

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan rangkaian proses belajar yang mendorong siswa agar mampu memahami materi yang dipelajari berpikir kritis, dan mengembangkan cara pandang terhadap dunia di sekitarnya. Segala pengalaman yang memengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasakan, serta bertindak merupakan aspek yang masuk dalam kategori pendidikan, selama hal tersebut menunjang pembentukan pengetahuan dan keterampilan. Pendidikan juga mencakup upaya generasi tua dalam menanamkan ilmu, nilai, dan kebiasaan kepada generasi muda agar mereka mampu berperan secara optimal dalam kehidupan sosial. Kualitas pendidikan sendiri dipengaruhi oleh sejumlah faktor seperti kualifikasi guru, kurikulum yang relevan, metode pengajaran yang efektif, serta lingkungan belajar yang kondusif. Faktor-faktor ini menjadi bagian penting dalam mendorong pencapaian tujuan pendidikan nasional maupun global, seperti yang diamanatkan dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs) (Fadliyana & Nugraheni, 2024).

Salah satu faktor utama yang dapat menghambat keberhasilan pendidikan adalah rendahnya konsentrasi belajar siswa. Konsentrasi sendiri merupakan kemampuan seseorang untuk fokus pada suatu objek atau kegiatan tertentu, misalnya saat menerima pelajaran di kelas. Apabila siswa mengalami kesulitan dalam menjaga konsentrasi, maka proses pembelajaran tidak akan berlangsung secara efektif dan justru menguras waktu serta energi, maupun biaya (Riinawati, 2021). Konsentrasi memiliki peran penting sebagai penentu keberhasilan akademik, sebab dengan tingkat fokus yang baik, siswa mampu memahami materi lebih dalam, serta meningkatkan kemampuan berpikir kritis (A. Najib et al., 2024).

Data dari studi internasional yang dilakukan oleh *International Association for the Evaluation of Educational Achievement* (IEA) menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi dan keterampilan membaca siswa kelas 5–6 sekolah dasar di Indonesia berada pada posisi rendah secara global. Rata-rata skor membaca siswa SD Indonesia hanya mencapai 51,7%, jauh tertinggal dari negara-negara seperti Hongkong (74,55%), Singapura (74,0%), dan Thailand (61,1%). Siswa Indonesia rata-rata hanya mampu menguasai 30% dari materi bacaan dan kesulitan menjawab soal-soal yang membutuhkan penalaran tinggi (Maharani, 2023). Hal ini mencerminkan adanya permasalahan serius dalam kemampuan fokus dan pemrosesan kognitif siswa.

Selain itu, permasalahan konsentrasi belajar di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta juga menjadi perhatian serius dalam dunia pendidikan. Salah satu permasalahan pokok yang dialami oleh siswa adalah gangguan fokus belajar. Gangguan ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain paparan gadget yang berlebihan, kurang tidur, serta tekanan atau stres akademik (Nisaul Hanifa & Sartono Sartono, 2025)

Berdasarkan hasil analisis di SMP Negeri 2 Sleman, Yogyakarta, diperoleh hasil prevalensi yang diperoleh di SMP Negeri 2 Sleman, Yogyakarta memastikan bahwa sebanyak 53% atau 85 dari 168 siswa mengalami konsentrasi belajar yang rendah. Beberapa faktor yang menjadi penyebab rendahnya konsentrasi tersebut antara lain adalah kurangnya waktu tidur, kejenuhan dalam belajar, serta rendahnya motivasi dan semangat belajar (Setyawati & Widyana, 2022).

Rendahnya konsentrasi berdampak langsung pada prestasi belajar. Ketidakmampuan dalam memusatkan perhatian menyebabkan siswa kesulitan memahami materi pelajaran, bersikap acuh terhadap proses pembelajaran, dan tidak menyelesaikan tugas dengan baik (Fatchuroji et al., 2023). Hal ini mengakibatkan turunnya kualitas pemahaman dan nilai akademik. Sebaliknya, siswa yang mampu berkonsentrasi dengan baik akan memiliki kemampuan berpikir kritis, daya ingat yang lebih kuat, serta

keterampilan dalam menganalisis dan mengevaluasi informasi (Rahmanti & Prasetyo, 2022).

