YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN: 2808-2346
e-ISSN: 2808-1854
Terindeks: SINTA 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v6i5.11993

Pengaruh Minat Belajar, Lingkungan Belajar dan Kebugaran Jasmani terhadap Konsentrasi Belajar Siswa MAS TI Canduang

The Effect of Learning Interest, Learning Environment, and Physical Fitness on Students' Learning Concentration at MAS TI Canduang

Eistle La Fiolla & Sri Hartati
UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi
elafiolla@gmail.com; srihartati@uinbukittinggi.ac.id

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jul 28, 2026	Aug 25, 2026	Sep 6, 2026	Sep 11, 2026

Abstract

Concentration during learning is an important factor supporting the success of the learning process and can be influenced by various internal, external, and physical factors. This study aimed to analyze the individual and simultaneous effects of interest in learning, the learning environment, and physical fitness on the concentration of students at MAS TI Canduang. This study employed a quantitative approach with a causal-associative design and involved 176 students as respondents. Data were collected using a questionnaire and analyzed through simple and multiple linear regression with SPSS version 26. The results showed that interest in learning had a positive and significant effect on concentration during learning ($t = 7.505$; $p < .001$; $R^2 = .245$). The learning environment also had a positive and significant effect on concentration during learning ($t = 9.149$; $p < .001$; $R^2 = .325$), as did physical fitness ($t = 10.233$; $p < .001$; $R^2 = .376$). Simultaneously, interest in learning, the learning environment, and physical fitness had a significant effect on concentration during learning ($F = 53.708$; $p < .001$) and explained 48.4% of the variance in students' concentration ($R^2 = .484$). These findings broaden the understanding of the contributions of psychological, environmental, and physical factors to students' concentration during learning. In practical terms, improving concentration during learning requires an integrated approach involving the strengthening of interest in learning, the creation of a conducive learning environment, and the maintenance of physical fitness. Future research is recommended to include

Yasin Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

broader locations and respondent populations and to consider other factors not examined in this study.

Keywords: Physical Fitness; Concentration During Learning; Learning Environment; Interest in Learning; Islamic School Students

Abstrak: Konsentrasi belajar merupakan aspek penting yang mendukung keberhasilan proses pembelajaran dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor internal, eksternal, serta fisik. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani terhadap konsentrasi belajar siswa MAS TI Canduang, baik secara parsial maupun simultan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif kausal dan melibatkan 176 siswa sebagai responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis melalui regresi linear sederhana dan regresi linear berganda dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat belajar berpengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar (t = 7,505; p < 0,001; R^2 = 0,245). Lingkungan belajar juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar (t = 9,149; p < 0,001; R^2 = 0,325), demikian pula kebugaran jasmani (t = 10,233; p < 0,001; R^2 = 0,376). Secara simultan, minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar (F = 53,708; p < 0,001) serta mampu menjelaskan 48,4% variasi konsentrasi belajar siswa (R^2 = 0,484). Temuan ini memperluas pemahaman mengenai kontribusi faktor psikologis, lingkungan, dan fisik terhadap konsentrasi belajar siswa. Implikasi praktisnya, peningkatan konsentrasi belajar perlu dilakukan secara terpadu melalui penguatan minat belajar, penciptaan lingkungan belajar yang kondusif, dan pemeliharaan kebugaran jasmani. Penelitian selanjutnya disarankan memperluas cakupan lokasi dan responden serta mempertimbangkan faktor lain yang belum diteliti.

Kata Kunci: Kebugaran Jasmani; Konsentrasi Belajar; Lingkungan Belajar; Minat Belajar; Siswa Madrasah

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses penting dalam mengembangkan potensi peserta didik, baik dari aspek pengetahuan, keterampilan, kepribadian, maupun kemampuan beradaptasi dengan lingkungan. Dalam proses tersebut, keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh kemampuan guru dalam menyampaikan materi, tetapi juga oleh kesiapan peserta didik dalam menerima, memahami, dan mengolah informasi yang diberikan. Salah satu kemampuan yang sangat diperlukan dalam proses tersebut adalah konsentrasi belajar. Konsentrasi belajar berkaitan dengan kemampuan siswa untuk memusatkan perhatian terhadap materi pembelajaran serta mengesampingkan berbagai hal yang dapat mengganggu proses penerimaan informasi. Konsentrasi yang baik memungkinkan siswa memahami materi secara lebih mendalam dan mengikuti proses pembelajaran secara efektif. Penelitian Riinawati (2021) menunjukkan bahwa konsentrasi belajar memiliki keterkaitan dengan pencapaian belajar peserta didik, sedangkan penelitian Mardiana et al. (2024) menunjukkan

bahwa konsentrasi merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan dalam proses pembelajaran siswa sekolah dasar.

Permasalahan konsentrasi belajar juga masih ditemukan pada peserta didik di berbagai jenjang pendidikan. Penelitian Tamimi et al. (2025), misalnya, menunjukkan bahwa konsentrasi belajar masih menjadi persoalan yang perlu mendapatkan perhatian dan membutuhkan upaya dari guru untuk membantu siswa mempertahankan fokus selama pembelajaran. Demikian pula, Ardana dan Lestari (2024) menemukan bahwa kesulitan mempertahankan perhatian dapat terlihat dari perilaku siswa yang mudah terdistraksi, berpindah aktivitas, kurang memperhatikan penjelasan guru, dan mengalami kesulitan dalam merespons pertanyaan pembelajaran. Kondisi tersebut memiliki relevansi dengan fenomena yang ditemukan dalam penelitian di MAS TI Canduang. Berdasarkan observasi lapangan, masih terdapat siswa yang kurang antusias mengikuti pembelajaran, lambat memahami materi, terganggu oleh teman sebaya, mudah mengalami kelelahan, sering mengantuk, dan mengalami kesulitan memusatkan perhatian dalam waktu yang lama.

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti berpandangan bahwa konsentrasi belajar tidak dapat dipahami sebagai kemampuan yang berdiri sendiri, tetapi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam maupun luar diri siswa. Dalam penelitian ini, minat belajar dipandang sebagai salah satu faktor internal yang dapat menentukan kuat atau lemahnya perhatian siswa terhadap pembelajaran. Minat belajar merupakan kecenderungan rasa senang, ketertarikan, perhatian, dan keterlibatan siswa terhadap aktivitas belajar. Siswa yang memiliki minat terhadap pembelajaran cenderung lebih antusias dan memberikan perhatian lebih besar terhadap materi yang dipelajari. Sebaliknya, rendahnya minat dapat menyebabkan siswa mudah merasa bosan, kurang aktif, dan mengalihkan perhatian kepada hal-hal lain. Penelitian Amelia et al. (2024) secara khusus menunjukkan adanya keterkaitan antara minat belajar dan konsentrasi belajar siswa dalam pembelajaran matematika. Hal ini memperkuat pandangan bahwa ketertarikan terhadap kegiatan belajar dapat menjadi salah satu dasar munculnya perhatian dan fokus siswa.

