

## **PENGARUH KONDISI KESEHATAN TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR MAHASISWA KELAS D2 PRODI PGMI UIN KHAS JEMBER**

**Asri Ika Nurmaela**  
[nurmaelaasriika@gmail.com](mailto:nurmaelaasriika@gmail.com)

**Intan Kartika Sari**  
[intanksx039@gmail.com](mailto:intanksx039@gmail.com)

**Nurul Azizah**  
[azizaanurul185@gmail.com](mailto:azizaanurul185@gmail.com)

**Saadatul Istianah**  
[saadatulistianah@gmail.com](mailto:saadatulistianah@gmail.com)

**Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Universitas Islam Negeri Kiai Haji  
Achmad Siddiq Jember**

### ***Abstract***

*The purpose of this study was to determine whether there was a significant effect of health conditions on the learning concentration of D2 class students of the PGMI Study Program UIN KHAS Jember. Learning concentration can be influenced by health conditions. Health conditions are divided into 2, namely mental symptoms and physical symptoms. Mental symptoms include tiredness, hopelessness, tiredness, lethargy, and decreased concentration. While the physical symptoms such as difficulty sleeping, stress, headaches, dizziness, weakness and anxiety. This research is a quantitative causal comparative research. The population in this study amounted to 120 people and the sample was 30 people. The data collection method used is in the form of distributing questionnaires to D2 PGMI Class 2020 students, where the x variable is health condition and the y variable is learning concentration. The type of data in this study is a Likert scale. The analysis in this study uses simple linear regression. The results of the analysis in this study showed that  $F$  count = 1649.382 >  $F$  table = 1.701 with  $F$  table or  $\text{Alpha} = 0.05 > F \text{ Sig} =$*

*0.005, then Ha is accepted meaning that there is a significant influence between health conditions and the learning concentration of PGMI students.*

**Keywords:** *Health Conditions, Study Concentration, PGMI Students.*

## **A. Pendahuluan**

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh jenjang pendidikan tingkat perguruan tinggi. Menurut Nur Hidayah karakter mahasiswa prodi PGMI dapat dibagi menjadi tiga tipe, yakni modis, formalis dan dinamis : 1.) *Tipe Modis*, tipe ini aspek spiritualitasnya tinggi, namun memiliki aspek religius yang relatif rendah. Meski sangat sensitif, semangat toleransinya cenderung acuh tak acuh terhadap perbedaan dan tidak menunjukkan pengetahuan kritis terhadap pembentukan perbedaan. Karena mereka sering disibukkan dengan fashion, mereka sering lupa waktu, dan disiplinnya cukup rendah. Rasa kemandiriannya tipis karena mereka terombang-ambing dengan tren yang berkembang. Namun karena rasa ingin tahunya yang kuat, mereka selalu mengikuti perkembangan terutama di media sosial. Mampu berkomunikasi secara efektif dan bekerja dengan baik dalam tim karena mereka adalah komunitas tertentu. Mereka memiliki rasa kreativitas yang kuat, yang membuat mereka mengubah penampilan mereka hampir setiap hari. 2.) *Tipe Formalis*, tipe ini memiliki tingkat religiusitas yang sangat tinggi karena lingkungan akademik yang mendukung yang dibinanya. Mereka harus memiliki integritas diri yang cukup, sehingga sikap kejujurannya sangat baik. Karena setiap orang diwajibkan oleh “kontrak” yang telah ditetapkan. Rasa disiplin sangat tinggi, mereka berusaha keras karena terus-menerus diminta untuk mengikuti aturan. Tapi, karena mereka secara eksklusif berfokus pada aturan yang sudah ada sebelumnya, jenis mahasiswa formalis ini memiliki sedikit daya cipta. Karena keyakinan mereka, bahwa mereka dapat melakukan pekerjaan mereka sendiri. Mereka menantang untuk diajak bekerja sama. Mereka berkolaborasi karena persyaratan tugas kelompok. 3.) *Tipe Dinamis*, tipe ini mempunyai karakter religiusitas yang memuncak pada spiritualitas yang tidak terikat lagi oleh ritual keagamaan. Sikap toleransinya sangat tinggi namun tegas dalam

batasan tertentu. Kejujurannya dibangun secara sadar atas hubungan humanistik, sehingga jujur kepada orang lain sama halnya jujur terhadap diri sendiri. Di samping itu, ia memiliki sikap disiplin yang dibangun secara rasional, bukan kedisiplinan yang tegak karena hukuman dan ancaman, terlebih lagi kontrak perkuliahan. Bahkan, orang-orang dinamis mempunyai kecerdasan interpersonal yang tinggi sehingga mampu bekerja dalam tim dan berkomunikasi secara etis dengan sangat baik.<sup>1</sup>