Permasalahan belajar anak di Indonesia merupakan isu serius yang memengaruhi kualitas pendidikan nasional. Salah satu yang paling umum adalah gangguan konsentrasi belajar, di mana banyak anak kesulitan memusatkan perhatian saat proses pembelajaran berlangsung. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya minat belajar, lingkungan belajar yang tidak kondusif, serta distraksi internal dan eksternal yang mengganggu fokus anak (Riinawati, 2021)

Terdapat berbagai faktor yang menyebabkan rendahnya konsentrasi siswa, yang secara umum dapat dikategorikan menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup kondisi psikologis seperti stres, kesehatan fisik, gaya belajar, serta kesiapan mental siswa. Sementara itu, faktor eksternal meliputi lingkungan belajar yang tidak kondusif, kebisingan, serta aroma yang mengganggu (M. I. L. Najib et al., 2024). Selain itu, kurangnya motivasi diri, kejenuhan terhadap kegiatan belajar, serta kecemasan menjelang ujian juga turut memperburuk kemampuan konsentrasi siswa

Konsentrasi belajar memiliki peran yang sangat penting dalam setiap proses pembelajaran. Hal ini disebabkan karena konsentrasi merupakan salah satu faktor penunjang keberhasilan siswa dalam memahami materi. Apabila peserta didik tidak mampu fokus pada pelajaran yang sedang berlangsung, maka hal tersebut akan merugikan dirinya sendiri karena tidak memperoleh manfaat dari pembelajaran. Oleh karena itu, konsentrasi menjadi syarat penting yang harus dimiliki siswa agar dapat mencapai tujuan belajar secara optimal. Konsentrasi belajar dapat diartikan sebagai kemampuan untuk memfokuskan perhatian pada materi pelajaran (Margiathi et al., 2023).

Faktor eksternal seperti lingkungan belajar yang bising, gizi yang buruk, kurang tidur, dan penggunaan gadget berlebihan juga merupakan penyebab utama terganggunya konsentrasi belajar. Anak yang tidak

memiliki waktu tidur yang cukup atau tidak sarapan sebelum belajar cenderung mengalami penurunan daya fokus dan semangat belajar (A. Najib et al., 2024)

Untuk mengatasi permasalahan ini, pemerintah telah melakukan berbagai upaya seperti memperbaiki kurikulum, meningkatkan kompetensi guru, serta memperluas akses pendidikan ke seluruh lapisan masyarakat. Namun demikian, tantangan lain seperti ketimpangan kualitas pendidikan antarwilayah dan kurangnya fasilitas belajar masih menjadi hambatan signifikan (Kurniawaty & Febrianita, 2020). Oleh karena itu, diperlukan juga upaya di tingkat individu maupun institusi pendidikan untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung konsentrasi siswa.

Salah satu intervensi yang mulai banyak digunakan untuk meningkatkan konsentrasi belajar adalah pemanfaatan aromaterapi. Aromaterapi adalah metode terapi yang menggunakan minyak esensial dari tumbuhan untuk memberikan efek psikologis dan fisiologis tertentu. Ketika dihirup, senyawa kimia dari minyak esensial akan masuk ke sistem limbik otak, yang bertanggung jawab atas emosi dan memori (Anggraeni et al., 2021). Aromaterapi berfungsi sebagai relaksan, antiseptik, bahkan dapat membantu meningkatkan kualitas udara serta suasana hati.

*Rosemary* (*Rosmarinus officinalis*) adalah salah satu jenis tanaman aromaterapi yang memiliki efek meningkatkan konsentrasi dan memori jangka pendek. Kandungan senyawa aktif seperti 1,8-cineole,  $\alpha$ -pinene, dan  $\beta$ -pinene dalam minyak esensial *rosemary* terbukti dapat merangsang kewaspadaan mental, mengurangi stres, dan memperbaiki kinerja kognitif (Sitepu, 2024). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa inhalasi aroma *rosemary* dapat meningkatkan fokus dan performa dalam menyelesaikan tugas-tugas kognitif, sehingga cocok digunakan dalam lingkungan belajar atau kerja yang menuntut konsentrasi tinggi dengan mempertimbangkan berbagai temuan tersebut, maka penting dilakukan penelitian mengenai pengaruh aromaterapi terhadap konsentrasi belajar. Penggunaan aromaterapi dalam konteks pendidikan merupakan salah satu inovasi yang

dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan fokus siswa dalam mengikuti pelajaran. Tujuan dari penggunaan terapi ini adalah sebagai bentuk dukungan alternatif dalam upaya meningkatkan konsentrasi dan prestasi belajar siswa (Suryandari et al., 2022).

