

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Menurut Undang-undang republik indonesia nomor 35 tahun 2014 tentang perubahan atas undang-undang nomor 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak menyatakan bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Anak sebagai tunas, potensi, dan generasi muda penerus cita-cita perjuangan bangsa memiliki peran strategis, ciri, dan sifat khusus sehingga wajib dilindungi dari segala bentuk perlakuan tidak manusiawi yang mengakibatkan terjadinya pelanggaran hak asasi manusia. Anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan (Indonesia. Undang-Undang, 2014).

Usia sekolah adalah anak pada usia 6-12 tahun, yang artinya sekolah menjadi pengalaman inti anak. Periode ketika anak-anak dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan orang tua mereka, teman sebaya, dan orang lainnya (Wong, 2009).

Belajar adalah suatu adaptasi atau proses penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif (Muhibbin Syah 2008). Dalam kamus besar bahasa Indonesia prestasi belajar merupakan penguasaan pengetahuan atas ketrampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran lazimnya ditunjukkan dengan tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru (KBBI 2011).

Menurut Petersen, konsentrasi adalah kemampuan seseorang untuk dapat mencurahkan perhatian dalam waktu yang relatif lama. Anak dikatakan konsentrasi pada pelajaran jika anak dapat memusatkan perhatian pada apa yang dipelajari. Anak yang sulit berkonsentrasi memiliki ciri-ciri: anak sering bosan terhadap suatu pekerjaan atau kegiatan, anak tampak tidak bisa duduk lama di kursi, tidak dapat tenang menerima pelajaran, tidak mendengarkan ketika diajak berbicara, sering melamun, mudah mengalihkan perhatian, gagal menyelesaikan

tugas, memainkan jari-jari tangan dan kaki ketika duduk, sering mengobrol dan mengganggu teman (Dalam Suntari, Widianah, 2012)

Prestasi belajar adalah suatu bukti keberhasilan belajar atau kemampuan seseorang siswa dalam melakukan kegiatan belajarnya sesuai dengan bobot yang dicapainya (Winkel dan Sunarto, 2009)

Prestasi belajar ialah hasil usaha bekerja atau belajar yang menunjukkan ukuran kecakapan yang dicapai dalam bentuk nilai. Prestasi belajar ditunjukkan dengan hasil nilai rapor atau nilai tes sumatif (Aiman, 2010).

Prestasi atau hasil belajar (achievement) merupakan realisasi dari kecakapan-kecakapan potensial atau kapasitas yang dimiliki seseorang. Penguasaan hasil belajar dapat dilihat dari perilakunya, baik perilaku dalam bentuk penguasaan pengetahuan, keterampilan berpikir maupun keterampilan motorik. Di sekolah, hasil belajar atau prestasi belajar ini dapat dilihat dari penguasaan siswa akan mata pelajaran yang telah ditempuhnya. Alat untuk mengukur prestasi/hasil belajar disebut tes prestasi belajar atau achievement test yang disusun oleh guru atau dosen yang mengajar mata kuliah yang bersangkutan (Sukmadinata, 2005).

Prestasi belajar adalah kesempurnaan yang dicapai seseorang dalam berfikir, merasa dan berbuat. Prestasi belajar dikatakan sempurna apabila memenuhi tiga aspek yakni: kognitif (pengetahuan), afektif (sikap) dan psikomotor (keterampilan), sebaliknya dikatakan prestasi kurang memuaskan jika seseorang belum mampu memenuhi target dalam ketiga kriteria tersebut (Nasution dan Sunarto 2005).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar merupakan tingkat kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mencerna informasi yang diperoleh dalam proses belajar mengajar. Prestasi belajar seorang siswa sering disajikan dalam bentuk simbol berupa angka, huruf maupun kalimat yang menceritakan hasil yang sudah dicapai oleh setiap siswa pada suatu periode tertentu. Prestasi belajar yang merupakan hasil pengukuran terhadap siswa meliputi aspek kognitif (pengetahuan), afektif (sikap) dan psikomotor (keterampilan) dapat diketahui setelah diadakan evaluasi yang disebut tes prestasi belajar (achievement test).

Makan pagi merupakan bagian dari kegiatan yang harus dipenuhi oleh setiap insan manusia karena melalui makan kita baru mempunyai energi untuk melakukan aktivitas hidup. Anak usia sekolah dasar (SD), yang dikategorikan masih dalam taraf perkembangan dan pertumbuhan, maka makan pagi atau sarapan mutlak sangat diperlukan untuk menunjang aktivitasnya. Terutama di jam-jam belajar disekolah, energi yang diperlukan untuk belajar sangat bergantung dari asupan gizi yang diperoleh dari makanan yang dimakan. Apabila anak tidak sarapan maka energi yang dibutuhkan untuk berpikir tidak mendukung, dampaknya anak tidak konsentrasi untuk belajar karena perut kosong sehingga berpengaruh terhadap hasil belajarnya. Anak yang tidak sarapan pagi cenderung tidak konsentrasi dalam belajar (Kleinman, 2013).

