

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Status Gizi

1. Definisi Status Gizi

Status Gizi mencerminkan tingkat kecukupan tubuh dalam menerima dan memanfaatkan zat gizi yang diperoleh dari asupan makanan. Apabila terjadi ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan zat gizi, maka akan timbul gangguan yang dikenal sebagai malnutrisi. Malnutrisi dapat berupa kekurangan maupun kelebihan gizi, yang keduanya dapat berdampak negative terhadap kesehatan. Jika tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah dan mutu yang memadai, maka akan tercapai status gizi yang normal. Status gizi yang optimal berperan penting dalam menunjang pertumbuhan tubuh, perkembangan otak, dan kemampuan berpikir anak. Sebaliknya, status gizi yang kurang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan otak, serta menurunkan kecerdasan, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Rizky & Fitri, 2023).

2. Penilaian Status Gizi secara Antropometri

Pengukuran antropometri merupakan cara untuk menilai status gizi melalui pengamatan terhadap ukuran dan komposisi tubuh manusia. Teknik ini mencakup pengukuran tinggi badan, indeks masa tubuh (IMT), lingkaran lengan atas (LILA), dan indikator pertumbuhan lainnya. Hasil pengukuran dibandingkan dengan standar baku seperti WHO atau BMI for-age. Pengukuran ini dilakukan untuk mengetahui apakah seseorang mengalami gizi kurang, gizi yang normal, gizi lebih atau obesitas (RI Kemenkes, 2019).

Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) merupakan alat yang digunakan untuk menilai status gizi anak usia 5 sampai 18 tahun. IMT/U digunakan untuk menentukan apakah seorang anak memiliki berat badan kurang, normal, berlebih, atau obesitas dengan mempertimbangkan usianya. Nilai IMT diperoleh dari berat badan dibagi dengan tinggi badan

kuadrat, lalu dibandingkan dengan kurva pertumbuhan standar anak seusianya (Kemeneks RI, 2020).

3. Klasifikasi Status Gizi

Mengklasifikasikan status gizi anak usia sekolah, diperlukan standar acuan yang disebut referensi. Di Indonesia, Pengukuran antropometri IMT/U merujuk pada PMK No. 2 Tahun 2020 terkait Standar Antropometri Anak yang dibagi menjadi 4, antara lain :

Tabel 1.
Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Usia Sekolah
Berdasarkan Indeks IMT/U untuk Anak Usia Sekolah Usia 5 – 18 thn

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-score)
Umur (IMT/U) 5 – 18 tahun	Gizi Buruk (<i>severely thinness</i>)	<-3 SD
	Gizi Kurang (<i>thinness</i>)	-3 SD sd <-2 SD
	Gizi Baik (<i>normal</i>)	-2 SD sd +1 SD
	Gizi Lebih (<i>overweight</i>)	+1 SD sd +2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+2 SD

Sumber : PMK No. 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

B. Karakteristik Anak Usia Sekolah

1. Pengertian Anak Usia Sekolah

Anak dalam rentang usia sekolah merupakan fase perkembangan awal masuk ke dunia pendidikan formal, yang dimana pada fase ini anak-anak sering menjadi focus program intervensi kesehatan misalnya, Imunisasi, pemeriksaan kesehatan rutin, edukasi tentang kesehatan reproduksi, serta aspek gizi dan kesehatan mental (Kemeneks RI, 2024).

2. Umur Anak Usia Sekolah

Menurut definisi dari WHO (*World Health Organization*), anak usia sekolah adalah mereka yang berumur 7 sampai 15 tahun. Namun, di Indonesia, istilah anak usia sekolah biasanya merujuk pada anak yang berusia 7 sampai 12 tahun, yang merupakan masa-masa penting dalam jenjang pendidikan dasar, khususnya ditingkat Sekolah dasar (SD), pada tahap ini anak-anak berada dalam masa perkembangan yang sangat krusial, baik dari segi kognitif, emosional, maupun sosial (Sinta Zakiyah et al., 2024).

