

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN KEBIASAAAN SARAPAN DENGAN TINGKAT KONSENTRASI BELAJAR PADA SISWA KELAS IV & V DI SD NEGERI 4 SOPAI TAHUN 2025

Tandi Palette¹, Dynastin Since Pakita², Susanti Nari³

tandipalette2@gmail.com

Program Studi Ilmu Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia ^{1,2,3}

Abstrak

Konsentrasi belajar merupakan faktor penting dalam proses pembelajaran, dan salah satu penyebab menurunnya konsentrasi adalah kebiasaan tidak sarapan pagi serta kurangnya dukungan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga terhadap kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar siswa.

Metode dalam penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah 78 siswa kelas IV dan V di SDN 4 Sopai. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji Fisher's Exact Test.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki dukungan keluarga yang baik (74,4%) dan konsentrasi belajar yang baik (75,6%). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar siswa ($p = 0,018 < \alpha = 0,05$). Odds ratio sebesar 3,927 menunjukkan bahwa siswa dengan dukungan keluarga baik memiliki peluang 3,9 kali lebih besar untuk memiliki konsentrasi belajar yang baik.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga mengenai kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar siswa. Disarankan agar orang tua lebih memperhatikan pentingnya sarapan pagi dan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung bagi anak.

Kata Kunci :Dukungan keluarga, sarapan pagi,konsentrasi belajar

Abstract

Learning concentration is a key factor in the education process. One of the contributing causes of low concentration among students is the lack of breakfast and inadequate family support. This study aims to examine the relationship between family support for breakfast habits and students' concentration levels.

Methods this research used a descriptive analytic design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 78 fourth and fifth-grade students at SDN 4 Sopai. Data were collected using questionnaires and analyzed with the Fisher's Exact Test.

Results: The results showed that the majority of students received good family support (74.4%) and had good learning concentration (75.6%). Statistical tests indicated a significant relationship between family support for breakfast and learning concentration ($p = 0.018 <$

$\alpha = 0.05$). An odds ratio of 3.927 means students with strong family support were 3.9 times more likely to have good concentration.

Conclusion: There is a significant relationship between family support for breakfast and the concentration level of students. It is recommended that parents provide adequate breakfast and create a supportive learning environment for their children.

Keywords : Family support, breakfast, learning concentration, elementary students.

**Correspondent Author:*

Email: tandipalette2@gmail.com

PENDAHULUAN

Permasalahan pada siswa salah satunya kurang pemahaman dalam mencerna pelajaran akibat siswa kurang berkonsentrasi pada saat guru menerangkan materi pembelajaran. Penyebab anak tidak sarapan pagi sebelum berangkat kesekolah. ketidakberdayaan melakukan konsentrasi ini, merupakan problematik aktual di kalangan siswa sekolah dasar. Konsentrasi merupakan pemusatan perhatian pada suatu objek dalam proses pembelajaran. Terdapat beberapa faktor yang dapat memberikan pengaruh pada konsentrasi belajar anak salah satunya kebiasaan sarapan pagi dan juga dukungan keluarga menurut (Wati dkk., 2021). Dampak yang timbul apabila seseorang merasa sulit dalam berkonsentrasi yaitu susah dalam mencerna pelajaran dan akan sia-sia waktu, biaya serta tenaga yang diberikan.

Menurut *World Health Organization* WHO, dukungan keluarga yang kuat dan kebiasaan sarapan pagi berhubungan dengan tingkat konsentrasi dukungan keluarga yang baik dapat memberi rasa aman dan mengurangi beban resiko psikologis, sementara sarapan pagi memberikan energi dan nutrisi yang dibutuhkan otak untuk berkonsentrasi. Beberapa penelitian di Indonesia menyebutkan bahwa sekitar 46,2% siswa Indonesia mengalami masalah fokus, belajar salah satu penyebabnya adalah kurangnya kebiasaan sarapan menurut (Hendrik Alvin Zebua, 2021) di Indonesia sendiri ditemukan sebesar 40% peserta didik tidak membiasakan diri untuk sarapan. Pentingnya sarapan pagi sebelum melakukan aktivitas pembelajaran karena jika seseorang tidak sarapan dapat berdampak pada tingkat konsentrasi seseorang dalam proses belajar, karena nutrisi yang dikonsumsi seseorang pada saat sarapan pagi dapat digunakan untuk menjadi bahan bakar otak sehingga dapat membantu konsentrasi.