Selain faktor internal, lingkungan belajar merupakan faktor eksternal yang berpotensi memengaruhi konsentrasi siswa. Lingkungan belajar mencakup kondisi fisik ruang belajar, suasana kelas, fasilitas pembelajaran, hubungan dengan guru, serta interaksi dengan teman sebaya. Lingkungan yang tenang, nyaman, bersih, dan mendukung dapat membantu siswa memusatkan perhatian, sedangkan lingkungan yang bising, tidak nyaman, atau penuh

gangguan dapat menghambat konsentrasi. Penelitian Tambunan et al. (2020) menunjukkan bahwa suasana lingkungan belajar memiliki hubungan dengan konsentrasi belajar siswa. Temuan Prayitno dan Astutik (2024) juga menunjukkan adanya pengaruh lingkungan belajar terhadap tingkat konsentrasi belajar santri. Sementara itu, penelitian Pemba et al. (2022) menegaskan bahwa lingkungan belajar merupakan salah satu kondisi yang dapat memengaruhi perilaku peserta didik selama proses pembelajaran.

Permasalahan lingkungan belajar tersebut juga tampak dalam kondisi empiris di MAS TI Canduang. Hasil wawancara dalam penelitian menunjukkan bahwa siswa merasakan pengaruh kondisi ruang kelas dan kebisingan terhadap kemampuan mereka memperhatikan pelajaran. Salah seorang siswa menyampaikan bahwa kondisi kelas yang kotor dan bising menyebabkan dirinya kurang memperhatikan pembelajaran, sedangkan siswa lainnya menyatakan bahwa lingkungan belajar yang terlalu bising membuat dirinya mengalami kesulitan berkonsentrasi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kondisi lingkungan belajar bukan hanya persoalan kenyamanan, tetapi berkaitan langsung dengan kemampuan siswa mempertahankan perhatian selama pembelajaran.

Faktor lain yang tidak kalah penting adalah kebugaran jasmani. Konsentrasi belajar membutuhkan kondisi tubuh yang memungkinkan siswa mengikuti pembelajaran dalam waktu tertentu tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan. Siswa yang mudah lelah atau mengantuk akan lebih sulit mempertahankan fokus dan mengikuti penjelasan guru secara optimal. Hubungan antara kondisi fisik dan konsentrasi juga memperoleh dukungan dari penelitian Khasanah (2025) yang menemukan hubungan yang kuat dan signifikan antara kebugaran jasmani dan konsentrasi belajar remaja. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani yang lebih baik berkaitan dengan tingkat konsentrasi belajar yang lebih tinggi. Penelitian Faridah et al. (2024) juga menemukan bahwa kebugaran jasmani memberikan pengaruh terhadap upaya peningkatan konsentrasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Dengan demikian, secara teoritis maupun empiris terdapat alasan yang kuat untuk memandang konsentrasi belajar sebagai hasil interaksi berbagai faktor. Dalam konteks penelitian ini, minat belajar merepresentasikan faktor internal psikologis, lingkungan belajar merepresentasikan faktor eksternal, sedangkan kebugaran jasmani merepresentasikan kondisi fisik siswa. Ketiga faktor tersebut memiliki karakteristik yang berbeda, tetapi secara bersama-sama dapat berkontribusi terhadap kemampuan siswa memusatkan perhatian dalam

pembelajaran. Bahkan penelitian terbaru menunjukkan bahwa konsentrasi peserta didik dapat dipengaruhi oleh berbagai kondisi psikologis, lingkungan, maupun fisik, sehingga pendekatan yang hanya melihat satu faktor belum sepenuhnya menggambarkan kompleksitas permasalahan konsentrasi belajar.

Penelitian-penelitian sebelumnya telah memberikan dasar yang penting, tetapi masih terdapat kesenjangan penelitian. Sebagian penelitian terdahulu mengkaji hubungan atau pengaruh satu faktor tertentu terhadap konsentrasi belajar, seperti lingkungan belajar, minat belajar, atau kebugaran jasmani. Penelitian Tambunan et al. (2020) berfokus pada suasana lingkungan belajar, Prayitno dan Astutik (2024) mengkaji lingkungan belajar terhadap konsentrasi santri, Amelia et al. (2024) mengkaji minat belajar terhadap konsentrasi, sedangkan Faridah et al. (2024) meneliti pengaruh kebugaran jasmani terhadap konsentrasi. Dalam skripsi ini, penelitian relevan yang telah dikaji juga menunjukkan bahwa penelitian terdahulu membahas variabel-variabel tersebut secara terpisah, sedangkan penelitian yang dilakukan diarahkan untuk menguji ketiga faktor secara bersama-sama pada siswa MAS TI Canduang.

Kesenjangan tersebut menjadi penting karena karakteristik konsentrasi belajar siswa tidak hanya dipengaruhi oleh satu aspek. Siswa dapat memiliki minat belajar yang cukup baik, tetapi konsentrasinya tetap terganggu apabila lingkungan belajar tidak kondusif. Sebaliknya, lingkungan belajar yang nyaman belum tentu menghasilkan konsentrasi optimal apabila siswa tidak memiliki ketertarikan terhadap pembelajaran atau berada dalam kondisi fisik yang mudah lelah. Oleh sebab itu, penelitian ini menawarkan kebaruan melalui pengujian minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani secara simultan terhadap konsentrasi belajar siswa dalam satu model penelitian. Kerangka tersebut sejalan dengan isi penelitian yang menempatkan ketiga variabel sebagai variabel bebas dan konsentrasi belajar sebagai variabel terikat.

Landasan teoritis penelitian ini dapat dijelaskan melalui perspektif psikologi pendidikan dan teori faktor-faktor yang memengaruhi proses belajar. Minat belajar dipahami sebagai dorongan internal yang mengarahkan perhatian dan keterlibatan siswa terhadap kegiatan belajar, lingkungan belajar dipahami sebagai kondisi eksternal yang dapat mendukung atau menghambat proses pembelajaran, sedangkan kebugaran jasmani dipahami sebagai kapasitas fisik yang memungkinkan seseorang melakukan aktivitas secara efektif tanpa mengalami kelelahan berlebihan. Ketiga aspek tersebut kemudian dikaitkan dengan

konsep konsentrasi belajar sebagai kemampuan memusatkan dan mempertahankan perhatian terhadap materi pembelajaran. Kerangka teoritis dalam skripsi juga secara eksplisit menempatkan hubungan minat belajar → konsentrasi belajar, lingkungan belajar → konsentrasi belajar, dan kebugaran jasmani → konsentrasi belajar, serta hubungan ketiganya secara simultan terhadap konsentrasi belajar.