Salah satu kebutuhan pokok yang harus dipenuhi mahasiswa dalam menempuh suatu pendidikan adalah belajar. Untuk belajar, seseorang harus berkonsentrasi pada proses belajar tersebut. Salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi proses pembelajaran seseorang adalah konsentrasi belajarnya. Konsentrasi belajar adalah pemuatan perhatian seseorang terhadap suatu mata pelajaran dengan mengenyampikan semua hal yang tidak berhubungan dengan pelajaran.<sup>2</sup> Dalam konsentrasi belajar seseorang terdapat beberapa faktor yang mempengaruhinya, seperti faktor internal (diri sendiri) dan faktor eksternal (lingkungan). Faktor internal (diri sendiri), seperti : motivasi belajar, minat terhadap materi yang dipelajari, perasaan cemas, putus asa, gelisah, tertekan, ketakutan, benci dan dendam, kondisi kesehatan fisik, dan kebosanan saat belajar atau di sekolah. Faktor eksternal (lingkungan), seperti : kebersihan, kerapian, ketertiban, kebisingan, konfigurasi tempat duduk, pencahayaan, dan perlengkapan belajar yang ada.<sup>3</sup>

Salah satu faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar yaitu kondisi kesehatan fisik/tubuh/jasmani seseorang. Kondisi Kesehatan fisik adalah seorang individu yang tidak mengalami nyeri, baik secara subjektif maupun klinis, dan tidak ada fungsi organ yang terganggu.<sup>4</sup> Menurut Nugroho dalam Dirgantoro ada beberapa aspek dalam konsentrasi belajar, yaitu : pemuatan pikiran, motivasi, rasa khawatir, perasaan tertekan, gangguan pemikiran,

---

<sup>1</sup> Nur Hidayat, “Pendidikan Karakter dan Etika Bersusana (Studi Kasus Terhadap Etika Berbusana Mahasiswa Prodi PGMI)”. *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*. no. 01, 59-74, (2015) <https://journal.uniga.ac.id/index.php/JP/article/viewFile/78/80>

<sup>2</sup> Slamet, *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003)

<sup>3</sup> Tica Chyquitita, Yonathan Winardi & Dylmoon Hidayat, “Pengaruh Brain Gym terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas XI IPA dalam Pembelajaran Matematika di SMA XYZ Tanggerang”. *A journal of Laguage* Vol. 14 No. 1, 40. (2018)

<sup>4</sup> Soekidjo Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007)

gangguan kepanikan dan kesiapan belajar.<sup>5</sup> Dalam Undang Undang No. 36 Tahun 2009 Pasal 1 tentang kondisi Kesehatan, dijelaskan bahwa: Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Serta di UU No. 36 Tahun 2009 Pasal 4 tentang setiap orang berhak atas Kesehatan, dijelaskan bahwa: (1) Setiap orang mempunyai hak yang sama dalam memperoleh akses atas sumber daya di bidang kesehatan. (2) Setiap orang mempunyai hak dalam memperoleh pelayanan kesehatan yang aman, bermutu, dan terjangkau.

Kesehatan dalam Al Qur'an dapat diungkapkan dalam berbagai istilah. Hal ini menunjukkan kekayaan bahasa yang dimiliki oleh bahasa Arab umunya, dan dalam Al Qur'an khususnya. Diantara istilah tersebut adalah شِفَاءٌ (penyembuh) As-syifa secara bahasa diartikan sebagai suatu keadaan yang mendekati pada sesuatudan pada umumnya diartikan sebagai kesembuhan karena mendekati pulih seperti sebelum sakit . sebagaimana firman Allah dalam surah Al Isra yang berbunyi :

وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْءَانِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ  
لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya : “ Dan Kami turunkan dari Al Qur'an ( sesuatu ) yang menjadi penyembuh dan rahmat bagi orang yang beriman “ (QS. Al-Isra' /17 : 82).