Menurut data Unesco 2023, menunjukkan bahwa populasi anak sekolah dasar global diperkirakan mencapai puncaknya pada 820 juta pada tahun 2023. Data siswa sekolah dasar Indonesia tahun 2024 menurut kementerian pendidikan kebudayaan, riset dan teknologi (Kemendikbudristek 2025) pada semester ganjil tahun ajaran 2024/2025, jumlah siswa dasar (SD) di Indonesia mencapai 23,93 juta siswa. Menurut data KEMENDIKBUDRISTEK 2024/2025 data siswa Sekolah Dasar di Sulawesi Selatan mencapai 6.461 jiwa. Sedangkan data siswa Sekolah Dasar di Toraja utara mencapai sekitar 37,237 jiwa yang setara dengan 13,97% dari total jumlah penduduk toraja utara

yang mencapai 266,510 jiwa pada tahu yang sama. menurut data Provinsi Sulawesi Selatan menunjukkan bahwa sekitar 61,3% anak memiliki dukungan keluarga yang tinggi, sementara 38,7% memiliki dukungan yang rendah. Sarapan pagi merupakan asupan makanan pertama yang masuk kedalam tubuh setelah puasa saat tidur di malam hari. Saat sarapan otak kembali mendapatkan asupan nutrisi. Sarapan yang sehat harus memenuhi sekurangnya seperempat dari kebutuhan nutrisi harian. (Hartati Bahar, 2023). Setidaknya menu sarapan pagi harus mengandung karborhidrat, protein, vitamin, mineral dan serat, serta air yang cukup untuk membantu proses pencernaan, meningkatkan energi juga konsentrasi dan daya ingat.

Konsentrasi belajar memang sangat diperlukan dalam proses pembelajaran apapun konsentrasi penuh pada siswa akan membuat siswa tersebut dapat menangkap materi yang sedang diajarkan dalam pembelajaran, konsentrasi belajar sangat dibutuhkan siswa untuk memahami topik tertentu, informasi dari berbagai sudut pandang dan mata pelajaran yang akan digabungkan (Mardiaan, 2023). Sarapan memiliki peran penting dalam menyediakan energi yang dibutuhkan untuk memulai aktivitas di pagi hari, termasuk dalam menunjang konsentrasi saat belajar. Sayangnya masih banyak siswa sekolah dasar yang melewatkan sarapan dengan berbagai alasan, seperti kurangnya waktu, kebiasaan keluarga atau tidak adanya makanan yang tersedia di rumah. Dalam konteks ini, keluarga menjadi sangat penting untuk membiasakan anak sarapan pagi, mulai dari menyediakan makanan sehat, membiasakan anak sarapan sebelum kesekolah, hingga memberikan pemahaman tentang pentingnya sarapan.

Sarapan pagi merupakan makanan yang diasup pada pagi hari bertugas mensuplai kadar gula darah. Anak yang tidak meninggalkan sarapan pagi akan berdampak dengan kinerja untuk otak agar dapat membantu meningkatkan daya ingat, mengurangi resiko anemia dan konsentrasi saat belajar. menurut (Desi Rahmawati, 2022) keluarga memiliki tugas sebagai tempat pertama untuk mengenalkan pendidikan bagi anak yakni dengan memberikan bimbingan dan pendidikan dasar. Orang tua yang memberikan perhatian serta dukungan yang besar bagi anaknya akan mendorong anak untuk belajar dengan tekun dikarenakan akan membutuhkan suatu tempat, waktu dan kondisi yang mendukung dalam belajar. menurut (Elita Endahmawrni, 2021).