3. Jenis Kelamin

Jenis kelamin adalah karakteristik biologis yang menentukan seseorang sebagai pria atau wanita. Secara biologis, jenis kelamin terbagi menjadi dua, yaitu laki-laki dan perempuan. Perbedaan jenis kelamin mencakup perbedaan biologis pada tingkat hormon seksual, ciri-ciri seksual, serta anatomi tubuh (Irfani, 2018).

C. Definisi Asupan Cairan

1. Pengertian Asupan Cairan

Cairan adalah salah satu nutrisi penting sekaligus komponen terbesar dalam tubuh manusia, dengan sekitar 60% tubuh terdiri dari air. Air termasuk zat gizi makro yang esensial. Total jumlah cairan dalam tubuh setiap individu dapat berbeda tergantung pada usia, berat badan, jenis kelamin, serta kadar lemak tubuh. Cairan tubuh berperan penting dalam menjaga keseimbangan elektrolit, mengukur suhu tubuh, membantu transportasi zat gizi dan pembuangan sisa metabolisme melalui urin serta keringat. Kekurangan asupan cairan dapat menyebabkan dehidrasi, yang berdampak pada fungsi fisiologis tubuh (IDAI, 2016).

2. Distribusi dan Keseimbangan Cairan dalam Tubuh

Cairan dalam tubuh terbagi menjadi dua komponen utama (Yulianti, 2017).

- a. Cairan Ekstraseluler atau (CES) merupakan cairan yang berada di luar sel, yang mencakup cairan interstisial (di antara sel), plasma darah (bagian cair dari darah), dan cairan transseluler (seperti cairan serebrospinal, sinovial, dan pleura). CES menyumbang sekitar 35–40% dari total cairan tubuh, yaitu sekitar 14–16 liter pada orang dewasa. Fungsi utama CES adalah sebagai media transportasi oksigen, nutrisi, hormon, dan limbah metabolik antar sel dan jaringan tubuh, serta menjaga keseimbangan elektrolit dan asam-basa. Ion utama yang terdapat dalam cairan ekstraseluler adalah natrium (Na^+), klorida (Cl^-), dan bikarbonat (HCO_3^-).
- b. Cairan Intrasel atau (CIS), cairan yang berada di dalam membran sel dan cairan intrasel ini mencakup semua cairan yang terbungkus oleh

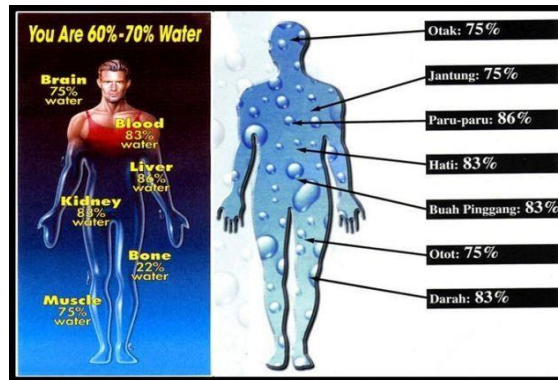
membrane plasma, yaitu sekitar 60–65% dari total cairan tubuh. Cairan ini memiliki fungsi penting sebagai tempat berlangsungnya reaksi metabolisme seluler, menjaga tekanan osmotik di dalam sel, serta mendukung aktivitas enzim dan sintesis protein. Komposisi utama CIS adalah ion kalium (K^+), magnesium (Mg^{2+}), fosfat, dan protein.

Dintara keduanya Cairan ekstraseluler (CES) yang mempengaruhi keseimbangan cairan tubuh secara signifikan, karena perubahan kecil pada konsentrasi ion dalam CES dapat menyebabkan pergerakan cairan antar kompartemen tubuh melalui proses osmosis. Osmosis adalah proses perpindahan air melalui membrane semipermeabel dari daerah dengan konsentrasi zat terlarut yang rendah (hipotonik) ke daerah dengan konsentrasi zat terlarut yang lebih tinggi (hipertonik). Oleh karena itu, jika konsentrasi natrium (Na^+) di CES meningkat, osmolalitas CES menjadi lebih tinggi, sehingga air akan berpindah dari cairan intraseluler (CIS) ke CES, menyebabkan sel kehilangan air dan menyusut. Sebaliknya, jika konsentrasi natrium di CES menurun, air masuk ke dalam sel sehingga menyebabkan sel menjadi membesar.