Ayat diatas menerangkan allah menurunkan Al Quran sebagai obat penyembuh bagi kita sekalian baik secara jasmani dan rohani. Yang mana hati yang kotor, fikiran yang jelek serta raga yang tidak sehat Al Qur'anlah yang menjadi penyembuh dohir dan batin serta menjadi obat bagi orang mukminin. Fungsi dari penciptaan manusia di dunia yaitu untuk menjadi khalifah dimuka bumi dan beribadah kepada Allah. Namun fungsi penciptaan manusia ini tidak akan terwujud dengan sempurna tanpa adanya kesehatan yang mendukungnya.<sup>6</sup>

<sup>5</sup> Walet Dirgantoro, *Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Kristen Purwodadi Tahun Ajaran 2011/2012*. (Skripsi). (Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana, 2012)

<sup>6</sup> Diong Liong Akbar & Budiyanto, “Konsep Kesehatan Dalam Al Quran dan Hadis”. *Al Bayan: Jurnal Ilmu Al Qur'an dan Hadist*. Vol 3 No 2. Sekolah Tinggi Ilmu Al Qur'an Wali Songo Situbondo, (2020): 160.

Menurut Fertman & Allensworth, Kesehatan adalah suatu kondisi fisik, mental dan sosial yang sejahtera secara utuh dan tidak hanya bebas dari penyakit maupun kelemahan/disabilitas.<sup>7</sup> Menurut Ewles & Simnett, aspek-aspek Kesehatan meliputi Kesehatan jasmani (fisik), mental (jiwa), emosional, sosial dan spiritual.<sup>8</sup> Disini peneliti tertarik untuk mengambil gejala dari 2 aspek, yaitu gejala mental dan gejala fisik. Gejala mental adalah kondisi dimana seseorang itu tidak mampu mengontrol kondisi mentalnya sendiri, sehingga terjadi kondisi distress psikologis ataupun emosional. Adapun gejala mental, antara lain : 1.) Perasaan sedih terus-menerus (gangguan nafsu makan, perubahan pola tidur, kelelahan dan putus asa), 2.) Kecemasan (cepat lelah, lesu, konsentrasi menurun dan daya ingat menurun), 3.) Penurunan energi (merasa mudah lelah, tidak bergairah dan susah untuk berkonsentrasi maupun berfikir), 4.) Gejala somatic (merasa Lelah, ketegangan otot, sensasi pana-dingin, keringat buntat dan tangan gemetar).<sup>9</sup> Sedangkan gejala fisik pada seseorang dapat berpengaruh terhadap keadaan psikologis dan fisik. Terdapat beberapa aspek yang mempengaruhinya yaitu antara lain: aspek emosional, sosial maupun kepribadian. Berikut beberapa perubahan fisik terhadap perilaku dan sikap seseorang, antara lain : 1.) Gejala fisik, seperti sulit tidur dan stress akibat menumpuknya tugas yang belum terselesaikan serta merasa sakit. Sakit adalah suatu kondisi dan keadaan tidak normal atau tidak sehat, seperti demam, nyeri kepala, merasa pusing dan lemas, tidak bersemangat dalam menjalankan kegiatan atau aktivitas, serta merasa tidak tenang dan kecemasan yang berlebihan.<sup>10</sup> 2.) Gelaja emosional, seperti hilangnya kepercayaan diri dan menjadi mudah marah (emosi tidak stabil).

Adapun pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fahman Ilhanda yang berkaitan dengan kondisi kesehatan yaitu faktor kelelahan peserta didik, faktor ini menjadi faktor yang mempengaruhi dalam konsentrasi belajar mereka. Pada kondisi covid 19, konsentrasi belajar peserta didik sangat

<sup>7</sup> Carl Fertman & Diane D. Allensworth, *Health Promotion Program from Theory to Practice*, (San Fransisco: Jossey Bass, 2010)

<sup>8</sup> Linda Ewles & Ina Simnett, *Promosi Kesehatan*, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada Press, 2003)

<sup>9</sup> Desy Handayani Purba et al., *Kesehatan Mental*, (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021), 46.