Konsentrasi sangat diperlukan pada saat proses pembelajaran berlangsung, dengan konsentrasi yang memadai kadang hasilnya lebih baik, dibandingkan dengan belajar dalam waktu yang lama namun kurang konsentrasi yang memadai. Belajar dikatakan penting, karena melalui proses belajar siswa mengenal huruf angkah, pandai berhitung, bisa membaca dan menulis. Bagi anak sekolah, meninggalkan sarapan membawa dampak yang kurang menguntungkan. Konsentrasi dikelas biasa buyar karena tubuh tidak memperoleh masuknya gizi yang cukup. Sebagai gantinya, anak jajan disekolah untuk sekedar mengganjal perut. Tetapi mutu dan keseimbangan gizi jadi tidak seimbang. Oleh karena itu kebiasaan sarapan pagi hendaknya dipertahankan dalam setiap keluarga. (Sulastri Hasan, 2022).

Menurut (Desak Gede Yenny, 2022) Konsentrasi dapat juga dikatakan dapat sebagai serangkaian usaha untuk menyediakan atau melakukan sesuatu dan bila tidak suka maka akan berusaha untuk melakukan pengelakan perasaan tidak suka. Konsentrasi dijadikan sebagai keseluruhan daya pergerakkan didalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan yang memberikan arah pada proses belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar tercapai itu dapat tercapai dan bisa menjadikan siswa berprestasi belajar disekolah anak yang menurut (Endang Sri Wahjudi,

2022) Melewatkan sarapan membuat anak tidak berenergi karena perut kosong sehingga anak menjadi susah belajar tidak memfokuskan pikiran untuk belajar.

Hal tersebut sangat tidak mendukung dalam peningkatan prestasi belajar disekolah. menurut((Rahwati, 2020). Akibat tidak sarapan pagi akan menyebabkan tubuh tidak mempunyai energi yang cukup untuk melakukan aktivitas terutama pada proses belajar. Kurangnya gizi pada anak akan mengakibatkan daya tangkap kurang, konsentrasi belajar kurang, pertumbuhan fisik yang tidak optimal postur tubuh cenderung pendek, anak tidak aktif bergerak dan daya tahan tubuhnya. Solusi yang bisa diberikan sebaiknya siswa meyelesaikan waktu untuk melakukan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah dan orang tua diharapkan dapat menyiapkan sarapan pagi yang didalamnya terkandung nutrisi yang cukup serta gizi yang baik untuk kebutuhan anak menurut. (Hanim, 2022). Pada usia sekolah, anak sudah memulai lepas dari pengawasan orang tua dan bergaul dengan teman sekolahnya. Masa usia ini sangat memerlukan perhatian terutama dalam hal membiasakan anak untuk sarapan pagi sebelum berangkat sekolah. Hal ini menjadi kewajiban orang tua dalam menjamin terpenuhinya hak anak untuk memperoleh makanan secara cukup dan berkualitas. Jika dilengkapi dengan pola asuh yang baik makan anak akan tumbuh berkembang secara optimal menjadi generasi berkualitas dan Tangguh.

Hasil Studi pendahuluan jumlah siswa SDN 4 Sopai kelas IV Dan V sebanyak 78 siswa, Dimana siswa kelas IV 44 siswa, kelas V berjumlah 34 siswa. Dilakukan tanya jawab dengan salah satu Guru di SDN 4 Sopai, dimana didapatkan informasi terkait pembelajaran di kelas banyak anak tidak berkonsentrasi saat belajar salah satunya sering melamun, anak tidak konsentrasi ketika ditanya guru, sering tidak memperhatikan guru selama pembelajaran, mengganggu teman-teman dalam kelas saat belajar disebabkan karena anak jenuh, gelisah karena lapar sedangkan wawancara yang dilakukan dengan 33 orang anak mengatakan bahwa 10 anak setiap paginya sebelum sekolah melakukan sarapan dan anak tiak melakukan sarapan dan 23 anak tidak melakukan sarapan karena buru-buru saat berangkat sekolah dan tidak merasa lapar.