Saat *rosemary* digunakan dalam bentuk aromaterapi (melalui diffuser), senyawa volatil seperti 1,8-cineole,  $\alpha$ -pinene, dan camphor menguap ke udara dan terhirup oleh sistem pernapasan. Senyawa aroma yang masuk melalui hidung akan merangsang reseptor olfaktori di rongga hidung. Sinyal ini diteruskan ke sistem limbik otak, bagian otak yang mengatur emosi, perhatian, dan memori, termasuk memori bau. Oleh karena itu, menghirup aroma *rosemary* dapat memberikan efek menenangkan (Nasiri & Boroomand, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 13 siswi di MTs Masyitoh Gamping, diketahui bahwa sebanyak 61,53% (8 orang) siswi mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi saat guru menjelaskan materi dengan gaya mengajar monoton, 69,23% (9 orang) mengaku berhenti mengerjakan tugas ketika diajak berbicara oleh teman. Sementara itu, sebanyak 61,53% (8 orang) siswi juga mengaku mudah teralihkan perhatiannya oleh suara-suara dari luar kelas saat proses belajar berlangsung. Temuan ini memperkuat pentingnya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai **“Pengaruh Aromaterapi *Rosemary* terhadap Konsentrasi Belajar Siswi di MTS Masyitoh Gamping Tahun 2025”**

## **B. Rumusan Masalah**

Dengan merujuk pada permasalahan dan informasi yang telah dibahas yang menyebutkan bahwa kebanyakan siswi sulit berkonsentrasi di sekolah dan memiliki dampak merugikan pada prestasi belajar mereka, maka rumusan masalah yang dibahas yaitu “Adakah pengaruh aromaterapi *rosemary* terhadap konsentrasi belajar siswi di MTS Masyitoh Gamping?”.

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh aromaterapi *rosemary* terhadap konsentrasi belajar siswi di MTS Masyitoh Gamping.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden pada penelitian ini
- b. Untuk diketahuinya konsentrasi belajar siswa/siswi sebelum diberikan aromaterapi *rosemary* di MTS Masyitoh Gamping.
- c. Untuk diketahuinya konsentrasi siswa/siswi sesudah diberikan aromaterapi *rosemary* di MTS Masyitoh Gamping.
- d. Untuk diketahuinya pengaruh konsentrasi belajar pada siswa/siswi kelas VIII di MTS Masyitoh gamping.

### D. Manfaat

#### 1. Manfaat Teoritis

Dapat menjadi tambahan pengetahuan, serta dapat memberikan referensi tambahan dalam ilmu kebidanan terkait pengaruh aromaterapi *rosemary* terhadap kosentrasi belajar siswa.

#### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Siswa MTs Masyitoh Gamping

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi siswa, khususnya dalam hal peningkatan konsentrasi belajar. Dengan adanya intervensi aromaterapi *rosemary*, siswa memperoleh pengalaman baru dalam menggunakan metode non-farmakologis yang sederhana namun efektif untuk mendukung aktivitas belajar. Selain itu, siswa dapat menyadari pentingnya fokus dan ketenangan dalam proses pembelajaran, sehingga lebih mudah menyerap materi, meningkatkan motivasi belajar, serta mencapai hasil akademik yang optimal. Penelitian ini juga dapat mendorong siswa untuk lebih peduli terhadap kesehatan mental dan lingkungan belajar yang kondusif.

b. Bagi Guru MTs Masyitoh Gamping

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru dalam merancang sistem pembelajaran yang mendukung peningkatan konsentrasi belajar siswa. Dengan meningkatnya konsentrasi, diharapkan prestasi belajar siswa juga mengalami peningkatan.

