

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini upaya meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia adalah dengan memperkuat kurikulum, meningkatkan kualitas pendidik dan teknologi pembelajaran. Kualitas pendidikan sangat berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Disamping kualitas pendidikan, salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa adalah kemampuan berkonsentrasi siswa (Fatchuroji et al., 2023). Permasalahan yang sering terjadi saat proses pembelajaran adalah kurangnya tingkat konsentrasi belajar anak untuk fokus terhadap materi yang sedang disampaikan di dalam kelas (Sita Mawarni & Asriyanti, 2023). Sebuah studi yang dilakukan oleh (Pratiwi & Nur Asi, 2022) mengatakan bahwa hanya 1 dari 12 anak dalam satu kelas yang memiliki konsentrasi belajar yang baik. Pentingnya konsentrasi memungkinkan siswa untuk lebih menguasai pembelajaran yang disampaikan serta meningkatkan semangat dan motivasinya untuk lebih aktif dalam proses belajar di dalam kelas (Riinawati, 2021). Konsentrasi mempunyai pengaruh yang besar terhadap keberhasilan proses belajar mengajar. Jika seseorang sulit berkonsentrasi belajar maka nilai prestasi tidak akan maksimal. Konsentrasi belajar merupakan cerminan kemampuan kognitif anak sehingga berperan penting dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif yang dapat meningkatkan tingkat keberhasilan belajar pada anak (Gede Yenny, 2022)

Di era modern yang serba cepat ini, belajar bukan lagi menjadi kegiatan sehari-hari yang diminati anak-anak. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh

beberapa faktor seperti: rasa malas, bosan, atau sulitnya anak berkonsentrasi pada suatu hal (Andriana et al., 2023). Konsentrasi belajar sangat diperlukan dalam segala kegiatan pembelajaran. Proses pembelajaran menuntut siswa untuk fokus belajar agar dapat memahami konten yang diajarkan, meliputi konsep, teori, serta permasalahan dan pertanyaan yang disajikan (Andriana et al., 2023).

Survei Kesehatan Anak Nasional yang didapatkan oleh pusat pengendalian dan pencegahan penyakit AS menemukan bahwa 9,5% anak-anak berusia antara 4 - 17 tahun mengalami kesulitan berkonsentrasi di sekolah yang disebabkan oleh banyak faktor internal maupun eksternal, salah satunya yakni rendahnya tingkat konsentrasi belajar pada anak (*Centers for Disease Control and Prevention*, 2010). Indeks program pembangunan manusia yang dikeluarkan oleh *United Nation Development Progam* (UNDP) Indonesia menempati peringkat 121 dari 184 negara di dunia, laporan kasus ini menjelaskan sulitnya membangun konsentrasi belajar sehingga menjadi masalah penting yang dihadapi anak-anak di Indonesia (Gede Yenny, 2022). Hasil studi mengenai upaya peningkatan belajar pada anak pra sekolah (Cecep et al., 2022) dalam satu kelas, didapatkan hanya 4 anak (25,00%) yang fokus berkonsentrasi saat belajar, sedangkan yang tidak fokus dalam konsentrasi belajar berjumlah 12 orang (75,00%).

Menurut John Locke seorang pencetus teori “*Tabula Rasa*” menganggap bahwa anak adalah individu yang diibaratkan seperti kertas putih yang belum tercoret oleh tinta. Selain itu, NAEYC (*National Association for The Education of Young Children*), menyatakan yang termasuk kategori anak

usia dini adalah anak yang berusia 0 – 8. Anak-anak pada rentang usia dini memerlukan motivasi dan asupan yang tepat dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan (Kurnia, 2020). Usia dini merupakan usia peka yang penting bagi anak untuk mendapatkan pendidikan. Oleh karena itu diperlukan upaya yang mampu memfasilitasi anak dalam masa tumbuh kembangnya berupa kegiatan pendidikan dan pembelajaran sesuai usia, kebutuhan dan minat anak sehingga kualitas konsentrasi belajar dapat terbentuk dengan baik (Rusyidiana et al., 2023).

Penurunan konsentrasi belajar pada anak dapat disebabkan oleh faktor eksternal meliputi suara gaduh, teman dan orang disekitar anak yang mengajak bicara, suasana dan kondisi kelas, serta sumber energi anak berupa makanan seperti asupan yang dikonsumsi sehari-hari. Terdapat 3 jenis makanan cepat saji yang paling banyak digemari anak-anak yang dapat mengganggu kinerja otak anak apabila dikonsumsi secara sering yaitu sosis sebanyak 45 anak (64,3%), nugget sebanyak 41 anak (58,6%), dan kentang goreng sebanyak 48 anak (68,6). % (Hartian & Harahap, 2023).

Upaya memperkenalkan kebiasaan makan yang baik perlu diperhatikan berbagai faktor yang mempengaruhi yaitu jenis kelamin, pantangan, pekerjaan ibu, pendidikan ibu, jumlah anggota keluarga, tingkat penghasilan orang tua, serta peranan pola asuh orang tua. Berbagai permasalahan konsumsi makanan anak pada usia praskolah antara lain anak mengkonsumsi makanan dengan jenis yang terbatas, sangat sulit untuk mengatuh kebiasaan makan anak, anak tidak menyukai makanan seperti sayuran dan buah, serta anak lebih suka mengkonsumsi makanan ringan seperti *fast food* (Syahroni et al., 2021). Gejala

perilaku seperti hiperaktif, mudah mengantuk, lemas ataupun melamun dapat dipengaruhi oleh faktor pola konsumsi makanan anak (Romadona et al., 2021). Anak-anak yang sering mengonsumsi makanan cepat saji dapat mengalami penurunan konsentrasi belajar sebesar 0,939 kali lipat daripada yang jarang mengonsumsi makanan cepat saji (Aulia et al., 2022).