Kebaruan penelitian ini semakin relevan karena hasil penelitian pada MAS TI Canduang menunjukkan bahwa ketiga variabel memang berada pada kondisi yang masih memungkinkan untuk dikaji lebih lanjut. Data penelitian menunjukkan bahwa minat belajar siswa sebagian besar berada pada kategori sedang sebesar 45%, lingkungan belajar sebagian besar berada pada kategori sedang sebesar 38%, dan kebugaran jasmani sebagian besar berada pada kategori sedang sebesar 43%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat ruang untuk memahami bagaimana faktor psikologis, lingkungan, dan fisik siswa berhubungan dengan kemampuan mereka mempertahankan konsentrasi selama proses pembelajaran.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai "Pengaruh Minat Belajar, Lingkungan Belajar dan Kebugaran Jasmani terhadap Konsentrasi Belajar Siswa MAS TI Canduang" menjadi penting dilakukan. Penelitian ini tidak hanya berangkat dari permasalahan empiris yang ditemukan di lapangan, tetapi juga berupaya memperjelas kontribusi masing-masing faktor serta kontribusi ketiganya secara bersama-sama terhadap konsentrasi belajar. Hal ini sejalan dengan tujuan penelitian dalam skripsi, yaitu mengetahui seberapa besar pengaruh minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani terhadap konsentrasi belajar siswa MAS TI Canduang, baik secara parsial maupun simultan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan konsentrasi belajar serta menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah dan guru Bimbingan dan Konseling dalam menciptakan kondisi pembelajaran yang mendukung fokus dan keterlibatan siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif kausal. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian bertujuan memperoleh data berbentuk angka yang selanjutnya dianalisis secara statistik untuk menguji pengaruh antarvariabel. Adapun penelitian asosiatif kausal digunakan untuk mengetahui hubungan

yang bersifat sebab-akibat antara variabel independen dan variabel dependen. Dalam penelitian ini, variabel independen terdiri atas minat belajar (X_1), lingkungan belajar (X_2), dan kebugaran jasmani (X_3), sedangkan variabel dependen adalah konsentrasi belajar (Y).

Pemilihan pendekatan tersebut sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu menguji pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap konsentrasi belajar serta pengaruh ketiga variabel bebas secara bersama-sama. Penelitian kuantitatif dengan analisis hubungan dan regresi memungkinkan peneliti mengukur arah dan besarnya kontribusi variabel prediktor terhadap variabel yang diprediksi. Penggunaan pendekatan kuantitatif juga memungkinkan pengujian hipotesis dilakukan secara objektif berdasarkan data empiris yang diperoleh dari responden. Penelitian-penelitian kuantitatif pendidikan di Indonesia juga menggunakan *proportional random sampling*, kuesioner, pengujian validitas-reliabilitas, serta analisis regresi untuk menguji hubungan antarvariabel (Alfarisa & Purnama, 2019; Abid Rahman et al., 2026).

Desain penelitian yang digunakan adalah desain asosiatif kausal dengan pengujian pengaruh secara parsial dan simultan. Desain ini diarahkan untuk mengetahui apakah perubahan pada minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani berkaitan dengan perubahan konsentrasi belajar siswa. Secara konseptual, penelitian menguji tiga hubungan parsial, yaitu pengaruh minat belajar terhadap konsentrasi belajar, pengaruh lingkungan belajar terhadap konsentrasi belajar, dan pengaruh kebugaran jasmani terhadap konsentrasi belajar. Selanjutnya, ketiga variabel tersebut diuji secara simultan terhadap konsentrasi belajar.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi awal dan penyebaran kuesioner kepada responden. Observasi digunakan untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi pembelajaran dan permasalahan konsentrasi siswa, sedangkan kuesioner digunakan sebagai instrumen utama untuk memperoleh data kuantitatif mengenai keempat variabel penelitian. Dalam pelaksanaannya, penelitian dilakukan di MAS TI Canduang dengan melibatkan siswa dari kelas 4 Khusus, 5/X, dan 6/XI.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MAS TI Canduang pada kelas 4 Khusus, 5/X, dan 6/XI dengan jumlah keseluruhan 314 siswa. Populasi tersebut terdiri atas 14 siswa kelas 4 Khusus, 162 siswa kelas 5/X, dan 138 siswa kelas 6/XI. Data populasi diperoleh dari data Tata Usaha MTI Canduang tahun 2025.

Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Taro Yamane dengan tingkat presisi sebesar 5% (0,05). Berdasarkan perhitungan dari populasi sebanyak 314 siswa diperoleh jumlah sampel sebesar 175,91 yang kemudian dibulatkan menjadi 176 siswa. Selanjutnya, pemilihan responden dilakukan menggunakan teknik *proportional random sampling* karena populasi penelitian terdiri atas beberapa kelompok kelas yang memiliki jumlah siswa berbeda. Teknik ini digunakan agar setiap kelas memperoleh keterwakilan sampel secara proporsional.

Distribusi sampel terdiri atas 8 siswa kelas 4 Khusus, 20 siswa kelas 5/X-1, 15 siswa kelas 5/X-2, 10 siswa kelas 5/X-3, 15 siswa kelas 5/X-4, 19 siswa kelas 5/X-5, 12 siswa kelas 5/X-6, 13 siswa kelas 6/XI-1, 14 siswa kelas 6/XI-2, 19 siswa kelas 6/XI-3, 19 siswa kelas 6/XI-4, dan 12 siswa kelas 6/XI-5, sehingga jumlah keseluruhannya adalah 176 siswa. Penggunaan *proportional random sampling* juga relevan dengan penelitian kuantitatif pendidikan yang melibatkan populasi heterogen dan membutuhkan keterwakilan setiap kelompok dalam sampel (Alfarisa & Purnama, 2019).

Data penelitian dikumpulkan melalui observasi dan kuesioner. Observasi dilakukan pada tahap awal penelitian dengan mengamati secara langsung kondisi pembelajaran di lokasi penelitian. Teknik observasi yang digunakan adalah observasi nonpartisipatif, yaitu peneliti tidak terlibat langsung dalam aktivitas yang diamati, tetapi memilih aspek-aspek yang relevan kemudian mencatat informasi yang diperlukan. Observasi tersebut digunakan untuk memperoleh data awal dan memahami kondisi yang menjadi dasar penelitian.

