

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses belajar pada anak usia sekolah dasar merupakan kondisi yang sangat penting sebagai landasan pendidikan anak. Namun demikian, kondisi belajar tersebut terkadang mengalami gangguan dan menimbulkan masalah belajar. Masalah belajar adalah suatu kondisi tertentu yang dialami oleh murid yang dapat menghambat kelancaran proses belajarnya.

Pendidikan yang ideal adalah pendidikan yang mampu memberikan layanan kepada peserta didik berdasarkan kebutuhan masing-masing peserta didik sehingga mampu mencapai prestasi belajar yang optimal sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan pergeseran paradigma dalam memandang anak berkebutuhan khusus (ABK). Dalam paradigma ini seorang anak dipandang dari hambatan belajar dan hambatan perkembangan yang dimilikinya dan bukan semata-mata dari kecacatan yang dimiliki anak tersebut.

Secara umum rentangan anak berkebutuhan khusus meliputi dua kategori yaitu anak yang memiliki kebutuhan khusus yang bersifat permanen, akibat dari kecacatan tertentu (anak penyandang cacat); serta anak berkebutuhan khusus yang bersifat temporer, akibat lingkungan yang tidak menguntungkan bagi dirinya. Anak berkebutuhan khusus temporer, apabila tidak mendapatkan intervensi yang tepat sesuai dengan hambatan belajarnya bisa menjadi permanen (Alimin, 2010).

Timbulnya hambatan belajar dan hambatan perkembangan baik yang bersifat temporer maupun yang bersifat permanen dapat terjadi karena faktor internal anak itu sendiri atau dapat juga karena faktor eksternal. Fungsi pendidikan kebutuhan khusus adalah mencegah munculnya hambatan-hambatan belajar dan hambatan perkembangan, atau sekurang-kurangnya dapat meminimalkan hambatan itu, sehingga anak dapat berkembang optimal (Alimin, 2010).

Lynch (Supriadi, 2004) dalam laporan untuk Bank Dunia yang berjudul *“Provision for Children with Special Educational Needs in the Asia Region”* mengungkapkan pendekatan baru dalam memahami anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus dalam pendidikannya. Terdapat tiga anak yang masuk ke dalam kategori ini, salah satunya adalah anak-anak yang telah berada di sekolah namun karena berbagai alasan mereka tidak mencapai kemajuan sebagaimana layaknya. Mereka itulah yang kemudian mudah putus sekolah atau tinggal kelas. Yang masuk ke dalam kategori ini kebanyakan adalah anak-anak yang datang dari keluarga atau masyarakat miskin serta anak-anak yang kondisi fisik dan kesehatannya kurang.

Kondisi fisiologis pada umumnya sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar seseorang. Beberapa faktor fisiologis yang dapat mempengaruhi proses dan hasil belajar adalah kesehatan dan status gizi. Kedua faktor ini penting karena seseorang tidak mungkin dapat mengembangkan kapasitas dirinya secara optimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki kesehatan dan status gizi yang optimal.

Menurut Suharjo (1996), anak sekolah termasuk ke dalam kelompok yang rentan gizi. Pada usia ini asupan gizi sangat diperlukan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan. Anak-anak memerlukan zat gizi dan energi untuk berkonsentrasi pada tugas-tugas akademik di sekolah dan juga aktivitas fisik mereka yang tinggi. Sarapan berkontribusi terhadap sepertiga asupan gizi yang dibutuhkan. Namun banyak anak yang memiliki kebiasaan melewatkan sarapan pagi sebelum mereka berangkat sekolah dengan berbagai alasan.