Natrium merupakan ion utama dalam CES yang mengatur tekanan osmotik serta berperan penting dalam menjaga keseimbangan cairan tubuh. Karena natrium tidak bergerak masuk ke dalam sel dengan mudah, perubahan kecil pada konsentrasinya dapat mempengaruhi volume cairan di dalam sel dan menyebabkan gangguan pada fungsi tubuh, seperti dehidrasi sel atau edema. Oleh karena itu, cairan ekstraseluler sangat erat kaitannya dengan konsentrasi zat terlarut, dan perubahan kecil dalam konsentrasi ion, terutama natrium, dapat berdampak besar terhadap penyebaran cairan dalam tubuh (Michael & John, 2020).

Penyebaran cairan dalam tubuh tergantung pada seberapa besar tubuh tersebut.

- 1) Dewasa 60%
- 2) Anak – anak 60 – 70%
- 3) Infat 77%
- 4) Embrio 97%
- 5) Manula 40 – 50%



Gambar 1.
Distribusi Cairan Tubuh Sumber : (Yuliati, 2017)

3. Fungsi Asupan Cairan

Cairan merupakan elemen penting dalam kehidupan, terutama karena tubuh manusia mayoritas tersusun dari air. Cairan memiliki berbagai manfaat bagi tubuh manusia. Salah satu fungsi utama cairan adalah menjaga keseimbangan dan kesehatan tubuh. Cairan sangat berperan penting dalam berbagai proses biologis dan metabolic tubuh. Tidak ada satupun fungsi tubuh yang dapat berjalan optimal tanpa adanya air (Rahmadani et al., 2024).

Berikut ini adalah beberapa fungsi penting dari cairan, yaitu :

a. Pembentuk Sel dan Cairan Tubuh

Cairan memegang peranan penting dalam pembentukan berbagai macam cairan, termasuk darah, cairan lambung, hormon, dan enzim. Cairan juga merupakan komponen utama dalam struktur sel, sehingga berperan besar dalam menjaga fungsi biologis tubuh.

b. Zat Pelarut

Selama proses pencernaan, cairan tubuh membantu melarutkan zat-zat gizi agar dapat diserap oleh usus halus secara optimal. Air juga memfasilitasi pergerakan zat gizi tersebut menuju system peredaran darah serta membantu pengeluaran sisa makanan melalui proses ekskresi (feses dan urin).

c. Pengatur Suhu

Air membantu tubuh dalam mengatur suhu dengan menyerap panas dan melepaskannya melalui keringat. Proses ini menjaga kestabilan suhu inti tubuh agar tetap dalam kisaran normal, terutama saat tubuh mengalami

peningkatan aktivitas atau berada dilingkungan panas.

d. Alat Transportasi

Air berfungsi sebagai medium transportasi dalam tubuh. Cairan tubuh mengangkut oksigen, zat gizi, hormon, dan sisa metabolisme ke seluruh bagian tubuh. Karena sifat molekul air (H_2O) yang mudah bergerak antar sel, proses pertukaran zat antar sel dapat berjalan dengan lancar.

e. Menjaga Fungsi Kognitif dan Konsentrasi

Kecukupan asupan cairan berdampak pada fungsi otak. Dehidrasi ringan dapat menurunkan focus, konsentrasi, daya ingat, dan suasana hati. Otak memiliki sensitivitas tinggi terhadap perubahan dalam keseimbangan cairan dan elektrolit.