Instrumen utama penelitian berupa angket tertutup dengan skala Likert lima pilihan jawaban. Kuesioner digunakan untuk mengukur minat belajar, lingkungan belajar, kebugaran jasmani, dan konsentrasi belajar siswa. Alternatif jawaban terdiri atas sangat sesuai, sesuai, netral, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Untuk pernyataan *favorable*, skor diberikan dari 5 sampai 1, sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* skor diberikan secara terbalik dari 1 sampai 5. Penggunaan skala Likert sesuai dengan karakteristik pengukuran konstruk sikap, persepsi, dan kondisi psikologis yang dinilai melalui respons responden.

Instrumen disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel. Minat belajar (X_1) diukur melalui indikator perasaan senang mengikuti proses belajar, ketertarikan siswa dalam belajar, perhatian siswa selama pembelajaran, dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Lingkungan belajar (X_2) meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Kebugaran jasmani (X_3) meliputi kemampuan melakukan tugas

harian, menyelesaikan aktivitas tanpa kelelahan berlebihan, ketahanan kardiovaskular, kelincahan, kecepatan bergerak, dan kemampuan mengontrol gerakan tubuh. Sementara itu, konsentrasi belajar (Y) mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Sebelum digunakan pada penelitian utama, instrumen melalui pengujian validitas. Validitas isi dilakukan melalui *expert judgment* dengan melibatkan tiga orang ahli, yaitu dua dosen Bimbingan dan Konseling serta satu dosen Bahasa. Penilaian para ahli dianalisis menggunakan indeks Aiken's V. Penggunaan Aiken's V sesuai untuk memperoleh bukti validitas isi berdasarkan penilaian beberapa ahli terhadap relevansi butir instrumen (Retnawati, 2016; Yuliarto, 2021; Kania et al., 2024).

Setelah validitas isi, dilakukan uji validitas empiris terhadap 32 responden yang berada di luar sampel penelitian. Data hasil uji coba dianalisis menggunakan SPSS versi 26. Berdasarkan hasil pengujian, sejumlah item pada variabel lingkungan belajar, kebugaran jasmani, dan konsentrasi belajar dinyatakan tidak valid, sedangkan item yang memenuhi kriteria dipertahankan dalam instrumen final. Pengujian validitas empiris diperlukan untuk memastikan bahwa butir yang digunakan mampu mengukur konstruk sesuai tujuan pengukuran. Hal tersebut sejalan dengan penelitian pengembangan instrumen di Indonesia yang mengombinasikan validitas isi dan validitas empiris sebelum instrumen digunakan (Bashooir & Supahar, 2018).

Selanjutnya, reliabilitas instrumen diuji menggunakan Cronbach's Alpha. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60, sedangkan nilai yang lebih kecil atau sama dengan 0,60 dinyatakan tidak memenuhi kriteria reliabilitas berdasarkan ketentuan yang digunakan dalam penelitian. Penggunaan Cronbach's Alpha juga lazim digunakan untuk mengevaluasi konsistensi internal instrumen berbentuk skala atau kuesioner (Matius & Gunawan, 2022).

Data yang terkumpul dianalisis secara kuantitatif menggunakan bantuan SPSS. Analisis diawali dengan pengujian kualitas instrumen, yaitu validitas dan reliabilitas, kemudian dilanjutkan dengan analisis statistik untuk menguji hipotesis penelitian. Penggunaan SPSS memungkinkan data hasil kuesioner diolah secara sistematis sehingga pengaruh masing-masing variabel bebas maupun pengaruh secara bersama-sama terhadap variabel terikat dapat diketahui.

Untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap konsentrasi belajar digunakan regresi linier sederhana. Analisis ini digunakan untuk menguji pengaruh

minat belajar (X_1) terhadap konsentrasi belajar (Y), lingkungan belajar (X_2) terhadap konsentrasi belajar (Y), dan kebugaran jasmani (X_3) terhadap konsentrasi belajar (Y). Pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai signifikansi dengan taraf signifikansi 0,05. Apabila nilai signifikansi < 0,05, maka variabel independen dinyatakan berpengaruh terhadap variabel dependen. Selanjutnya, untuk mengetahui pengaruh minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani secara bersama-sama terhadap konsentrasi belajar, digunakan regresi linier berganda. Regresi linier berganda digunakan karena penelitian melibatkan lebih dari satu variabel bebas yang diprediksi memberikan pengaruh terhadap satu variabel terikat. Model tersebut memungkinkan peneliti mengetahui arah dan besarnya kontribusi masing-masing prediktor ketika ketiga variabel dianalisis dalam satu persamaan regresi.

Pengujian pengaruh secara simultan dilakukan menggunakan uji F. Uji F digunakan untuk mengetahui apakah seluruh variabel independen, yaitu minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani, secara bersama-sama mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar. Hipotesis nol ditolak apabila nilai F hitung lebih besar daripada F tabel pada taraf signifikansi 0,05, atau berdasarkan kriteria nilai signifikansi yang digunakan dalam pengujian. Selain itu, digunakan koefisien determinasi (R^2) untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel bebas dalam menjelaskan variasi pada konsentrasi belajar. Nilai R^2 menunjukkan proporsi variasi variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh variabel independen dalam model regresi. Semakin besar nilai R^2, semakin besar pula kemampuan model dalam menjelaskan variasi konsentrasi belajar siswa. Dengan demikian, keseluruhan teknik analisis tersebut dipilih karena secara langsung sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu mengetahui pengaruh minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani terhadap konsentrasi belajar baik secara parsial maupun simultan.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di MAS TI Canduang dengan jumlah responden sebanyak 176 siswa yang berasal dari kelas 4 Khusus, 5/X, dan 6/XI. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran angket melalui *Google Forms* dengan bantuan Wakil Kepala Madrasah dan wali kelas. Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk menggambarkan kondisi variabel minat belajar, lingkungan belajar, kebugaran jasmani, dan konsentrasi belajar serta menguji pengaruh masing-masing variabel terhadap konsentrasi belajar.

Deskripsi Minat Belajar

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel minat belajar memiliki nilai rata-rata sebesar 66,26. Dari 176 responden, sebanyak 8 siswa (5%) berada pada kategori sangat rendah, 40 siswa (23%) berada pada kategori rendah, 80 siswa (45%) berada pada kategori sedang, 36 siswa (20%) berada pada kategori tinggi, dan 12 siswa (7%) berada pada kategori sangat tinggi. Dengan demikian, kategori dengan frekuensi terbesar adalah kategori sedang.