Beberapa penelitian untuk melihat kebiasaan sarapan pada anak sekolah memberikan hasil yang beragam. Menurut Badan Pusat Statistik (2006) hanya 15,2% anak sekolah dasar di Majalengka yang memiliki kebiasaan sarapan, dengan kata lain 84,8% anak sekolah dasar di Majalengka tidak terbiasa sarapan. Sibuea (2002) menemukan terdapat 57,5% anak sekolah di Medan tidak pernah sarapan pagi, sementara penelitian Kurniasari (2005) menemukan 25% anak sekolah dasar di Yogyakarta jarang melakukan sarapan. Di Amerika Serikat, prevalensi melewatkan sarapan pada anak-anak dan orang dewasa berkisar antara 10 sampai 30% tergantung dari kelompok umur, gender, ras, etnis dan bagaimana mendefinisikan melewatkan sarapan (Rampersaud, 2008).

Bukan saja yang suka melewatkan sarapan yang kehilangan kesempatan mendapatkan nutrisi penting dari sarapan tetapi juga anak-anak yang melakukan sarapan di rumah tetapi sarapan dengan makanan yang tidak seimbang gizinya (Worobey & Worobey, 1999). Banyak orangtua yang tidak menyadari bahwa mengkonsumsi sarapan yang seimbang dapat memberikan manfaat bagi fungsi

kognitif dan prestasi akademik. Sarapan telah menjadi makan individual karena anggota keluarga memiliki jadwal di pagi hari yang berbeda-beda (Bro et al., 1996).

Pentingnya sarapan bagi prestasi akademik tercermin dari efek sarapan terhadap fungsi kognitif. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa melewatkan sarapan berpengaruh buruk terhadap kemampuan memecahkan masalah, memori jangka pendek dan pemusatan perhatian pada anak-anak. Sebaliknya, ketika anak-anak mengkonsumsi sarapan maka kinerjanya meningkat dalam hal pemusatan perhatian, aritmatika, tugas-tugas memecahkan masalah dan penalaran logis (Pollitt, 1998). Sarapan juga penting dalam mempertahankan suplai glukosa ke otak. Penelitian yang dilakukan Benton (1998) menyebutkan bahwa suplai glukosa ke otak dapat meningkatkan fungsi kognitif serta memperbaiki memori dan suasana hati seseorang.

Melewatkan sarapan menciptakan keadaan kelaparan. Kelaparan adalah suatu kondisi yang kompleks karena menyangkut banyak faktor, tidak saja faktor metabolik dan psikologis namun juga menyangkut komponen emosional. Jika diasumsikan seorang anak makan terakhir pukul 19.00 dan keesokan harinya melewatkan sarapan, maka pada saat pelajaran dimulai –misal pada pukul 07.00- anak ini tidak memiliki asupan makanan dan atau minuman selama 12 jam. Menurut Worobey & Worobey (1999) kata sarapan (*breakfast*) itu sendiri memiliki konotasi menghentikan periode puasa (*breaking the fasting period*).

Ketika anak melewatkan sarapan, cadangan energi dari makanan yang tersedia di tubuhnya menjadi terbatas. Energi yang ada pertama-tama akan digunakan untuk mempertahankan fungsi organ, selanjutnya untuk pertumbuhan,

dan terakhir untuk aktivitas sosial dan perkembangan kognitif. Akibatnya, anak tersebut akan mengurangi tingkat aktivitasnya serta menjadi letargi dan apatis. Perilaku ini akan berdampak terhadap interaksi sosial, kemampuan untuk berkonsentrasi, serta kemampuan dalam menyelesaikan tugas-tugas kompleks. Kebiasaan melewatkan sarapan akan berdampak terhadap fungsi kognitif secara keseluruhan (Craig, 1998 dalam Khan, 2010). Gangguan terhadap fungsi kognitif pada akhirnya dapat mengganggu prestasi siswa di sekolah.

Pollitt dan Matthew (1998) menjelaskan bahwa ada dua kemungkinan mekanisme biologis di mana sarapan dapat mempengaruhi fungsi otak dan hasil tes kognitif. Yang pertama, melibatkan perubahan metabolik - akibat puasa semalaman yang diperpanjang – untuk mempertahankan ketersediaan bahan bakar dan nutrisi lain bagi sistem saraf pusat. Yang kedua, pengaruh jangka panjang sarapan terhadap status gizi seseorang yang akan mempengaruhi kognisi.