Pemenuhan gizi yang buruk dapat mempengaruhi keberhasilan akademik anak, seperti menurunnya konsentrasi belajar di kelas, menurunnya daya ingat, dan menurunnya motivasi belajar (Dwi et al., 2022). Makanan cepat saji dapat mengganggu prestasi akademik karena kandungan gula dan natrium yang tinggi mempengaruhi tingkat konsentrasi belajar anak, anak akan sulit melakukan kegiatan yang memerlukan konsentrasi dalam waktu lama. Fluktuasi gula darah juga dapat menjadi perubahan suasana hati dan kurangnya kewaspadaan, sehingga mengurangi kemampuan berkonsentrasi saat belajar di kelas (Thomas, 2018).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Romadona et al., 2021) yang dilakukan di sekolah dasar daerah kota Bandung menunjukkan sebanyak 52.6% siswa sekolah dasar mengonsumsi makanan cepat saji dalam frekuensi lebih dari 5 kali perhari disertai dengan keluhan orang tua siswa yang mengaku anaknya lebih sering mudah sakit dan lelah. Penelitian yang dilakukan oleh jatmikowati di daerah jember tentang Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini didapatkan mayoritas orang tua menyediakan makanan dalam bentuk makanan siap saji seperti mie instan, sosis, dan makanan ringan sebagai bekal anak ke

sekolah, dengan kategori konsumsi sering sejumlah 58 anak (65,2%) dari total 95 anak (Jatmikowati et al., 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di TK daerah Kota Malang yaitu TK IQRO pada tanggal 12-13 Desember 2023. Beberapa guru mengatakan anak-anak cenderung sulit diatur dan sulit berkonsentrasi selama belajar di dalam kelas, guru tersebut mengatakan terdapat beberapa anak yang sulit berkonsentrasi belajar dari pagi ketika kelas dimulai dan juga anak yang konsentrasi belajarnya menurun ketika selesai istirahat menjelang siang. Setelah dilakukan wawancara secara acak kepada 5 siswa, 3 dari mereka sulit berkonsentrasi dan cepat merasa bosan ketika belajar dalam kelas, dan 2 anak terkadang mengantuk dan merasa lelah. Penulis mengamati kegiatan mulai dari pembelajaran sampai anak pulang dijemput oleh orangtuanya, hal ini menyita perhatian ketika jam makan siang anak-anak mengeluarkan bekal yang dibawah dari rumah yang sebagian besar berupa makanan-makanan cepat saji berupa mie instan, nugget, sosis, dan makanan ringan kemasan. Tidak berhenti disitu, orang tua dan anak juga terlihat membeli makanan pinggir jalan yang kurang baik untuk pemenuhan gizi anak dalam sehari-hari.

Dengan demikian dapat ditarik benang merah penting untuk memberikan pengetahuan mengenai bahayanya pengaruh konsumsi makanan cepat saji dengan konsentrasi belajar kepada orang tua, guru dan anak prasekolah agar anak mendapatkan sumber nutrisi yang baik. Pola makan yang baik tidak hanya dapat mengoptimalkan tumbuh kembang anak, namun juga memberikan dampak positif yang menunjang konsentrasi anak dalam belajar. Berdasarkan fenomena diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian

terkait Hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan konsentrasi belajar pada anak pra sekolah. Penulis tidak menemukan penelitian dan jurnal dengan topik dan variabel yang sama persis sebelumnya, seperti penelitian yang dilakukan oleh (Aulia et al., 2022) dengan judul “Pengaruh Makanan Cepat Saji Terhadap Konsentrasi Belajar” dikarenakan penelitian ini menggunakan responden usia remaja. Penelitian yang sejenis juga dilakukan oleh (Saleh, 2019) tentang “Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Siap Saji, Status Gizi dan Kejadian Hipertensi Dengan Fungsi Kognitif Pada Remaja” yang berfokus pada fungsi kognitif pada remaja. Dengan demikian penulis ingin mengetahui lebih dalam mengenai hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan konsentrasi belajar pada anak pra sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan konsentrasi belajar pada anak pra sekolah ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan konsentrasi belajar anak pra sekolah.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi gambaran konsentrasi belajar anak pra sekolah
2. Mengidentifikasi gambaran kebiasaan konsumsi makanan cepat saji anak pra sekolah

3. Menganalisa hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan konsentrasi belajar pada anak pra sekolah

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Masyarakat secara luas sebagai pengguna Hasil Penelitian

Memberikan tambahan informasi tentang “Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan cepat saji dengan Konsentrasi Belajar pada Anak Pra Sekolah” baik pada orang tua maupun guru yang mendampingi di sekolah. Sehingga orang tua dapat memahami dan menerapkan prinsip pemberian makanan bergizi pada anak dan guru disekolah dapat memberikan edukasi pada anak maupun orang tua dalam pemenuhan makanan bergizi untuk anak sehari-hari.

1.4.2 Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan

Sebagai tambahan referensi penelitian baru yang berguna bagi peneliti khususnya di bidang anak, serta hasil penelitian dapat digunakan sebagai acuan tambahan guru, orangtua, dan masyarakat umum mengenai edukasi hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan konsentrasi belajar pada anak pra sekolah.