c. Bagi Mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi sebagai literatur pendukung mengenai penggunaan aromaterapi *rosemary* dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Hal ini selaras dengan visi dan misi Program Studi Kebidanan S-1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang berbasis pada pendekatan komplementer.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menerapkan ilmu tentang aromaterapi yang telah diperoleh selama perkuliahan secara nyata di lapangan. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan di bidang terapi komplementer lainnya dalam dunia pendidikan maupun kesehatan

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul dan Tahun	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Aprilia Dwi Puspitasari, Dian Susmarini, Dina Dewi SLI (2015)	Pengaruh Aromaterapi <i>Rosemary</i> ( <i>Rosmarinus officinalis</i> ) terhadap Peningkatan Memori Jangka Pendek Siswa Kelas V (10-11 Tahun) di SDN Growok I Kecamatan Dander Kabupaten Bojonegoro Tahun 2015	Desain penelitian ini menggunakan <i>one group pretest-posttest design</i> , dengan teknik total sampling.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor memori jangka pendek anak sebesar 3,048 dengan rata-rata skor memori jangka pendek sebelum diberikan aromaterapi <i>rosemary</i> adalah 15,19 dan setelah diberikan aromaterapi <i>rosemary</i> adalah 18,24. Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan uji paired-sample t-test didapatkan nilai signifikansi ( $p$ ) = 0,000, yang artinya $p < 0,05$ , hal ini menunjukkan pemberian aromaterapi <i>rosemary</i> meningkatkan memori jangka pendek siswa kelas V (10-11 tahun) di SDN Growok I, Kecamatan Dander, Kabupaten Bojonegoro.	Desain penelitian yang digunakan dan berfokus pada penggunaan aromaterapi <i>rosemary</i>	Variabel dependent yang meneliti pengaruh <i>rosemary</i> untuk peningkatan memori jangka pendek, selain itu perbedaan pada tempat, waktu penelitian
2	Rif'atun Nisa, Ira Faridasari	Efektivitas Diffuser Aromaterapi <i>Rosemary</i> terhadap Pembelajaran Siswa Hasil di era covid 19 Tahun 2024	Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain <i>Quasi Experiment</i> . Analisis data menggunakan uji univariat untuk mengukur frekuensi variabel. Sedangkan uji bivariat menggunakan uji-T.	Berdasarkan hasil uji-t yang dilakukan dapat diketahui nilai signifikansi lebih kecil dari nilai alpha ( $0,000 < 0,05$ ). Setelah dilakukan intervensi Diffuser Aromaterapi <i>Rosemary</i> pada siswa secara rutin dalam kegiatan pembelajaran, responden mengalami peningkatan hasil belajar rata-rata sebesar 0,204. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat Efektivitas Diffuser Aromaterapi <i>Rosemary</i> terhadap Hasil Belajar Siswa di Era Covid 19.	Desain penelitian yang digunakan dan berfokus pada penggunaan aromaterapi <i>rosemary</i>	Variabel dependent yang meneliti pengaruh <i>rosemary</i> terhadap hasil pembelajaran siswa, selain itu perbedaan pada tempat, waktu penelitian
3	Zainul Munir, Anis	Aromaterapi Lavender dan Brain	Rancangan penelitian ini adalah <i>three group</i>	Hasil uji <i>Friedman</i> menunjukkan nilai $p$ yaitu 0,000 untuk kelompok aromaterapi	Desain penelitian yang digunakan	Variabel independent yang meneliti

No	Peneliti	Judul dan Tahun	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
	Museva, Novela Eka Candra Dewi	Gym untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak	<i>pretest-posttest</i> .	lavender, 0,000 untuk kelompok brain gym dan 0,000 untuk kelompok perpaduan aromaterapi lavender dan brain gym. Berarti, pada ketiga kelompok ada perubahan konsentrasi belajar secara bermakna antara setelah diberikan perlakuan. Sedangkan perbandingan antara ketiga kelompok menggunakan uji <i>Kruskall Wallis</i> menunjukkan nilai $p = 0,460$ (tidak ada perbedaan).	dan berfokus pada konsentrasi belajar anak	pengaruh lavender selain itu perbedaan pada tempat, waktu penelitian