Meskipun kebanyakan penelitian menyatakan bahwa sarapan memiliki efek positif terhadap kesehatan, perilaku, kewaspadaan dan prestasi akademik, ada juga yang menyatakan lain. Lopez (1993) menggambarkan bahwa tidak terdapat efek merusak dari melewatkan sarapan terhadap prestasi akademik, kewaspadaan dan kemampuan kognitif. Secara umum, temuan-temuan dari penelitian masih tidak konsisten dengan menunjukkan sedikit atau bahkan tidak ada efek merugikan dari melewatkan sarapan.

Bertolak dari latar belakang di atas, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: *"Fungsi Kognitif Siswa Sekolah Dasar ditinjau dari Kebiasaan Sarapan"*

B. Rumusan Masalah

Yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana fungsi kognitif siswa sekolah dasar ditinjau dari kebiasaan sarapannya. Dari rumusan masalah tersebut, diuraikan menjadi pertanyaan-pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana kebiasaan sarapan pada siswa sekolah dasar?
2. Apakah ada perbedaan fungsi kognitif siswa sekolah dasar ditinjau dari kebiasaan sarapannya?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Gambaran kebiasaan sarapan pada siswa sekolah dasar.
2. Fungsi kognitif siswa sekolah dasar ditinjau dari kebiasaan sarapannya.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Adapun kegunaan teoritis dari penelitian ini adalah:

- a. Dapat memberikan informasi dan sumbangan pemikiran dalam memperkaya khasanah konsep dan teknis operasional dalam mengoptimalkan potensi anak dan mencegah munculnya hambatan belajar.
- b. Sebagai bahan informasi ilmiah – empirik yang berguna untuk penelitian selanjutnya dalam mengkaji berbagai aspek yang terkait dengan bidang pendidikan kebutuhan khusus.

2. Kegunaan Praktis

Kegunaan praktis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumbangan pemikiran bagi pengambil kebijakan di tingkat sekolah agar dapat mengoptimalkan fungsi kognitif melalui pembiasaan sarapan siswa.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi guru dan orangtua siswa dalam membimbing kebiasaan sarapan anak.

E. Definisi Konsep dan Definisi Operasional

1. Fungsi Kognitif

Kognisi mencakup proses mental yang diperlukan setiap kali kita mendapatkan informasi, menempatkan informasi di penyimpanan, memanggil informasi, atau menggunakan informasi tersebut. Kognisi meliputi berbagai proses mental, termasuk persepsi, memori, pencitraan, bahasa, pemecahan masalah, penalaran, dan pembuatan keputusan (Matlin, 1994).

Menurut Mosby's Medical Dictionary (2009), fungsi kognitif adalah suatu proses intelektual yang membuat seseorang menyadari, menerima dan memahami gagasan-gagasan. Fungsi kognitif melibatkan seluruh aspek persepsi, berpikir, bernalar dan mengingat. Menurut McGraw-Hill Concise Dictionary of Modern Medicine (2002), proses kognitif didefinisikan sebagai setiap proses mental yang melibatkan operasi simbolik – seperti persepsi, memori, penciptaan perumpamaan, dan berpikir; proses kognitif meliputi kesadaran dan kapasitas untuk belajar.

Dalam penelitian ini fungsi kognitif diartikan kemampuan yang diperlukan dalam proses belajar. Adapun aspek yang diteliti adalah aspek perhatian (*attention*) dan memori jangka pendek (*short term memory*).

a. Atensi

Atensi didefinisikan sebagai pemusatan aktivitas mental (Matlin, 1994). Menurut Sternberg (2006), atensi adalah cara-cara kita secara aktif memproses sejumlah informasi yang terbatas dari sejumlah besar informasi yang disediakan oleh indera, memori yang tersimpan, dan oleh proses-proses kognitif kita yang lain.