Kenyataan dilapangan, makan pagi tidak semulus seperti yang di harapkan, masih ada orang tua tidak menyempatkan membuat makan pagi untuk anaknya dikarenakan orang tua bekerja. Sekarang ini banyak orang tua yang bekerja sehingga tak memiliki waktu untuk menyiapkan sarapan pagi buat anaknya kesekolah, sehingga banyak anak sekolah yang tak terbiasa makan pagi (Devi, 2012).

Manusia membutuhkan sarapan pagi karena dalam sarapan pagi diharapkan terjadinya ketersediaan energi yang digunakan untuk jam pertama melakukan aktivitas. Akibat tidak sarapan pagi akan menyebabkan tubuh tidak mempunyai energi yang cukup untuk melakukan aktivitas terutama pada proses belajar karena pada malam hari di tubuh tetap berlangsung proses oksidasi guna menghasilkan tenaga untuk menggerakkan jantung, paru-paru dan otot-otot tubuh lainnya (Moehji, 2009).

Sarapan merupakan makanan yang dikonsumsi sebelum atau pada awal kegiatan sehari-hari, dalam waktu dua jam setelah bangun tidur, biasanya tidak lewat dari jam 10.00 dan memberi asupan kalori sekitar 20—35% dari total kebutuhan energi harian (Giovannini 2008).

Sarapan pagi bagi anak usia sekolah sangat penting, karena waktu sekolah anak-anak banyak melakukan aktivitas yang membutuhkan energi cukup besar. Hasil penelitian pada anak sekolah dasar di Kabupaten Bogor menunjukkan ada perbedaan yang nyata dalam kemampuan konsentrasi menggunakan uji digit

simbol antara anak yang biasa sarapan dengan yang tidak biasa sarapan (Muchtart 2011).

Penelitian lain menunjukkan bahwa konsumsi sarapan dapat meningkatkan fungsi kognitif yang berhubungan dengan memori, nilai tes, dan kehadiran di sekolah (Rampersaud et al. 2005).

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 namun dengan kadar lemak rendah. Selain itu, mengonsumsi protein dan kadar serat yang tinggi juga dapat membuat seseorang tetap merasa kenyang hingga waktu makan siang (Jetvig, 2010).

Sarapan pagi yang baik harus banyak mengandung karbohidrat karena akan merangsang glukosa dan mikro nutrient dalam otak yang dapat menghasilkan energi, selain itu dapat berlangsung memacu otak agar membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran (Moehji, 2009).

Sarapan pagi sangat bermanfaat bagi setiap orang. Bagi orang dewasa, sarapan pagi dapat memelihara ketahanan fisik, mempertahankan daya tahan tubuh saat bekerja dan meningkatkan produktivitas kerja. Bagi anak sekolah, sarapan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran sehingga prestasi belajar lebih baik (Khomsan, 2010)

Sarapan pagi termasuk dalam Pedoman Umum Gizi Seimbang dalam pesan kedelapan. Makan pagi dengan makanan yang beraneka ragam akan memenuhi kebutuhan gizi untuk mempertahankan kesegaran tubuh dan meningkatkan produktifitas dalam bekerja. Pada anak-anak, makan pagi akan memudahkan konsentrasi belajar sehingga prestasi belajar bisa lebih ditingkatkan (Soekirman, 2000).

Sarapan juga berhubungan dengan performa belajar. Anak yang tidak sarapan memiliki daya ingat yang terbatas, kurang dapat mengerjakan tugas di kelas, sering mendapatkan nilai ujian yang rendah bahkan sering absen (Soekirman, 2000). Sarapan memberikan kontribusi dalam meningkatkan konsentrasi belajar (Khomsan, 2005).

Sarapan meningkatkan fungsi kognitif terkait memori, tingkat ujian dan tingkat kehadiran di sekolah (Rampersaud, et al., 2005).

Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi faktor fisiologis yang terdiri dari kondisi fisik, faktor psikologis yang terdiri dari kecerdasan siswa, motivasi, minat, sikap dan bakat, dan faktor kelelahan. Sedangkan yang termasuk dalam faktor eksternal adalah lingkungan sosial sekolah, lingkungan sosial masyarakat, lingkungan sosial keluarga. Sebagaimana telah kita ketahui bahwa sekolah adalah tempat belajar bagi anak. Sekolah memberikan serangkaian materi untuk mengasah dan mengembangkan kemampuan seorang anak. Di sekolah juga terdapat pendewasaan untuk anak, namun yang perlu diingat bahwa sekolah bukan satusatunya tempat untuk mendidik dan melatih anak, karena masih ada lingkungan masyarakat dan lingkungan keluarga.

Dengan memberikan pola asuh yang benar dan tepat kepada anak, maka akan melahirkan anak yang berprestasi di kelas, bahkan di sekolah. Namun, kita juga harus mengetahui terlebih dahulu bahwa mendidik anak usia sekolah dasar tidaklah mudah. Butuh pendekatan yang mampu membuat siswa nyaman (Aiman, 2010).