<sup>10</sup> Bima Indragani Purnomo, Bima Pramana Jati dan Hidayatul Ainy, *Konsep Sehat Sakit dan Faktor Penyebab Sakit dan Penyakit*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2013), 5.

berpengaruh karena kondisi saat itu mereka sangat mudah sakit. Dan hasil penelitian dari Fahman Ilhanda ini menunjukkan pada kategori sedang, baik itu faktor kelelahan dan konsentrasi belajar. Faktor kelelahan menunjukkan kategori sedang yaitu 62% dan konsentrasi belajar menunjukkan kategori sedang yaitu 74%. Adapun pengaruh antara faktor kelelahan terhadap konsentrasi belajar peserta didik yaitu  $t_{hitung} > t_{tabel} = 2,539 > 2,02$ . Jadi, faktor kelelahan berpengaruh positif terhadap konsentrasi belajar peserta didik.<sup>11</sup>

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah penelitian ini adalah :

**a. Rumusan Masalah**

Adakah pengaruh kondisi Kesehatan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa PGMI

**b. Sub Pokok Masalah**

Berdasarkan teori Fertman & Allensworth mengenai jenis-jenis kondisi Kesehatan, maka peneliti membagi sub masalah, sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh gejala mental terhadap konsentrasi belajar mahasiswa PGMI ?
2. Adakah pengaruh gejala fisik terhadap konsentrasi belajar mahasiswa PGMI ?<sup>12</sup>

**B. Metode**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif tipe kausal komparatif. Menurut Gay dalam Emzir, penelitian kausal komparatif adalah penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi penyebab atau faktor, di balik perbedaan perilaku atau status antara kelompok orang atau individu.<sup>13</sup> Dalam melakukan penelitian kausal komparatif ini, peneliti juga harus mengetahui lima tahap prosedur penelitiannya, yaitu: 1.) Penentuan masalah penelitian, 2.) Penentuan kelompok yang memiliki karakteristik yang ingin diteliti, 3.) Pemilihan kelompok pembanding, 4.) Pengumpulan data, 5.)

---

<sup>11</sup> Fahman Ilhanda, *Pengaruh Faktor Kelelahan Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik Kelas XI Pada Masa Pandemi di SMA Negeri 6 Luwu Utara*. (Skripsi). (Samata: UIN Alauddin Makassar, 2021)

<sup>12</sup> Linda Ewles & Ina Simnett, *Promosi Kesehatan*, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada Press, 2003)

<sup>13</sup> Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*. Cet 4. (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), 119.

Analisis data.<sup>14</sup> Variabel dalam penelitian ini adalah kondisi Kesehatan (variabel x) dan konsentrasi belajar (variabel y) dari mahasiswa. Populasi dalam penelitian yaitu mahasiswa PGMI Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 120 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil dari 25% jumlah populasi, maka sampel dalam penelitian ini berjumlah  $120 \times 25\% = 30$  orang. Sampel dalam penelitian ini merupakan mahasiswa kelas D2 PGMI Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Responden dalam penelitian ini terdiri dari 6 orang laki-laki dan 24 orang perempuan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 Maret 2023. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner penelitian atau angket penelitian. Jenis data dalam penelitian ini adalah skala likert. Analisis dalam penelitian ini menggunakan regresi linier sederhana.

## C. Hasil dan Pembahasan

### Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember pada mahasiswa kelas D2 PGMI Angkatan 2020. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh dari penyebaran angket kepada mahasiswa kelas D2 PGMI Angkatan 2020, yang dimana variabel x adalah kondisi kesehatan dan variabel y adalah konsentrasi belajar. Hasil penelitian yang telah diperoleh oleh peneliti, lalu dideskripsikan secara rinci untuk masing-masing variabel. Pembahasan pada variabel dilakukan dengan menggunakan data kuantitatif, maksudnya data yang diolah berbentuk angka atau skor, lalu dijabarkan secara kualitatif berbentuk kata. Berikut ini akan dijelaskan secara rinci mengenai deskripsi data hasil penelitian untuk setiap variabel.