4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kebutuhan Asupan Cairan

Terdapat sejumlah faktor yang mempengaruhi kebutuhan tubuh terhadap asupan cairan, antara lain: (Utami, 2020).

a. Usia

Kebutuhan cairan bervariasi sesuai dengan usia, dipengaruhi oleh variasi proporsi tubuh, luas permukaan tubuh, kebutuhan metabolisme, dan berat badan. Pada masa pertumbuhan, bayi dan anak memerlukan cairan yang lebih banyak dibandingkan orang dewasa. Karena, jumlah cairan yang diperlukan dan yang hilang lebih besar.

b. Aktivitas

Tingkat aktivitas seseorang sangat berpengaruh terhadap kebutuhan cairan, dimana aktivitas yang tinggi meningkatkan laju metabolisme dalam tubuh, sehingga menyebabkan tubuh mengeluarkan lebih banyak cairan melalui keringat dan juga meningkatkan frekuensi pernapasan.

c. Iklim

Orang yang tinggal di lingkungan dengan suhu sedang cenderung tidak kehilangan banyak cairan melalui kulit dan pernapasan. Namun, pengeluaran cairan ini bisa berbeda-beda pada tiap individu, tergantung pada suhu lingkungan, tingkat metabolisme, dan usia.

d. Stres

Stress dapat mempengaruhi kebutuhan cairan. Saat mengalami stress, metabolisme meningkat, kadar glukosa darah naik, sehingga terjadi glikosis otot. Stress memicu produksi hormone antidiuretik yang menurunkan produksi urine.

e. Penyakit

Kondisi sakit yang disebabkan kerusakan jaringan tubuh biasanya memicu kehilangan cairan. Misalnya, diare meningkatkan kebutuhan cairan karena cairan hilang lewat saluran pencernaan. Gangguan pada jantung dan ginjal dapat menimbulkan ketidakseimbangan cairan dalam tubuh.

5. Keseimbangan Cairan

Keseimbangan cairan adalah bagian penting dari mekanisme tubuh untuk menjaga homeostasis. Tubuh mempertahankan keseimbangan ini dengan mengatur cairan ekstraseluler yang kemudian mempengaruhi cairan intraseluler (William, 2017).

a. Asupan Cairan

Menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG) Indonesia, anak membutuhkan asupan cairan sekitar 1850 mL per hari. Cairan ini bisa berasal dari minuman langsung maupun dari makanan.

b. Pengeluaran Cairan

Cairan keluar terutama melalui ginjal dalam bentuk urine, selain itu, n cairan juga hilang melalui kulit dalam bentuk keringat dan dari saluran pencernaan berupa feses.

6. Kebutuhan Cairan Pada Anak

Kebutuhan cairan pada anak dihitung berdasarkan berat badan dengan menggunakan rumus *formula Holiday-Segar*.

Tabel 2.
Kebutuhan Cairan Berdasarkan BB (*Formula Holliday-Segar*).

Berat Badan (Kg)	Kebutuhan dalam 24 Jam
< 10	100 ml/ kgBB
10-20	1000 + ml/kgBB Untuk setiap kilogram kenaikan BB diatas 10 kg
>20	1500 + 20 ml/kgBB Untuk setiap kilogram kenaikan BB diatas 10 kg

Sumber : (IDAI, 2016).

Cara Perhitungan:

- Apabila anak memiliki berat badan 7 kg, maka total kebutuhan cairan selama 24 jam adalah 700 ml.
- Apabila anak memiliki berat badan 30 kg, maka total kebutuhan cairan selama 24 jam mencapai 1700 ml.

D. Konsentrasi

1. Pengertian Konsentrasi

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), konsentrasi berarti pemusatan penglihatan dan pikiran pada suatu hal tertentu, seperti pemusatan tenaga dan kekuatan. Konsentrasi berasal dari bahasa Inggris yaitu *concentration* yang artinya pemusatan. Fokus merupakan kemampuan seseorang untuk memusatkan perhatian terhadap suatu objek dalam waktu tertentu, yang diawali dengan adanya perhatian seseorang terhadap suatu objek yang dilihat dan didengar (Sita Mawarni & Asriyanti, 2023). Konsentrasi merupakan kemampuan untuk memusatkan dan mempertahankan pikiran selama proses pembelajaran serta memahami setiap materi yang disampaikan. Saat seseorang berkonsentrasi, perhatian difokuskan pada objek utama, sehingga hanya informasi yang relevan yang diterima dan diproses (Aprilia, 2014).

Konsentrasi juga dapat diasah atau ditingkatkan dengan cara terus latihan memfokuskan perhatian pada satu hal saja dalam jangka waktu tertentu, lalu menambah durasi latihan terus menerus secara bertahap seiring dengan waktu (Fatchuroji et al., 2023).