Maka berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ber judul “Hubungan Dukungan Keluarga Tentang Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Tingkat Kosentrasi Belajar Pada Siswa SDN 4 Sopai Kelas IV Dan V Tahun 2025”. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan mengenai dunia pendidikan dan dunia kesehatan

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* merupakan pendekatan dimana pengambilan data variabel independen dan dependen dilakukan secara bersamaan yang bertujuan melihat hubungan dukungan keluarga tentang kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat kosentrasi belajar pada siswa sdn 4 sopai kelas IV dan V. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV Dan V di SDN 4 Sopai dengan jumlah 78 orang. Instrument dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner. Pada penelitian ini menggunakan SPSS versi 21 dengan Analisa uji *Fisher's Exact Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Demografi Responden

1) Umur Siswa

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Di SDN 4 Sopai Tahun 2025

Umur Responden (Tahun)	Frekuensi (n)	Presentase %
9	1	1,3
10	45	57,7
11	32	41,0
Total	78	100

Sumber : data primer tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 78 responden, mayoritas responden 11 tahun yaitu 32 orang (41,0%).

2) Jenis Kelamin

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di SDN 4 Sopai Tahun 2025

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase%
Perempuan	40	51,3
Laki-laki	38	48,7
Total	78	100

Sumber : data primer tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 78 responden, mayoritas responden memiliki jenis kelamin Perempuan yaitu 40 orang (51,3%).

2. Analisa Univariat

1) Dukungan Keluarga Tentang Sarapan Pagi

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga Tentang Sarapan Pagi Di SDN 4 Sopai Tahun 2025

Dukungan Keluarga	Frekuensi (n)	Presentase%
Baik	58	74,4
Kurang Baik	20	25,6
Total	78	100

Sumber : data primer tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.3 di atas dapat disimpulkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan dukungan keluarga tentang sarapan pagi menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki dukungan keluarga tentang sarapan pagi baik sebanyak 58 (74,4%).

2) Konsenterasi Belajar

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsenterasi Belajar Di SDN 4 Sopai Tahun 2025

Konsenterasi Belajar	Frekuensi (n)	Presentase %
Baik	59	75,6
Kurang Baik	19	24,4
Total	78	100

Sumber: data primer tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki konsenterasi belajar baik sebanyak 59 (75,6%).

3) Analisa Bivariat

Hubungan dukungan keluarga tentang kebiasaan sarapan dengan tingkat konsenterasi belajar pada siswa kelas IV & V di SD Negeri 4 Sopai Tahun 2025.

Tabel 5.5
Hubungan Dukungan Keluarga Tentang Kebiasaan Sarapan Dengan Tingkat Konsenterasi Belajar Pada Siswa Kelas IV & V Di SD Negeri 4

Dukungan Keluarga	Konsenterasi Belajar				Total	p
	Baik		Kurang Baik			
	n	%	n	%	n	%
Baik	48	61,5	10	12,8	58	74,4
Kurang Baik	11	14,1	9	11,5	20	25,6
Total	59	85,9	19	14,1	78	100