Tabel 1. Distribusi Minat Belajar Siswa MAS TI Canduang

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah	X < 57,25	8	5%
Rendah	57,25 < X ≤ 63,17	40	23%
Sedang	63,17 < X ≤ 69,09	80	45%
Tinggi	69,09 < X ≤ 75,01	36	20%
Sangat tinggi	X > 75,01	12	7%
Total		176	100%

Sumber: Data penelitian.

Tabel 1 menunjukkan bahwa 80 siswa (45%) memiliki minat belajar pada kategori sedang. Jumlah tersebut merupakan proporsi terbesar dibandingkan kategori lainnya.

Deskripsi Lingkungan Belajar

Variabel lingkungan belajar memiliki nilai rata-rata sebesar 205,10. Sebanyak 13 siswa (7%) berada pada kategori sangat rendah, 44 siswa (25%) berada pada kategori rendah, 66 siswa (38%) berada pada kategori sedang, 40 siswa (23%) berada pada kategori tinggi, dan 13 siswa (7%) berada pada kategori sangat tinggi. Kategori sedang merupakan kategori dengan jumlah responden terbanyak.

Tabel 2. Distribusi Lingkungan Belajar Siswa MAS TI Canduang

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah	X < 178,72	13	7%
Rendah	178,72 < X ≤ 196,46	44	25%
Sedang	196,46 < X ≤ 214,19	66	38%
Tinggi	214,19 < X ≤ 232,93	40	23%
Sangat tinggi	X > 232,93	13	7%
Total		176	100%

Sumber: Data penelitian.

Tabel 2 menunjukkan bahwa 66 siswa (38%) berada pada kategori sedang dalam variabel lingkungan belajar.

Deskripsi Kebugaran Jasmani

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel kebugaran jasmani memiliki nilai rata-rata sebesar 89,07. Sebanyak 10 siswa (6%) berada pada kategori sangat rendah, 42 siswa (24%) berada pada kategori rendah, 76 siswa (43%) berada pada kategori sedang, 27 siswa (15%) berada pada kategori tinggi, dan 21 siswa (12%) berada pada kategori sangat tinggi.

Tabel 3. Distribusi Kebugaran Jasmani Siswa MAS TI Canduang

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah	X < 71,39	10	6%
Rendah	71,39 < X ≤ 82,90	42	24%
Sedang	82,90 < X ≤ 94,41	76	43%
Tinggi	94,41 < X ≤ 105,91	27	15%
Sangat tinggi	X > 105,91	21	12%
Total		176	100%

Sumber: Data penelitian.

Tabel 3 menunjukkan bahwa kategori sedang merupakan kategori terbesar, yaitu 76 siswa atau 43% dari keseluruhan responden.

Deskripsi Konsentrasi Belajar

Variabel konsentrasi belajar memiliki nilai rata-rata sebesar 79,97. Dari 176 responden, sebanyak 10 siswa (6%) berada pada kategori sangat rendah, 40 siswa (23%) berada pada kategori rendah, 81 siswa (46%) berada pada kategori sedang, 32 siswa (18%) berada pada kategori tinggi, dan 13 siswa (7%) berada pada kategori sangat tinggi.

Tabel 4. Distribusi Konsentrasi Belajar Siswa MAS TI Canduang

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah	X < 66,83	10	6%
Rendah	66,83 < X ≤ 75,66	40	23%
Sedang	75,66 < X ≤ 84,49	81	46%
Tinggi	84,49 < X ≤ 93,31	32	18%
Sangat tinggi	X > 93,31	13	7%
Total		176	100%

Sumber: Data penelitian.

Tabel 4 menunjukkan bahwa 81 siswa (46%) berada pada kategori sedang dalam variabel konsentrasi belajar.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov Smirnov dengan bantuan SPSS versi 26. Data dinyatakan memenuhi asumsi normalitas apabila nilai

signifikansi lebih besar dari 0,05. Hasil pengujian terhadap variabel minat belajar, lingkungan belajar, kebugaran jasmani, dan konsentrasi belajar disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

Variabel	N	Test Statistic	Sig. (2-tailed)
Minat belajar	176	0,065	0,068
Lingkungan belajar	176	0,057	0,200
Kebugaran jasmani	133	0,053	0,200
Konsentrasi belajar	176	0,065	0,067

Sumber: Data penelitian.

Tabel 5 menunjukkan nilai signifikansi minat belajar sebesar 0,068, lingkungan belajar sebesar 0,200, kebugaran jasmani sebesar 0,200, dan konsentrasi belajar sebesar 0,067. Seluruh nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05.

Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF). Hasil pengujian menunjukkan nilai *Tolerance* untuk minat belajar sebesar 0,750, lingkungan belajar sebesar 0,616, dan kebugaran jasmani sebesar 0,644. Sementara itu, nilai VIF masing-masing adalah 1,334, 1,624, dan 1,553.

Tabel 6. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF
Minat belajar (X_1)	0,750	1,334
Lingkungan belajar (X_2)	0,616	1,624
Kebugaran jasmani (X_3)	0,644	1,553

Sumber: Data penelitian.

Tabel 6 menunjukkan bahwa seluruh nilai *Tolerance* lebih besar dari 0,10 dan seluruh nilai VIF lebih kecil dari 10,00.

Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan dengan mengamati pola pada grafik *scatterplot*. Hasil pengujian menunjukkan bahwa titik-titik data menyebar secara acak, tidak membentuk pola tertentu, serta tersebar di atas dan di bawah angka nol pada sumbu Y.

Tabel 7. Ringkasan Hasil Uji Heteroskedastisitas

Aspek pengamatan	Hasil
Pola titik	Menyebar secara acak
Pembentukan pola tertentu	Tidak terlihat
Posisi terhadap angka nol	Tersebar di atas dan di bawah
Konsentrasi pada satu sisi	Tidak terlihat

Sumber: Data penelitian.

Pengaruh Minat Belajar terhadap Konsentrasi Belajar

Hasil regresi linier sederhana menunjukkan nilai F sebesar 56,327 dengan signifikansi 0,000. Nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,495, sedangkan nilai R Square sebesar 0,245.

Tabel 8. Hasil Regresi Linier Sederhana Minat Belajar terhadap Konsentrasi Belajar

Statistik	Nilai
R	0,495
R Square	0,245
F	56,327
Sig.	0,000
Koefisien regresi	0,737
T	7,505

Sumber: Data penelitian.