### Uji Validitas

Uji validitas adalah uji ketepatan atau ketelitian suatu alat ukur dalam mengukur apa yang sedang ingin diukur. Uji validitas data ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana validitas data yang diperoleh dari penyebaran angket. Uji validitas data ini dilakukan dengan menggunakan korelasi

---

<sup>14</sup> Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*. Cet 4. (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), 125.

*Product Moment (Pearson Correlation).* Suatu data dikatakan valid apabila :

- 1.) Memiliki  $r_{hitung} > r_{tabel}$ ,
- 2.) Memiliki signifikansi  $< 0,05$ .

Hasil uji validitas terhadap data dalam penelitian ini, sebagai berikut :

**Tabel 1. Hasil Uji Validitas Angket**

RINGKASAN HASIL UJI VALIDITAS				RINGKASAN HASIL UJI VALIDITAS			
VARIABEL X				VARIABEL Y			
No	r hitung	r tabel	Status	No	r hitung	r tabel	Status
1	0,632781295	0,361	Valid	1	0,598208097	0,361	Valid
2	0,467468473	0,361	Valid	2	0,500990422	0,361	Valid
3	0,214732746	0,361	Tidak Valid	3	0,187543191	0,361	Tidak Valid
4	0,332005377	0,361	Tidak Valid	4	0,303442537	0,361	Tidak Valid
5	0,20989798	0,361	Tidak Valid	5	0,252777666	0,361	Tidak Valid
6	0,498717752	0,361	Valid	6	0,53016781	0,361	Valid
7	0,626047861	0,361	Valid	7	0,676362486	0,361	Valid
8	0,530486205	0,361	Valid	8	0,42635136	0,361	Valid
9	0,739660662	0,361	Valid	9	0,771465791	0,361	Valid
10	0,682784605	0,361	Valid	10	0,713221399	0,361	Valid
11	0,404521213	0,361	Valid	11	0,460902998	0,361	Valid
12	0,356278307	0,361	Tidak Valid	12	0,385825126	0,361	Valid
13	-0,02553888	0,361	Tidak Valid	13	0,002290217	0,361	Tidak Valid
14	0,38336385	0,361	Valid	14	0,426120836	0,361	Valid
15	0,080904243	0,361	Tidak Valid	15	0,078187504	0,361	Tidak Valid

Sumber : Data Primer diolah tanggal 13/03/2023

Berdasarkan Tabel 1. tersebut, maka dapat diketahui bahwa tidak semua pengujian terhadap variabel x (kondisi kesehatan) dan variabel y (konsentrasi belajar) mahasiswa PGMI menunjukkan bahwa tidak semua data yang diperoleh adalah valid. Maka butir pernyataan dalam angket yang dapat di uji reliabilitas dan di analisis adalah data yang valid. Jadi butir pernyataan yang dapat di uji reliabilitas dan di analisis adalah no 1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11 & 14. Disini ada 9 butir pernyataan yang valid dari 15 pernyataan dari angket.

### **Uji Reliabilitas**

Uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.<sup>15</sup> Suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik, apabila alat ukur tersebut memberikan hasil yang sama meskipun digunakan berkali-kali. Uji

<sup>15</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 130.

reliabilitas penelitian ini menggunakan metode *Cronbach Alpha*.

**Tabel 2. Hubungan Jumlah Item Pernyataan dengan Reliabilitas**

Jumlah Item Pernyataan	Reliabilitas
5	0,20
10	0,33
20	0,50
40	0,67
80	0,80

Sumber : (Yugiswara, 2019: 105)<sup>16</sup>

Berdasarkan Tabel 2. diperoleh angka kritis untuk variabel x (kondisi kesehatan) adalah 0,33 dengan jumlah item pernyataannya sebesar 9. Dan angka kritis untuk variabel y (konsentrasi belajar) adalah 0,33 dengan jumlah item pernyataan sebesar 10. Ketentuan dalam uji reliabilitas ini dinyatakan reliabel, apabila alpha atau koefisien reliabilitas lebih besar dari angka kritis reliabilitas ini.