Sumber : Data Primer Tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.5 hubungan dukungan keluarga tentang kebiasaan sarapan dengan tingkat konsenterasi belajar pada siswa kelas IV & V di SD Negeri 4 Sopai Tahun 2025 dengan dukungan keluarga baik sebanyak 58 siswa (74,4%) diantaranya 48 siswa (61,5%) dengan konsenterasi belajar baik dan 10 siswa (12,8%) dengan konsenterasi belajar Kurang Baik. Sedangkan siswa dengan dukungan keluarga Kurang Baik sebanyak 20 siswa (25,6%) diantaranya 11 siswa (14,7%) dengan konsenterasi belajar baik dan 9 siswa (11,5%) dengan konsenterasi belajar Kurang Baik. Dari hasil tersebut telah diuji *Fisher's Exact Test* dimana hasil yang didapatkan yaitu $p = 0,018 < 0,05$, yang berarti H_0 diterima atau Ada Hubungan Dukungan Keluarga Tentang Kebiasaan Sarapan Dengan Tingkat Konsenterasi Belajar Pada Siswa Kelas IV & V di SD Negeri 4 Sopai Tahun 2025.

PEMBAHASAN

1) Dukungan Keluarga

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 78 jumlah siswa, terdapat siswa dengan dukungan keluarga baik sebanyak 58 (74,4%). Siswa yang dukungan keluarganya baik disebabkan karena pendidikan atau tingkat pengetahuan keyakinan seseorang terhadap adanya dukungan terbentuk oleh variabel intelektual yang terdiri dari pengetahuan latar belakang pendidikan dan pengalaman masa lalu. Faktor Emosi Faktor emosi juga mempengaruhi keyakinan terhadap adanya dukungan dan cara melaksanakannya. Praktek dikeluarga memberi dukungan, faktor sosial ekonomi yang dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit dan mempengaruhi cara seseorang mendefinisikan dan bereaksi terhadap penyakitnya dan latar belakang budaya mempengaruhi keyakinan, nilai dan kebiasaan individu dalam memberikan dukungan termasuk cara pelaksanaan kesehatan pribadi.

Dalam penelitian ini juga ditemukan 20 siswa (25,6%) dengan dukungan keluarga rendah. Hal ini disebabkan oleh kurangnya perhatian orang tua, malas untuk sarapan, tidak ada waktu sarapan karena takut terlambat. Selain itu minimnya kedisiplinan dari keluarga dan tidak tersedianya menu makanan seperti nasi dan lauknya. Dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku anak dalam menangani masalah terhadap kebiasaan sarapan yang dialaminya. Kebiasaan sarapan yang baik cenderung memiliki konsentrasi belajar yang baik. Penelitian ini didukung oleh (Suryani et al, 2022) yang mengatakan dukungan keluarga merupakan faktor kunci dalam membentuk kebiasaan makan sehat anak, yang berdampak langsung terhadap kesiapan belajar disekolah. Orang tua yang memberikan dukungan emosional dan instrumental mampu menciptakan rutinitas positif yang memengaruhi fokus dan energi anak saat belajar.

2) Konsentrasi Belajar

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa dari 78 responden yang memiliki konsentrasi belajar baik sebanyak 59 siswa (75,6%). Hal ini disebabkan dukungan orang tua dalam memastikan anak sarapan, kualitas tidur yang cukup, lingkungan belajar yang kondusif seperti kelas yang nyaman dan guru maupun teman yang menyenangkan, memiliki rasa percaya diri yang cukup, tidak memiliki banyak masalah yang terlalu berat, terhindar dari berbagai gangguan mental, kurangnya minat terhadap mata pembelajaran yang dipelajari, gangguan kesehatan dan kelelahan pikiran.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Mardiana, 2023) bahwa konsentrasi belajar sangat dibutuhkan siswa untuk memahami topik tertentu, informasi dari sudut pandang dan mata Pelajaran yang akan digabungkan. Sarapan memiliki peran penting dalam menyediakan energi yang dibutuhkan untuk memulai aktivitas di pagi hari, termasuk dalam menunjang konsentrasi belajar.