Nilai koefisien regresi minat belajar sebesar 0,737, dengan nilai signifikansi 0,000 dan *t* hitung sebesar 7,505. Nilai tersebut dicatat dalam hasil pengujian sebagai pengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar. R Square sebesar 0,245 menunjukkan proporsi sebesar 24,5% dalam model regresi sederhana tersebut.

Pengaruh Lingkungan Belajar terhadap Konsentrasi Belajar

Hasil regresi linier sederhana menunjukkan nilai F sebesar 83,704 dengan signifikansi 0,000. Nilai R sebesar 0,570 dan R Square sebesar 0,325.

Tabel 9. Hasil Regresi Linier Sederhana Lingkungan Belajar terhadap Konsentrasi Belajar

Statistik	Nilai
R	0,570
R Square	0,325
F	83,704
Sig.	0,000
Koefisien regresi	0,284
t	9,149

Sumber: Data penelitian.

Koefisien regresi lingkungan belajar sebesar 0,284, dengan nilai signifikansi 0,000 dan *t* hitung sebesar 9,149. R Square sebesar 0,325, sehingga model regresi sederhana tersebut mencatat nilai kontribusi sebesar 32,5%.

Pengaruh Kebugaran Jasmani terhadap Konsentrasi Belajar

Hasil regresi linier sederhana menunjukkan nilai F sebesar 104,708 dengan signifikansi 0,000. Nilai R sebesar 0,613 dan R Square sebesar 0,376.

Tabel 10. Hasil Regresi Linier Sederhana Kebugaran Jasmani terhadap Konsentrasi Belajar

Statistik	Nilai
R	0,613
R Square	0,376
F	104,708
Sig.	0,000
Koefisien regresi	0,470
t	10,233

Sumber: Data penelitian.

Koefisien regresi kebugaran jasmani sebesar 0,470, dengan nilai signifikansi 0,000 dan *t* hitung sebesar 10,233. R Square sebesar 0,376, yang dalam hasil penelitian dinyatakan sebesar 37,6%.

Hasil Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda digunakan untuk menguji minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani secara bersamaan terhadap konsentrasi belajar. Hasil analisis menunjukkan koefisien regresi untuk minat belajar sebesar 0,326, lingkungan belajar sebesar 0,127, dan kebugaran jasmani sebesar 0,288.

Tabel 11. Hasil Regresi Linier Berganda

Variabel	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
Konstanta	3,458	3,228	—	1,071	0,286
Minat belajar (X_1)	0,326	0,094	0,219	3,454	0,001
Lingkungan belajar (X_2)	0,127	0,035	0,255	3,653	0,000
Kebugaran jasmani (X_3)	0,288	0,052	0,376	5,501	0,000

Sumber: Data penelitian.

Tabel 11 menunjukkan bahwa nilai *t* untuk minat belajar adalah 3,454 dengan signifikansi 0,001, lingkungan belajar 3,653 dengan signifikansi 0,000, dan kebugaran jasmani 5,501 dengan signifikansi 0,000. Ketiga variabel memiliki nilai signifikansi di bawah 0,05. Nilai Beta terstandar masing-masing adalah 0,219, 0,255, dan 0,376. Berdasarkan nilai Beta terstandar, nilai terbesar terdapat pada variabel kebugaran jasmani ($\beta = 0,376$), kemudian lingkungan belajar ($\beta = 0,255$) dan minat belajar ($\beta = 0,219$).

Hasil Uji F

Uji F digunakan untuk mengetahui pengaruh ketiga variabel bebas secara simultan terhadap konsentrasi belajar. Hasil analisis menunjukkan nilai F hitung sebesar 53,708 dengan signifikansi 0,000. Nilai F tabel yang digunakan adalah 2,66.

Tabel 12. Hasil Uji F Minat Belajar, Lingkungan Belajar, dan Kebugaran Jasmani terhadap Konsentrasi Belajar

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	1.648,711	3	549,570	53,708	0,000
Residual	1.760,011	172	10,233		
Total	3.408,722	175			

Sumber: Data penelitian.

Tabel 12 menunjukkan nilai F hitung 53,708 > F tabel 2,66 dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,05.

Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui besarnya variasi konsentrasi belajar yang dapat dijelaskan oleh minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani secara bersama-sama. Hasil pengujian memperoleh nilai R sebesar 0,695, R Square sebesar 0,484, Adjusted R Square sebesar 0,475, dan *Std. Error of the Estimate* sebesar 3,199.

Tabel 13. Hasil Koefisien Determinasi

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,695	0,484	0,475	3,199

Sumber: Data penelitian.

Tabel 13 menunjukkan nilai R Square sebesar 0,484. Dalam hasil penelitian, nilai tersebut dinyatakan bahwa minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani secara simultan menjelaskan 48,4% variasi konsentrasi belajar, sedangkan 51,6% sisanya berasal dari faktor lain yang tidak diteliti dalam model penelitian.

Tabel 14. Ringkasan Hasil Pengujian Hipotesis

Hipotesis	Hasil Statistik	Keterangan
Minat belajar → konsentrasi belajar	t = 7,505; Sig. = 0,000; R^2 = 0,245	Berpengaruh positif dan signifikan
Lingkungan belajar → konsentrasi belajar	t = 9,149; Sig. = 0,000; R^2 = 0,325	Berpengaruh positif dan signifikan
Kebugaran jasmani → konsentrasi belajar	t = 10,233; Sig. = 0,000; R^2 = 0,376	Berpengaruh positif dan signifikan
X_1, X_2, X_3 → Y	F = 53,708; Sig. = 0,000; R^2 = 0,484	Berpengaruh secara simultan

Sumber: Data penelitian.

Tabel 14 memperlihatkan bahwa seluruh hipotesis penelitian yang diuji memperoleh nilai signifikansi di bawah 0,05. Pada pengujian simultan, ketiga variabel bebas memperoleh nilai F sebesar 53,708 dan R Square sebesar 0,484.