**Tabel 3. Kategori Koefisien Reliabilitas Guilford**

Berikut adalah Kategori Koefisien Reliabilitas Guilford	
$0,80 <= r_{11} <= 1,00$	Reliabilitas Sangat Tinggi
$0,60 <= r_{11} <= 0,80$	Reliabilitas Tinggi
$0,40 <= r_{11} <= 0,60$	Reliabilitas Sedang
$0,20 <= r_{11} <= 0,40$	Reliabilitas Rendah
$0,00 <= r_{11} <= 0,20$	Reliabilitas Sangat Rendah (Tidak Reliable)

Sumber : (Youtube Kang Opas)

Berdasarkan Tabel 3. Jika nilai alpha atau koefisien reliabilitas  $\geq 0,80$  maka interpretasinya adalah sangat tinggi. Jika nilai alpha atau koefisien

<sup>16</sup> Anton Yugiswara, Anton, Sukidin & Titin Kartini, "Pengaruh Fasilitas Belajar terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Kraksaan Probolonggo Tahun 2018". *Jurnal Pendidikan Ekonomi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi dan Ilmu Sosial*. Vol. 12 No. 1. (2019): 105. DOI: 10.19184/jpe.v13i1.10427

reliabilitas  $\geq 0,60$  dan  $\leq 0,80$  maka interpretasinya adalah tinggi. Jika nilai alpha atau koefisien reliabilitas  $\geq 0,40$  dan  $\leq 0,60$  maka interpretasinya adalah sedang. Jika nilai alpha atau koefisien reliabilitas  $\geq 0,20$  dan  $\leq 0,60$  maka interpretasinya adalah rendah. Dan jika nilai alpha atau koefisien reliabilitas  $\geq 0,20$  dan  $\leq 0,00$  maka interpretasinya adalah sangat rendah atau tidak reliable.

**Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas**

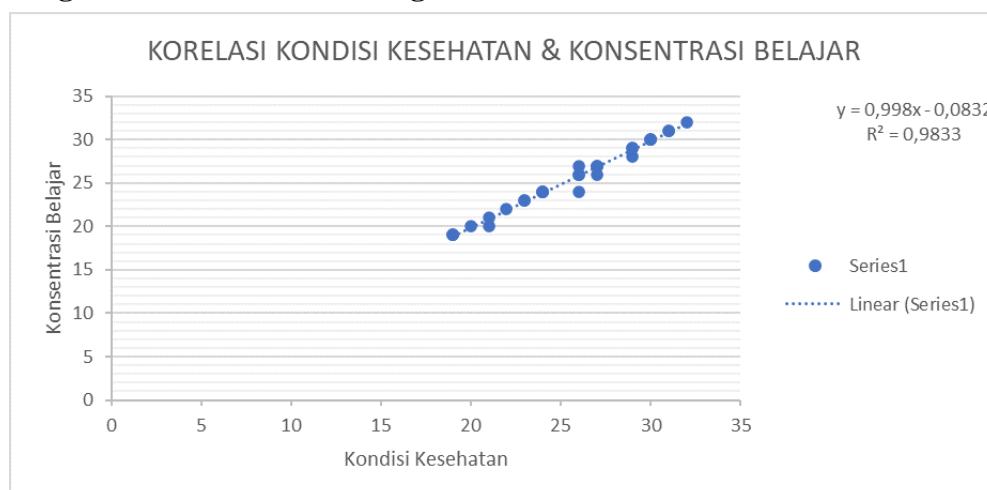
Hasil Uji Reliabilitas Cronbach Alpha			
Variabel X		Variabel Y	
Koefisien Realitas	Interpretasi	Koefisien Realitas	Interpretasi
1,117484469	Sangat Tinggi	1,117543443	Sangat Tinggi

Sumber : Data Primer diolah tanggal 23/03/2023

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada Tabel 4. Suatu instrument atau angket dari variabel x (kondisi kesehatan) yaitu sebesar 1,117484469 lebih besar dari angka kritis yaitu sebesar 0,33 untuk interpretasi dari variabel x (kondisi kesehatan) adalah sangat tinggi. Dan pada variabel y (konsentrasi belajar) yaitu sebesar 1,117543443 lebih besar dari angka kritis yaitu sebesar 0,33 untuk interpretasi dari variabel y (konsentrasi belajar) adalah sangat tinggi. Hal ini membuktikan bahwa hasil penelitian cukup dapat dipercaya dan sesuai dengan kenyataannya. Dan hasilnya akan tetap sama, meskipun angket disebarluaskan sebanyak dua kali kepada responden.