Dalam penelitian ini terdapat juga 19 siswa (24,4%) dengan konsentrasi belajar kurang baik. Hal ini disebabkan karena kurangnya sarapan atau gizi yang tidak

cukup, kurang tidur atau pola istirahat yang kurang baik yang dapat menyebabkan sulit memperhatikan pelajaran, cepat lelah dan sulit menyerap informasi. Selain itu biasanya karena tingkat stress dan kecemasan tinggi karena tekanan mental dari rumah, lingkungan belajar yang tidak kondusif, kurangnya dukungan dari keluarga, tidak ada tujuan dan motivasi belajar.

Hal ini konsentrasi belajar sejalan dengan teori (Sulastris Hasan, 2022) bahwa konsentrasi dikelas biasa buyar karena tubuh tidak memperoleh asupan gizi yang cukup. Sebagai gantinya, anak jajan disekolah untuk sekedar mengganjal perut. Untuk itu kecukupan sarapan yang didukung oleh keluarga meningkatkan aktivitas otak, stabilitas emosi, dan keterlibatan dalam proses belajar karena siswa yang melewatkan sarapan cenderung menunjukkan performa akademik yang lebih rendah dan cepat mengalami kelelahan mental.

3) Hubungan Dukungan Keluarga Tentang Kebiasaan Sarapan Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Siswa Kelas IV & V Di SDN 4 Sopai Tahun 2025.

Berdasarkan tabel 5.5 di dapatkan data bahwa distribusi responden berdasarkan dukungan keluarga baik sebanyak 58 siswa (74,4%) dengan konsentrasi belajar baik sebanyak 48 siswa (61,5%). Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan oleh siswa yang mendapatkan perhatian dari orang tua, dorongan keluarga, dan keterlibatan dari orang tua cenderung memiliki kesiapan mental dan fisik yang lebih baik dalam mengikuti proses pembelajaran.

Hal ini sejalan dengan teori (Desi Rahmawati 2022) bahwa anak yang kebutuhan dasarnya terpenuhi, seperti sarapan pagi, rasa aman dan kasih sayang akan lebih siap untuk memenuhi kebutuhan berikutnya yaitu aktualisasi diri, termasuk dalam hal belajar dan berkonsentrasi. Sedangkan dukungan keluarga baik dengan konsentrasi belajar kurang baik sebanyak 10 siswa (12,8%). Hal ini disebabkan oleh faktor internal siswa, seperti kurangnya dukungan keluarga, kurangnya motivasi belajar, kelelahan, atau gangguan psikologis lain seperti kecemasan dan stress. Faktor lain kurangnya minat belajar, pola tidur yang kurang.

Hal ini sejalan dengan teori (Lega Elviara, 2023) tentang siswa yang mampu mengatur tujuan, perhatian dan strategi belajarnya secara mandiri, dapat tetap berkonsentrasi meskipun tidak mendapatkan dukungan penuh dari lingkungannya. Sedangkan responden dengan dukungan keluarga kurang Baik sebanyak 20 siswa (25,6%) dengan konsentrasi belajar baik sebanyak 11 siswa (14,1%). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun siswa tidak mendapatkan dukungan keluarga yang optimal, namun beberapa diantaranya tetap mampu mempertahankan konsentrasi belajar baik. Menurut asumsi peneliti kemungkinan besar hal ini dipengaruhi oleh motivasi semangat belajar pribadi atau peran guru dan lingkungan sekolah yang mendukung.

Penelitian ini didukung oleh (Rinawati, 2020) yang menjelaskan bahwa individu dengan motivasi internal yang kuat dapat tetap menunjukkan perilaku positif seperti fokus belajar, meskipun dukungan eksternal seperti dari keluarga tidak memadai, dukungan dari sekolah, teman sebaya, atau pengalaman belajar yang menyenangkan juga dapat menjadi faktor kompensasi bagi kurangnya dukungan dari keluarga. Sedangkan dukungan keluarga kurang Baik dengan konsentrasi belajar kurang baik sebanyak 9 siswa (11,5%). Menurut asumsi

peneliti hal ini menunjukkan bahwa siswa tidak mendapat dukungan keluarga dan juga memiliki konsentrasi belajar kurang baik, merupakan kelompok yang paling berisiko dalam hal pencapaian akademik. Kondisi ini mencerminkan pentingnya peran keluarga dalam membentuk kebiasaan belajar, mengatur rutinitas harian, serta memberikan penguatan emosional agar siswa mampu berkonsentrasi dan berprestasi di sekolah.