Meskipun kategori sedang merupakan kategori yang paling banyak pada keempat variabel, terdapat responden yang berada pada seluruh rentang kategori. Pada minat belajar

terdapat 8 siswa dalam kategori sangat rendah dan 12 siswa dalam kategori sangat tinggi. Pada lingkungan belajar terdapat 13 siswa dalam kategori sangat rendah dan 13 siswa dalam kategori sangat tinggi. Pada kebugaran jasmani terdapat 10 siswa dalam kategori sangat rendah dan 21 siswa dalam kategori sangat tinggi. Sementara itu, konsentrasi belajar memiliki 10 siswa dalam kategori sangat rendah dan 13 siswa dalam kategori sangat tinggi. Selain itu, terdapat satu perbedaan jumlah data pada tabel uji normalitas, yaitu uji normalitas kebugaran jasmani mencantumkan N = 133, sedangkan statistik deskriptif dan pengujian regresi menggunakan 176 responden. Angka tersebut saya pertahankan sebagaimana tercantum dalam file dan tidak saya koreksi atau tafsirkan karena bagian hasil harus mengikuti data sumber secara faktual.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat belajar berpengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa MAS TI Canduang. Hasil regresi linier sederhana memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05, dengan nilai *t* hitung sebesar 7,505 > 1,654. Koefisien regresi sebesar 0,737 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan minat belajar diikuti peningkatan konsentrasi belajar sebesar 0,737 satuan. Nilai *R* sebesar 0,495 menunjukkan hubungan dalam kategori sedang, sedangkan nilai R^2 sebesar 0,245 menunjukkan bahwa 24,5% variasi konsentrasi belajar dapat dijelaskan oleh minat belajar.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa minat belajar merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian selama pembelajaran. Minat dapat menjadi dorongan internal yang membuat siswa memiliki ketertarikan terhadap materi dan aktivitas belajar. Ketika siswa memiliki ketertarikan terhadap sesuatu yang dipelajari, perhatian siswa cenderung lebih terarah sehingga lebih mudah mempertahankan fokus selama proses pembelajaran. Sebaliknya, ketika ketertarikan terhadap kegiatan belajar rendah, perhatian siswa lebih mudah beralih kepada stimulus lain di luar pembelajaran. Dalam konteks MAS TI Canduang, hasil tersebut dapat dikaitkan dengan kondisi minat belajar siswa yang sebagian besar berada pada kategori sedang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat ruang untuk meningkatkan ketertarikan dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Peningkatan minat dapat dilakukan melalui pembelajaran yang lebih menarik, pemberian kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi aktif, serta penggunaan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Tarigan (2021) yang menemukan adanya pengaruh positif minat terhadap konsentrasi belajar siswa pada mata pelajaran kewirausahaan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa minat menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan peningkatan konsentrasi siswa. Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan minat dan konsentrasi tidak hanya ditemukan dalam konteks MAS TI Canduang, tetapi juga pada konteks pembelajaran lainnya. Perbedaannya terletak pada lokasi penelitian, karakteristik subjek, dan konteks mata pelajaran yang diteliti. Dengan demikian, temuan ini memberikan implikasi praktis bagi guru untuk menciptakan pembelajaran yang mampu meningkatkan rasa senang, ketertarikan, perhatian, dan keterlibatan siswa. Bagi sekolah, hasil tersebut dapat menjadi dasar untuk mendorong penggunaan strategi pembelajaran yang lebih variatif sehingga siswa tidak hanya mengikuti pembelajaran secara formal, tetapi juga memiliki ketertarikan terhadap proses belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan belajar berpengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa. Hasil regresi linier sederhana memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05 dan nilai *t* hitung sebesar 9,149 > 1,654. Koefisien regresi sebesar 0,284 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan lingkungan belajar diikuti peningkatan konsentrasi belajar sebesar 0,284 satuan. Nilai *R* sebesar 0,570 menunjukkan hubungan dalam kategori sedang, sedangkan R^2 sebesar 0,325 menunjukkan bahwa 32,5% variasi konsentrasi belajar dapat dijelaskan oleh lingkungan belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kondisi yang berada di sekitar siswa memiliki keterkaitan dengan kemampuan siswa dalam mempertahankan perhatian selama pembelajaran. Lingkungan belajar tidak hanya mencakup kondisi fisik ruang kelas, tetapi juga suasana belajar, fasilitas, hubungan dengan guru, serta interaksi dengan teman. Lingkungan yang nyaman dan mendukung dapat mengurangi berbagai gangguan yang berpotensi mengalihkan perhatian siswa.

Temuan ini relevan dengan kondisi yang ditemukan di MAS TI Canduang. Lingkungan belajar yang kurang kondusif dapat menjadi salah satu sumber *distraksi* yang menghambat siswa dalam memusatkan perhatian. Sebaliknya, kondisi ruang belajar yang nyaman, suasana yang tenang, fasilitas yang memadai, serta interaksi sosial yang positif dapat menciptakan kondisi yang lebih mendukung proses belajar. File penelitian juga menempatkan lingkungan belajar sebagai salah satu faktor eksternal yang berhubungan dengan konsentrasi siswa. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Rizkiyah (2023) yang menyimpulkan bahwa lingkungan belajar berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa kelas V

MI Salafiyah Kota Cirebon. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa lingkungan yang mendukung, baik secara fisik maupun psikologis, dapat membantu meningkatkan perhatian dan fokus siswa. Kesamaan tersebut memperkuat hasil penelitian ini, meskipun terdapat perbedaan pada tingkat pendidikan, karakteristik responden, dan lokasi penelitian.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya perhatian sekolah terhadap kualitas lingkungan belajar. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui peningkatan kebersihan ruang kelas, kenyamanan fasilitas, pengaturan suasana kelas, serta penciptaan hubungan sosial yang positif antara siswa dan guru maupun antarsiswa. Guru juga memiliki peran dalam mengelola kelas agar berbagai gangguan selama pembelajaran dapat diminimalkan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebugaran jasmani berpengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa MAS TI Canduang. Hasil regresi linier sederhana memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05, nilai *t* hitung sebesar 10,233 > 1,654, dan koefisien regresi sebesar 0,470. Nilai *R* sebesar 0,613 menunjukkan hubungan yang kuat, sedangkan nilai R^2 sebesar 0,376 menunjukkan bahwa 37,6% variasi konsentrasi belajar dapat dijelaskan oleh kebugaran jasmani. Dibandingkan dengan dua variabel lainnya ketika dianalisis secara sederhana, kebugaran jasmani memiliki nilai *R* dan R^2 yang paling besar. Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam model regresi sederhana penelitian ini, kebugaran jasmani memiliki hubungan yang lebih kuat dengan konsentrasi belajar dibandingkan minat belajar dan lingkungan belajar.

Secara fisiologis, kondisi fisik yang baik dapat mendukung kesiapan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Siswa yang memiliki kebugaran jasmani lebih baik memiliki kemampuan fisik yang lebih memadai untuk menjalani aktivitas harian sehingga dapat mempertahankan kondisi tubuh tetap siap selama pembelajaran. Sebaliknya, kondisi tubuh yang mudah lelah dapat menghambat kemampuan siswa untuk mempertahankan perhatian dalam waktu yang lama. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Putra dan Wahjuni (2019) yang menemukan adanya hubungan positif antara tingkat kebugaran jasmani dan konsentrasi peserta didik di SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto. Meskipun penelitian tersebut memperoleh kekuatan hubungan yang lebih lemah, yaitu koefisien korelasi sebesar 0,21, arah temuan keduanya sama, yaitu kondisi kebugaran jasmani yang lebih baik berkaitan dengan konsentrasi yang lebih baik.