Secara nasional, kualitas kesehatan anak sekolah dasar masih sangat rendah. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007 menunjukkan bahwa rata-rata status gizi kurus ($IMT < -2SD$) pada anak usia sekolah (6-14 tahun) sebanyak 13,3% laki-laki dan 10,9% perempuan (Depkes RI, 2008b). Defisit energi ditunjukkan pada konsumsi energi anak usia sekolah dasar di Indonesia yang masih di bawah kebutuhan minimal ($< -2SD$) sebanyak 23,1% laki-laki dan 19,1% perempuan (Depkes RI, 2008a). Analisa data yang dilakukan terhadap data konsumsi pangan Riskesdas 2010 pada 35.000 anak usia sekolah dasar menunjukkan anak mengkonsumsi sarapan dengan kualitas rendah yaitu sebanyak 44,6% anak memiliki asupan energi sarapan $< 15\%$ dan sebanyak 35,4% anak memiliki asupan protein $< 15\%$ (Hardinsyah, et al., 2012).

Berdasarkan hasil penelitian yang membuktikan adanya hubungan antara makan pagi dengan kemampuan konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar.

Telah terbukti adanya korelasi yang signifikan antara makan pagi dengan kemampuan konsentrasi belajar ($p=0,011$) (Dian, 2011).

Penelitian lain menyatakan bahwa ada 71,4% responden yang menyatakan sarapan membuat selalu lebih berkonsentrasi saat belajar dikelas. Dan 28,6% menyatakan kadang-kadang membuat lebih berkonsentrasi. Dan tidak ada responden yang menyatakan mengkonsumsi sarapan tidak membuat berkonsentrasi. Ini berarti bahwa mayoritas siswa dapat lebih berkonsentrasi setelah mengkonsumsi sarapan di pagi hari (Istianah, 2008).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi di SDN Pondok Cabe Ilir 01 kelas V masih banyak siswa yang tidak melakukan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti akan meneliti sekolah dasar yang terdapat di Pondok Cabe Ilir , berdasarkan hasil survey di sekolah dasar tersebut banyak anak yang masih malas melakukan sarapan pagi, maka penulis tertarik untuk meneliti di SDN Pondok Cabe Ilir 01 dengan sasaran utamanya adalah siswa kelas V, penulis tertarik untuk mencari tahu apakah ada hubungan antara sarapan pagi dengan nilai evaluasi belajar harian pada siswa kelas V SDN Pondok Cabe Ilir 01.

I.2 Rumusan Masalah

Analisa data yang dilakukan terhadap data konsumsi pangan Riskesdas 2010 pada 35.000 anak usia sekolah dasar menunjukkan anak mengkonsumsi sarapan dengan kualitas rendah yaitu sebanyak 44,6% anak memiliki asupan energi sarapan <15% dan sebanyak 35,4% anak memiliki asupan protein <15% (Hardinsyah, et al., 2012).

Defisit energi ditunjukkan pada konsumsi energi anak usia sekolah dasar di Indonesia yang masih di bawah kebutuhan minimal (<-2SD) sebanyak 23,1% laki-laki dan 19,1% perempuan (Depkes RI, 2008).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas perlu diteliti dan dapat di rumuskan masalah yaitu “Bagaimana Hubungan Sarapan Pagi Dengan Nilai Evaluasi Belajar Harian Pada Siswa Kelas V di SDN Pondok Cabe Ilir 01?”.

I.2.1 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin ?
2. Bagaimana kebiasaan sarapan pagi responden ?
3. Apakah ada hubungan antara sarapan pagi dengan nilai evaluasi belajar harian siswa ?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Sarapan Pagi Dengan Nilai Evaluasi Belajar Harian Pada Siswa Kelas V di SDN Pondok Cabe Ilir 01.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahi karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin siswa kelas V di SDN Pondok Cabe Ilir 01.
- b. Mengetahui kebiasaan sarapan pagi siswa kelas V di SDN Pondok Cabe Ilir 01.
- c. Menganalisa hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak kelas V di SDN Pondok Cabe Ilir 01.

I.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

I.4.1 Bagi Ilmu Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini sebagai informasi bagi profesi keperawatan dalam pengembangan dunia pendidikan dan keperawatan, khususnya keperawatan anak tentang pelaksanaan penyuluhan mengenai pentingnya sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak.

I.4.2 Bagi Institusi SDN Pondok Cabe Ilir 01

Dengan adanya hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan baru terhadap pentingnya sarapan pagi dengan prestasi belajar di lingkungan SDN Pondok Cabe Ilir 01.

I.4.3 Bagi Siswa

Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi kepada siswa mengenai hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar di sekolah.

I.4.4 Bagi Orang Tua.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan orang tua dapat lebih memperhatikan pemberian sarapan pagi terhadap anak sebelum berangkat ke sekolah.

I.4.5 Bagi Peneliti

Merupakan bentuk dari hasil pembelajaran yang diperoleh selama perkuliahan dan memperoleh pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak.

I.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini membatasi ruang lingkup penelitian, yaitu hubungan sarapan pagi dengan nilai evaluasi belajar harian. Penelitian akan dilakukan di SDN Pondok Cabe Ilir 01, dengan populasi sampel 120 siswa dari kelas V, dimana variable independen adalah sarapan pagi, sedangkan variable dependen adalah nilai evaluasi belajar harian.