Teori ini sejalan oleh (Desi Rahmawati 2022) menjelaskan bahwa konsentrasi belajar yang kurang Baik karena asupan gizi yang kurang misalnya tidak sarapan, anak yang menghadapi tekanan emosional seperti ketidakpedulian orang tua atau suasana rumah yang kacau, system control perhatian mereka akan terganggu. Hal ini mengakibatkan penurunan konsentrasi belajar karena otak mereka cenderung fokus pada distraksi negative dari pada materi pembelajaran.

Hasil uji *Fisher's Exact Test* dengan hasil yang di dapatkan dengan nilai $p = 0,018 < 0,05$ berarti ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat konsentrasi belajar pada siswa kelas IV & V di SDN 4 Sopai Tahun 2025.

Dari hasil Analisa diperoleh nilai *Odds Ratio* 3,927 dengan tingkat kepercayaan 95% yang berarti siswa dengan dukungan keluarga baik memiliki peluang 3,927 kali lebih besar tingkat konsentrasi yang baik dibandingkan responden dengan dukungan keluarga kurang baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Desi Rahmawati, 2022) di SDN Kwangsén tentang Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Siswa di SDN Kwangsén 01 Kecamatan Kabupaten Madiun. Statistik menggunakan *jiwan* setelah dilakukan analisa uji *fisher's exact test* diperoleh nilai $p \text{ value} = 0,000$ ($p \text{ value} < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan konsentrasi belajar