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi seseorang (Ryzki et al., 2021), yaitu :

a. Kesehatan fisik dan mental

Kondisi fisik dan mental kurang baik, seperti kurang tidur, stress, atau sakit, dapat mengganggu kemampuan seseorang untuk berkonsentrasi.

b. Lingkungan

Lingkungan yang bising atau tidak nyaman cenderung mengganggu konsentrasi, sedangkan suasana yang tenang dan nyaman justru membantu meningkatkan focus seseorang.

c. Gaya Belajar

Gaya belajar individu juga berpengaruh terhadap konsentrasi, dimana setiap orang memiliki cara belajar yang bervariasi. Sebagian mungkin lebih mudah berkonsentrasi di tempat yang ramai, sementara yang lain membutuhkan suasana yang hening tenang agar dapat fokus.

d. Faktor Emosional

Faktor emosional seperti kecemasan, depresi, atau rendahnya rasa percaya diri juga dapat menyebabkan penurunan konsentrasi seseorang, karena apabila seseorang mengalami cemas, stress, atau depresi dapat menghabiskan sumber daya mental yang akan mengalami kesulitan berkonsentrasi.

f. Teknologi

Penggunaan teknologi seperti ponsel pintar, computer, televise dapat mempengaruhi konsentrasi seseorang, apabila seseorang terus-menerus memeriksa pesan, menghabiskan waktu di media social seperti tiktok, instagram, atau youtube, konsentrasinya dapat terganggu.

g. Kelapangan Waktu

Seseorang merasa terburu-buru atau berada di bawah tekanan karena tenggat waktu yang ketat cenderung mengalami gangguan konsentrasi. Tekanan waktu dapat menyebabkan stress, kecemasan, dan pikiran yang tidak fokus sehingga mengurangi kemampuan seseorang untuk berfikir jernih dan menyelesaikan tugas secara efektif. Sebaliknya, apabila seseorang

memiliki waktu yang cukup dan dapat mengelola waktunya dengan baik, hal tersebut akan berdampak positif terhadap konsentrasinya. Ketersediaan waktu yang memadai memungkinkan seseorang untuk bekerja dengan tenang, lebih terorganisir, dan mampu memusatkan perhatian secara optimal pada tugas yang sedang dikerjakan.

h. Motivasi

Motivasi berperan penting dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi seseorang, baik dalam konteks belajar, bekerja menjalani aktivitas sehari-hari. Ketika individu memiliki motivasi yang tinggi, mereka cenderung memusatkan perhatian pada tujuan, menjaga focus, dan mengabaikan gangguan yang tidak relevan. Motivasi yang kuat membantu otak untuk menetapkan prioritas dan menjaga ketekunan dalam menghadapi tugas yang menantang.

i. Dehidrasi

Seseorang yang susah berkonsentrasi pada materi yang disampaikan guru ataupun dosen cenderung mengalami hambatan dalam memahami materi tersebut secara optimal. Salah satu hal yang berperan dalam mempengaruhi kemampuan konsentrasi adalah tingkat hidrasi atau kecukupan cairan dalam tubuh. Dehidrasi diketahui dapat berdampak negatif terhadap fungsi kognitif, termasuk konsentrasi, sehingga berpotensi menurunkan produktivitas belajar. Ketika tubuh kekurangan cairan, aliran darah ke otak dapat menurun, yang berarti suplai oksigen dan nutrisi penting ke jaringan otak juga berkurang. Hal ini dapat menyebabkan otak bekerja lebih lambat, meningkatkan rasa lelah, menurunkan kewaspadaan, serta mengganggu proses berfikir dan fokus (Kusumawardani & Larasati, 2020).

