

INTISARI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR PADASISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI PANGKUR I KECAMATAN PANGKUR KABUPATEN NGAWI

Hery Setyawan Prasetyo¹, Widiyono², Atik Aryani²
Email : herysetyawan86@gmail.com

Pendahuluan :Konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian yang erat kaitannya dengan memori. Konsentrasi memegang peranan penting bagi seorang anak untuk mengingat, merekam, dan selanjutnya mengembangkan materi pelajaran yang diperoleh di sekolah. Salah satu faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak adalah kualitas tidur.

Tujuan: Untuk menganalisis hubungan kualitas tidur dengan konsentrasi belajar pada siswa di sekolah dasar

Metode : Metode penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan metode pengambilan data *cross sectional*. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 75 siswa yang semuanya digunakan untuk dijadikan sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini dengan menggunakan uji *Rank Spearman*. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Pangkur 1 Kecamatan Pangkur Ngawi pada bulan September - Oktober 2019.

Hasil : Hasil yang didapat menunjukkan bahwa kualitas tidur siswa baik dengan distribusi sebanyak 51 siswa (68%), dan konsentrasi belajar terbesar adalah baik sebanyak 41 siswa (55%). Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Rank Spearman* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,753 dengan nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,001. Karena nilai *p-value* lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$), sehingga keputusan uji adalah H_0 ditolak.

Simpulan : Terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar pada siswa kelas 3-5 SD Negeri Pangkur I Kecamatan Pangkur Ngawi dengan kategori hubungan kuat.

Kata Kunci: Kualitas Tidur, Konsentrasi Belajar, Siswa.

Keterangan :

1. Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
2. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

THE CORRELATION OF QUALITY OF SLEEP WITH LEARNING CONCENTRATION ON STUDENTS AT PANGKUR I ELEMENTARY SCHOOL IN PANGKUR DISTRICT OF NGAWI REGENCY

Hery Setyawan Prasetyo¹, Widiyono², Atik Aryani²

Email : herysetyawan86@gmail.com

Background: Concentration learning is the ability to focus attention, which is closely related to memory. Concentration plays an essential role for a child to remember, record, and then develop the subject matter obtained at school. One of the factors that affect the concentration of children's learning is the quality of sleep.

Objectives: To analyze the correlation of sleep quality and learning concentration in students at elementary schools.

Method: This research method used a descriptive-analytic design with a cross-sectional data collection method. The population was 75 students who were used as research samples. The sampling technique used total sampling. The data analysis technique used the Rank Spearman test. This research was conducted at the elementary school of Pangkur I in Pangkur district of Ngawi regency in September - October 2019.

Results: The results show that the quality of sleep from the students was good with a distribution of 51 students (68%), and the greatest learning concentration was good as many as 41 students (55%). Based on the analysis results using the Rank Spearman test, the correlation coefficient value was 0.753 with a significance value (p-value) of 0.001. Since the p-value is less than 0.05 ($0.001 < 0.05$), the test decision is H_0 is rejected.

Conclusion: There is a correlation of sleep quality and learning concentration in grade 3-5 of Pangkur I elementary school at Pangkur district of Ngawi regency with a strong correlation category.

Keywords: Sleep Quality, Learning Concentration, Students.

-
1. Students of Nursing department of Sahid Surakarta University
 - 2,3. Lecturer of Nursing department of Sahid Surakarta University

