ar-Rahmah”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang ditulis, peneliti memberikan identifikasi masalah yang akan dijadikan bahan penelitian sebagai berikut:

1. Konsentrasi belajar rendah.
2. Lapar dapat mengganggu konsentrasi belajar siswa di kelas.
3. Sarapan pagi dapat menumbuhkan konsentrasi belajar yang baik.
4. Pada saat jam pelajaran siswa sering keluar masuk kelas.
5. Orang tua yang terlalu sibuk bekerja.

6. Sarapan yang berlebihan dapat membuat siswa mengantuk di kelas.
7. Tidak konsentrasi pada saat belajar yang menyebabkan anak bermain pada saat pembelajaran.

C. Pembatasan Masalah

Pada penelitian ini, masalah yang akan dibatasi adalah “Hubungan Sarapan Pagi dan Aktivitas Bermain Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas II MI Ar-Rahmah”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas yang telah diuraikan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat hubungan antara sarapan pagi dengan konsentrasi belajar ?
2. Apakah terdapat hubungan antara aktivitas bermain dengan konsentrasi belajar?
3. Apakah terdapat hubungan antara sarapan pagi dan aktivitas bermain dengan konsentrasi belajar?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ialah :

1. Untuk mengetahui hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar.
2. Untuk mengetahui hubungan aktivitas bermain dengan konsentrasi belajar.
3. Untuk mengetahui hubungan sarapan pagi dan aktivitas bermain dengan konsentrasi belajar.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini, terdapat manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan di sekolah

dasar dan menambah kajian ilmu pengetahuan dan menjadi pendukung teori untuk kegiatan penelitian selanjutnya khususnya yang berkaitan tentang kebiasaan sarapan pagi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi siswa

Dengan penerapan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah dapat meningkatkan konsentrasi siswa, meningkatkan keterampilan siswa, keterampilan sosial, kemampuan berpikir, meningkatkan motivasi belajar, dan meningkatkan daya konsentrasi siswa dalam melaksanakan kegiatan belajar di dalam kelas.

b. Bagi orang tua

Bagi orang tua dapat memperoleh pengetahuan tentang pentingnya menerapkan kebiasaan sarapan pagi terhadap siswa sebelum berangkat ke sekolah.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan sekolah dimasa yang akan datang.