3. Dampak Negatif Konsentrasi Rendah

Ada beberapa dampak negatif bila seseorang mengalami konsentrasi yang rendah (Yusuf et al., 2018), yaitu :

a. Kesulitan memahami materi

Konsentrasi yang rendah dapat menyebabkan seseorang mengalami kesulitan memahami materi yang diberikan, dampaknya dapat menyebabkan hasil belajar yang kurang memuaskan.

b. Kesulitan dalam mengingat informasi

Konsentrasi yang rendah dapat menyebabkan seseorang kesulitan untuk mengingat atau menyimpan informasi yang telah dipelajari, dampaknya tidak bisa mengingat informasi yang penting dalam suatu pelajaran atau hal-hal penting lainnya.

c. Kesulitan dalam menyelesaikan tugas

Konsentrasi yang rendah juga dapat menyebabkan seseorang kesulitan agar tugas dapat diselesaikan dengan baik dan sesuai jadwal, dampaknya dapat penilaian dan hasil akademik akan berkurang.

d. Menurunnya motivasi belajar

Apabila seseorang tidak ada motivasi belajar atau menurunnya motivasi belajar akan kesulitan dalam memahami materi dan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu karena mereka kehilangan motivasi belajar dan merasa tidak percaya diri

e. Stres dan Kecemasan

Apabila seseorang mengalami rasa cemas dan stress dapat menyebabkan kesulitan berkonsentrasi karena akan sulit memahami materi dan menyelesaikan tugas dengan baik.

4. Pengukuran Konsentrasi Dengan Cara Test CGT

Test CGT (*Concentration Grid Test*) merupakan test konsentrasi yang dilakukan dengan cara mengurutkan angka dari yang paling kecil hingga terbesar dengan menandai setiap angka yang ditemukan menggunakan tanda centang atau silang dalam waktu 60 detik menurut D. V Harris dan B. L Harris (1998), yang dikutip dalam penelitian (Al aziz, Melsaz, 2020).

Cara Melakukan test :

- a. Test ini memiliki 10x10 kotak, kotak tersebut berisi angka dua digit, mulai dari 00 hingga 99, yang tertata dalam setiap kotaknya.
- b. Dalam mengerjakan test ini, peserta diminta menghubungkan angka dari yang terkecil hingga terbesar dengan memberikan tanda centang atau silang pada setiap angka yang ditemukan.
- c. Penilaian tes didasarkan pada jumlah angka yang berhasil ditemukan secara berurutan. Test konsentrasi ini dilakukan satu kali, di mana

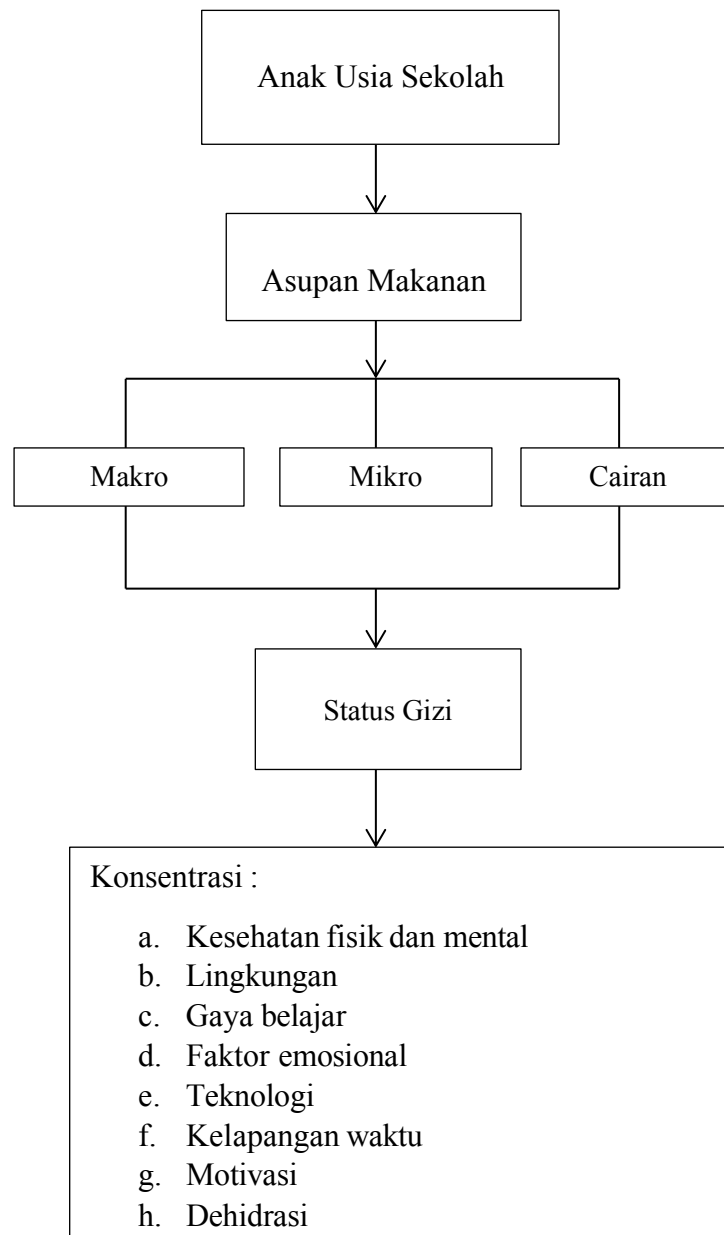
peserta ditempat yang telah disediakan, kemudian mengerjakan soal sesuai dengan intruksi yang diberikan. Waktu pengerjaan tes adalah. Kriteria penilaian yang digunakan mengikuti metode *Grid Concentration Test* (CGT), sebagaimana dijelaskan dalam tabel 3.