### Korelasi Regresi

**Diagram 1. Hasil Korelasi Regersi**



Sumber : Data Primer diolah tanggal 24/03/2023

Berdasarkan hasil korelasi regresi pada Diagram 1. Menunjukkan bahwa nilai persamaan korelasi regresi adalah  $Y = -0,0832 + 0,998x$ , beta nol adalah  $B_0 = -0,0832$ , beta satu adalah  $B_1 = 0,998$  dan determinasi adalah  $R^2 = 0,9833$ . Serta untuk nilai korelasi yang diolah menggunakan excel sebesar  $r = 0,9916$ .

### Analisis Regresi Linier Sederhana

**Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana**

<b>Regression Statistics</b>	
Multiple R	0,991618537
R Square	0,983307323
Adjusted R Square	0,982711156
Standard Error	0,516338941
Observations	30

<b>KATEGORI KORELASI</b>	
0,00 - 0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,00	Sangat Kuat

<b>ANOVA</b>					
	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Significance F</i>
Regression	1	439,7350347	439,7350347	1649,382218	0,005653687
Residual	28	7,464965267	0,266605902		
Total	29	447,2			

	<i>Coefficients</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t Stat</i>	<i>P-value</i>
Intercept	-0,08320749	0,63451266	-0,13113606	0,896605375
X	0,998036847	0,02457457	40,61258694	1,96453E-26

Sumber : Data Primer diolah tanggal 24/03/2023

Hasil analisis regresi linier sederhana pada Tabel 5. menunjukkan bahwa nilai korelasi antara x dengan y adalah 0,991. Termasuk dengan kategori sangat kuat. Berpola linier positif. Maka semakin tinggi x akan semakin tinggi y (dilihat pada Multiple R). Nilai koefisien determinasi 0,982 atau 98,2%, yang berarti bahwa x dapat menjelaskan y sebesar 98,2% sisanya 1,8% dipengaruhi oleh faktor lain (dilihat pada Adjusted R Square).Simpangan eror antara prediksi dan kenyataan adalah sebesar 0,51

(dilihat pada Standard Error).

Analisis tabel anova tersebut menunjukkan bahwa  $F_{\text{signifikasi}} = 0,005 < F_{\text{tabel}} = 0,05$  dan untuk  $F_{\text{hitung}} = 1649,382 > F_{\text{tabel}} = 1,701$ . Maka kesimpulannya adalah adanya pengaruh yang signifikan antara variabel x (kondisi kesehatan) dengan variabel y (konsentrasi belajar).

Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana pada Tabel 5. maka persamaan regresi linier sederhana yang didapatkan adalah  $Y = -0,0832 + 0,998x$ . Artinya : Ketika variabel independen (x) naik sebesar 1, maka akan meningkatkan variabel dependen (y) sebesar 0,998.

### Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa  $F_{\text{hitung}} = 1649,382 > F_{\text{tabel}} = 1,701$  dengan  $F_{\text{tabel}}$  atau  $\text{Alpha} = 0,05 > F_{\text{Sig}} = 0,005$ , maka  $H_0$  diterima artinya adanya pengaruh yang signifikan antara kondisi kesehatan dengan konsentrasi belajar mahasiswa PGMI. Berdasarkan data tersebut nilai koefisien determinasi menunjukkan besarnya persentase pengaruh kondisi kesehatan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa PGMI sebesar 98,2%, sedangkan sisanya yaitu 1,8% dipengaruhi oleh variabel bebas lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Variabel bebas kondisi kesehatan dalam penelitian ini ada 2 yaitu gejala mental dan gejala fisik. Gejala mental seperti gangguan nafsu makan, perubahan pola tidur, kelelahan, putus asa, cepat lelah, lesu, panas-dingin, daya ingat menurun ataupun konsentrasi menurun. Dan gejala fisik seperti sulit tidur, stress, demam, nyeri kepala, pusing, lemas dan cemas.