Atensi yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan hasil tes atensi visual yang dilakukan secara tertulis yang bertujuan untuk melihat fungsi kognitif seseorang dalam berkonsentrasi secara selektif terhadap satu hal dan mengabaikan hal-hal lainnya.

b. Memori jangka pendek

Mengingat (*memory*) adalah kemampuan untuk menyimpan informasi dan pengalaman yang pernah dipelajari pada masa lalu dan dapat dimunculkan kembali jika diperlukan. Menurut *The Atkinson-Shiffrin Model*, memori ini terdiri dari memori sensoris, memori jangka pendek, dan memori jangka panjang (Matlin, 1994). Yang diteliti dalam penelitian ini adalah memori jangka pendek.

Memori jangka pendek dalam penelitian ini merupakan hasil *digit memory test* yang dilakukan secara tertulis yang bertujuan untuk melihat fungsi kognitif seseorang dalam menahan informasi untuk waktu yang singkat.

2. Kebiasaan Sarapan

Kebiasaan adalah sesuatu yang biasa dikerjakan dan sebagainya; pola untuk melakukan tanggapan terhadap situasi tertentu yg dipelajari oleh seorang individu dan yang dilakukannya secara berulang untuk hal yang sama (KBBI, 2008). 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 (<http://id.wikipedia.org/wiki/Sarapan>).

Dalam penelitian ini kebiasaan sarapan yang dimaksud adalah aktivitas rutin sarapan sebelum berangkat sekolah yang dikategorikan menjadi tiga kelompok yaitu selalu sarapan, kadang-kadang (melewatkan 2-3 kali sarapan per minggu), dan tidak pernah sarapan.

F. Disain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan disain *Ex Post Facto*. Penelitian dengan rancangan *ex post facto* sering disebut dengan *after the fact*. Artinya, penelitian dilakukan setelah suatu kejadian itu terjadi. Disebut juga sebagai *restropective study* karena penelitian ini merupakan penelitian penelusuran kembali terhadap suatu peristiwa atau suatu kejadian dan kemudian merunut ke belakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut.

Istilah *ex post facto* berasal dari bahasa Latin yang berarti *after the fact*. Hal ini mengindikasikan bahwa penelitian *ex post facto* dilakukan setelah variasi dalam variabel yang diamati telah terjadi secara alami. Metode ini disebut juga *causal*

comparative karena bertujuan untuk menyelidiki hubungan penyebab-dan-efek antara variabel-variabel terikat dan bebas. Peneliti menggunakan metode ini dalam situasi yang melibatkan variabel terikat yang melekat (*attribute independent variables*, yaitu karakteristik yang sudah dimiliki seorang subjek sebelum penelitian dilakukan) yang tidak dapat dimanipulasi atau ketika variabel tersebut sebenarnya dapat dimanipulasi namun tidak dilakukan karena tidak etis atau tidak bertanggungjawab jika hal tersebut dilakukan. (Ary, 2006).

Penelitian ini menggunakan metode survai sampel. Menurut Ary (2006), survai sampel adalah suatu survey yang meneliti hanya sebagian dari populasi. Kerlinger (Sugiyono, 2004) mengemukakan bahwa penelitian survei adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi data yang dipelajari adalah dari sampel yang diambil dari populasi tersebut, sehingga ditemukan kejadian-kejadian relatif, distribusi, dan hubungan antar variabel. Sementara menurut Singarimbun (1995), penelitian survai adalah penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik kuesioner dan tes. Kuesioner digunakan untuk melihat kebiasaan sarapan sedangkan tes digunakan untuk melihat fungsi kognitif siswa.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di sekolah dasar yang ada di Kecamatan Cicendo Kota Bandung. Sampel diambil secara *multistage cluster sampling* dan didapatkan sampel sejumlah 149 orang.

Analisis deksriptif dilakukan untuk menginterpretasikan hasil dari kuesioner mengenai kebiasaan sarapan anak. Data mengenai fungsi kognitif dianalisis menggunakan *Analysis of Variance* (ANOVA) dengan bantuan *software SPSS Statistical Package* versi 11.0 untuk menguji hipotesis apakah terdapat perbedaan dalam fungsi kognitif siswa sekolah dasar ditinjau dari kebiasaan sarapannya.