Tabel 3.
Kriteria Penilaian Konsentrasi

No	Kriteria	Kategori	Nilai
1.	Skor >21	Konsentrasi sangat baik	A
2.	Skor 16-20	Konsentrasi baik	B
3.	Skor 11-15	Konsentrasi Cukup	C
4.	Skor 6-10	Konsentrasi Kurang	D
5.	Skor 5	Konsentrasi sangat kurang	E

Sumber : (D. V Harris dan B. L Harris 1998)

E. Kerangka Teori



Gambar.2 Bagian Kerangka Teori

Sumber : (PMK No.2 2020), (Utami, 2020), (Ryzki et al., 2021).

F. Kerangka Konsep



Gambar 3.
Kerangka Konsep

G. Definisi Operasional

Tabel 4.
Definisi Oprasional

NO	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Status Gizi	Status gizi adalah hasil dari pengukuran indicator IMT/U (Anak Usia Sekolah)	Timbangan Digital <i>Microtoise</i> (Onemade)	Pengukuran Anropometri Tinggi Badan dan Berat Badan	1. Gizi Buruk = <-3 SD 2. Gizi Kurang = -3 SD sd <-2 SD 3. Gizi Baik = -2 SD sd $+1$ SD 4. Gizi Lebih = $+1$ SD sd $+2$ SD 4. Obesitas = $>+2$ SD (PMK No. 2 2020)	Nominal
2.	Umur	Lamanya hidup dalam tahun yang tehitung sejak lahir	Kusioner	Wawancara	Umur dalam tahun	Rasio
3.	Jenis Kelamin	Ciri biologis yang diperoleh sejak lahir	Kusioner	Wawancara	1. Perempuan 2. Laki-laki	Nominal
4.	Asupan Cairan	Total rata-rata konsumsi air diperoleh dari air putih, minuman lain, dan makanan dalam waktu 1x24 jam kemudian dinilai berdasarkan rekomendasi angka kecukupan gizi (AKG).	Recall Kusioner	1. Recall asupan cairan 1x24 jam 2.Wawancara	1. Kurang asupan cairan <1850 ml. 2. Cukup asupan cairan ≥ 1850 ml. Angka kecukupan gizi (AKG).	Ordinal

NO	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
5.	Konsentrasi	kemampuan seseorang untuk memusatkan perhatian terhadap suatu objek dalam waktu 60 detik.	<i>Test CGT (Concentration on Grid Test)</i>	<i>Instrumen grid Concentration exercise</i> D. V Harris dan B. L Harris (1998).	1. 5 kebawah = Konsentrasi sangat kurang 2. 6-10 = Konsentrasi kurang 3. 11-15 = Konsentrasi cukup 4. 16-20 = Konsentrasi baik 5. 21 keatas = Konsentrasi sangat baik (D. V Harris dan B. L Harris (1998)).	Rasio