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan khusus yang ingin dicapai maka analisa data dalam penelitian ini disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan umur karakteristik responden menunjukkan sebagian besar responden berumur 10 tahun 45 orang (57,7%).
2. Berdasarkan jenis kelamin karakteristik responden menunjukkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu 40 orang (51,3%) dan laki-laki yaitu 38 orang (48,7%).
3. Berdasarkan karakteristik responden menurut dukungan keluarga menunjukkan mayoritas responden dengan dukungan keluarga baik yaitu 58 siswa (74,4%).
4. Berdasarkan karakteristik responden menurut konsentrasi belajar menunjukkan mayoritas responden dengan konsentrasi belajar baik 59 (75,6%).
5. Ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan konsentrasi belajar dengan nilai $p \text{ value} = 0,018 < \alpha = 0,05$ yang artinya H_0 diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyanti,dkk,. (2013). *Ketaatan Terhadap Penganut Keluarga*.
- Ana Vilda . (2018). *dasar ilmu gizi kesehatan masyarakat*. Jakarta
- Dewi nurgraheni restu mastuti. (2024). *buku ajar dasar ilmugizi kesehatan masyyakat*.
- Dewi Rahmawati. (2022). *Hubunngan Dukungan Keluarga Dan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan KosentrasiI Belajar Siswa Di SDN Kawangseng 01 Kecamatan Jiwan Kabupaten Madium*
- Diana Damayanti. (2022). *Makanan Anak Usia Sekolah* . Jakarta.
- Diba dan Muttaien. (2019). *Pendidikan agama islam berbasis kompetensi kosep; dan implementasi kurikulum* .
- Desak Gede Yenny. (2022). *Hubungan Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Aanak Kekas 4-6 Sekolah Dasar Ngeri Tyinggading*.
- Diana Damayanti. (2022). *Makanan Anak Usia Sekolah Jakarta*
- Didit Widiandmoko Soewardokoen. (2023). *Metode penelitian Depok*.
- Dr. muhammad syahbudi, dkk. (2023). *Metelogi Penelitian Ekonomi Islam medan*.
- Dr.Sandu siyoto. (2015). *Dasar Meteologi Penelitian*.
- Elita Endahmawrni. (2021). *Hubungan Sarapan Pagi Kosentrasi Siswa Banyuwangi*.
- Endang Sri Wahjudi. (2022). *Pengaryh Pola Makan Terhadap Kosentrasi Belajar Siswa SMPN 5 Gresik Surabaya*.
- Elvin r.dkk. (2021). *Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dengan Konsentrasi Belajar Siswa/Siswi SD 37/III DI Desa Koto Tuo Kubupaten Kerinci Tahun 2021. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dengan Kosentrasi Belajar Siswa/Siswi Di Desa Tuo Kabupaten Kerinci Tahun 2021, 28-30*.
- Friedman. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*.
- Gita Ayu . (2022). *Peran Keluarga Dalam Pertumbuhan Dan Perkembangan Balita*. Jepara: Universitas Islaam Nahdlatuh Ulama Jepara
- Heni rahamdhani, dkk. (2024). *Hubungan Startus Gizi Dan Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Siswi SD Negeri 11 Krui Seray Kecamatan Pesisir Tengah Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2024. Hubungan Status Gizi Dan Sarapan Pagi Dengan Ksentrasi Belajar Siswa Negeri 11 Krui 11 di Desa Seray Kecamatan Pesisir Tengah Kabupate n Barpat Tahun 2024, 75-78*.
- Hanim, B. (2022). *kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi anak sekolah dasar*. pekanbaru.
- Hartati Bahar. (2023). *Edukasi prorgram (pentingnya sarapan pagi) bagi kesehatan pada siswa siswa SMPN 15 kendari sulawesi Tenggara. sulawesi tenggra*.
- Hendrik Alvin Zebua. (2021). *Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Stikes Santa Elisabert Medan*.
- Ismail Nurdin dkk. (2019). *Meteologi Penelitian Sosial surabaya*.
- Lega elviara. (2023). *Pengaruh sarapan terhadap kosentrasi belajar siswa kelas v disekolah dasar. gengkulunegeri 66 bengkulu*.
- Muhamad suhardi. (2021). *Buku Ajar Dasar Meteologi Penelitian Lombok Tengah*.

- Marylin Friedman. (2013). *Keluarga Model Keperawatan*. Jakarta: *Pearsion Education*. Hendrik Alvin Zebua. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Di Sdn Kwangsen 01 Kecamatan Jiwan. Stikes Santa Elizabeth Medan, Medan*.
- Misno, Abdurrahman; Mulyapradana, Aria ; Jibril, Muhammad; Saputra,Nopriadi;. (2021). *Aria Mulyapradana,Muhammad Jibril,Nopriadi Saputra, Nurul Azizah . Diandra Kreatif Fundamentals Of Social Research : Methods, Processes And Applications*. Jakarta.
- Mardiaan. (2023). *Konsentrasi belajar siswa dalam pembelajaran tematik kelas v SDN nsngs nuak*.
- Norfa. (2022). *Analisa Data Penelitian(Analisa Univariat dan multivariat)*. Jawa Timur.
- Rahwati. (2020). *Hubungan Pola Asuh orang Tua Dengan Kebiasaan Sarapan Pagi Pada Anak Sekolah Di Ma'arif Pengerpon Sruwenh Kebun. Pengpon Sruwengrebumen*.
- Sugiyanto. (n.d.). *Karakteristik anak usia SD*.
- Sulastri Hasan. (2022). *Hubungan Status Gizi, Pola Makan Dan Kebiasaan Sarapan Dengan Prestasi Belajar Siswa MTS Dalur Ukum Sasa Maluku*.
- Wawan k, dkk. (2021). *Meteorologi Keperawatan Penelitian Jawa barat*.
- Widina medina utama. (2025). *Metode dan teknik penelitian bandung*.