### D. Penutup

Berdasarkan rumusan masalah, hipotesis dan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penelitian yang berjudul **“Pengaruh Kondisi Kesehatan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Kelas D2 Prodi PGMI UIN KHAS Jember”**. Berdasarkan pada data yang telah dikumpulkan dan pengujian yang telah dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian kuantitatif tipe kausal komparatif, maka dapat diambil kesimpulan, sebagai berikut:

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember pada mahasiswa kelas D2 PGMI Angkatan 2020. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh dari penyebaran angket kepada mahasiswa kelas D2 PGMI Angkatan 2020, yang

dimana variabel x adalah kondisi kesehatan dan variabel y adalah konsentrasi belajar.

Dari hasil pengujian hipotesis penelitian terdapat pengaruh kondisi kesehatan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa PGMI. Artinya jika mahasiswa memiliki kondisi kesehatan yang sehat maka mereka dapat berkonsentrasi saat mengikuti mata kuliah yang ditempuh. Kondisi kesehatan dalam penelitian ini ada 2 yaitu gejala mental dan gejala fisik. Gejala mental seperti gangguan nafsu makan, perubahan pola tidur, kelelahan, putus asa, cepat lelah, lesu, panas-dingin, daya ingat menurun ataupun konsentrasi menurun. Dan gejala fisik seperti sulit tidur, stress, demam, nyeri kepala, pusing, lemas dan cemas. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa  $F_{hitung} = 1649,382 > F_{tabel} = 1,701$  dengan  $F_{tabel}$  atau  $\text{Alpha} = 0,05 > F_{Sig} = 0,005$ , maka  $H_a$  diterima artinya adanya pengaruh yang signifikan antara kondisi kesehatan dengan konsentrasi belajar mahasiswa PGMI.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Diong Liong & Budiyanto. 2020. "Konsep Kesehatan Dalam Al Quran dan Hadis". *Al Bayan: Jurnal Ilmu Al Qur'an dan Hadist*. Vol 3 No 2. Sekolah Tinggi Ilmu Al Qur'an Wali Songo Situbondo.
- Chyquitita, Tica, Yonathan Winardi & Dylmoon Hidayat. 2018. "Pengaruh Brain Gym terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas XI IPA dalam Pembelajaran Matematika di SMA XYZ Tanggerang". *A journal of Laguage* Vol. 14 No. 1. 40
- Emzir. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*. Cet 4. Jakarta: Rajawali Pers
- Ewles, Linda & Ina Simnett. 2003. *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada Press
- Fertman, Carl & Diane D. Allensworth. 2010. *Health Promotion Program from Theory to Practice*. San Fransisco: Jossey Bass
- Hidayat, Nur. 2015. "Pendidikan Karakter dan Etika Bersusana (Studi Kasus Terhadap Etika Berbusana Mahasiswa Prodi PGMI)". *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*. No. 01. 59-74, <https://jurnal.uniga.ac.id/index.php/JP/article/viewFile/78/80>
- Ilhanda, Fahman. 2021. *Pengaruh Faktor Kelelahan Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik Kelas XI Pada Masa Pandemi di SMA Negeri 6 Luwu Utara*. (Skripsi). Samata: UIN Alauddin Makassar
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Purba, Desy Handayani, et al.,. 2021. *Kesehatan Mental*. Medan: Yayasan Kita Menulis
- Purnomo, Bima Indragani, Bima Pramana Jati dan Hidayatul Ainy. 2013. *Konsep Sehat Sakit dan Faktor Penyebab Sakit dan Penyakit*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Slamet. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Dirgantoro, Walet. 2012. *Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Kristen Purwodadi Tahun Ajaran 2011/2012*. (Skripsi). Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana

Yugiswara, Anton, Sukidin & Titin Kartini. 2019. “Pengaruh Fasilitas Belajar terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Kraksaan Probolinggo Tahun 2018”. *Jurnal Pendidikan Ekonomi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi dan Ilmu Sosial*. Vol. 12 No. 1. 101-108.  
DOI: 10.19184/jpe.v13i1.10427