Implikasinya, peningkatan konsentrasi belajar tidak hanya perlu dilakukan melalui strategi pembelajaran, tetapi juga melalui perhatian terhadap kondisi fisik siswa. Sekolah

dapat menyediakan dan mendorong kegiatan olahraga secara rutin serta kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung aktivitas fisik. Sementara itu, siswa perlu menjaga kebugaran melalui aktivitas fisik yang memadai dan pola hidup yang mendukung kesiapan tubuh dalam mengikuti pembelajaran. Rekomendasi tersebut juga tercantum dalam bagian saran penelitian.

Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa MAS TI Canduang. Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai *F* hitung sebesar 53,708, lebih besar daripada *F* tabel sebesar 2,66, dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,05.

Hasil koefisien regresi menunjukkan bahwa minat belajar memiliki koefisien sebesar 0,326, lingkungan belajar sebesar 0,127, dan kebugaran jasmani sebesar 0,288. Ketiga variabel mempunyai nilai signifikansi masing-masing di bawah 0,05. Berdasarkan nilai *Standardized Coefficients Beta*, kebugaran jasmani memiliki nilai terbesar, yaitu 0,376, kemudian lingkungan belajar sebesar 0,255, dan minat belajar sebesar 0,219. Hasil tersebut menunjukkan bahwa konsentrasi belajar dalam penelitian ini berkaitan dengan kombinasi faktor internal, eksternal, dan fisik. Minat belajar memberikan dorongan dari dalam diri siswa untuk mengikuti kegiatan belajar, lingkungan belajar menyediakan kondisi eksternal yang mendukung proses tersebut, sedangkan kebugaran jasmani berkaitan dengan kesiapan fisik siswa dalam menjalankan aktivitas pembelajaran. Ketiga aspek tersebut dapat saling melengkapi dalam membentuk kondisi yang mendukung konsentrasi.

Temuan simultan ini penting karena menunjukkan bahwa konsentrasi belajar tidak cukup dipahami hanya berdasarkan satu faktor. Siswa dengan minat belajar tinggi tetap dapat mengalami gangguan konsentrasi apabila berada pada lingkungan yang kurang mendukung. Demikian pula, lingkungan belajar yang baik belum tentu menghasilkan konsentrasi optimal apabila kondisi fisik siswa tidak mendukung. Oleh karena itu, peningkatan konsentrasi perlu dilakukan melalui pendekatan yang memperhatikan berbagai aspek secara bersamaan.

Nilai R^2 sebesar 0,484 menunjukkan bahwa ketiga variabel dalam model secara bersama-sama menjelaskan 48,4% variasi konsentrasi belajar, sedangkan 51,6% sisanya berkaitan dengan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor lain tersebut tidak dapat ditentukan secara empiris melalui penelitian ini, tetapi penelitian dalam file

menyarankan agar penelitian selanjutnya mempertimbangkan variabel seperti motivasi belajar, dukungan orang tua, kondisi emosional, dan gaya belajar.

Temuan penelitian memberikan beberapa implikasi bagi pengembangan praktik pendidikan di MAS TI Canduang: 1) Implikasi terhadap guru, yaitu pentingnya menciptakan proses pembelajaran yang dapat meningkatkan minat siswa. Guru dapat menggunakan metode pembelajaran yang lebih variatif dan menarik agar siswa memiliki ketertarikan dan keterlibatan yang lebih besar selama pembelajaran. Hal tersebut penting karena minat belajar terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi; 2) Implikasi terhadap sekolah, yaitu perlunya menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Perhatian terhadap kebersihan, kenyamanan ruang kelas, fasilitas pembelajaran, dan suasana belajar dapat menjadi bagian dari upaya menjaga konsentrasi siswa. Sekolah juga perlu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengikuti kegiatan yang dapat mendukung kebugaran jasmani, seperti olahraga rutin dan kegiatan ekstrakurikuler. 3) Implikasi bagi peserta didik, yaitu pentingnya keterlibatan aktif dalam pembelajaran sekaligus menjaga kondisi fisik. Siswa dapat meningkatkan minat melalui kebiasaan belajar yang teratur, memperhatikan penjelasan guru, dan berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran. Di sisi lain, aktivitas fisik dan pola hidup yang mendukung kebugaran perlu dipertahankan agar siswa memiliki kesiapan fisik dalam mengikuti pembelajaran.

Secara keseluruhan, hasil penelitian memberikan gambaran bahwa upaya meningkatkan konsentrasi belajar siswa perlu dilakukan secara terintegrasi, dengan memperhatikan aspek psikologis berupa minat belajar, aspek lingkungan berupa kondisi belajar, dan aspek fisik berupa kebugaran jasmani. Kontribusi tersebut memperkuat kerangka penelitian yang memandang konsentrasi belajar sebagai kondisi yang berkaitan dengan berbagai faktor yang saling mendukung.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam memahami hasilnya: 1) Penelitian dilakukan pada satu lokasi penelitian, yaitu MAS TI Canduang, sehingga hasil penelitian tidak dapat secara langsung digeneralisasikan kepada seluruh siswa pada jenjang atau madrasah yang berbeda. Karakteristik siswa, lingkungan sekolah, sistem pembelajaran, dan kondisi sosial setiap sekolah dapat berbeda; 2) Penelitian menggunakan kuesioner sebagai instrumen utama pengumpulan data untuk mengukur variabel penelitian. Data kuesioner bergantung pada jawaban yang diberikan oleh responden, sehingga kemungkinan adanya perbedaan antara persepsi atau jawaban responden dengan

kondisi aktual tetap perlu diperhatikan; 3) Model penelitian hanya memasukkan tiga variabel bebas, yaitu minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani. Nilai R^2 sebesar 0,484 menunjukkan bahwa masih terdapat 51,6% variasi konsentrasi belajar yang tidak dijelaskan oleh ketiga variabel tersebut. Oleh karena itu, terdapat faktor lain yang belum dikaji dalam penelitian ini; 4) Penelitian menggunakan desain kuantitatif asosiatif kausal sehingga kesimpulan mengenai pengaruh didasarkan pada hubungan statistik antarvariabel dalam model penelitian. Penelitian lanjutan dapat memperluas lokasi dan subjek penelitian, menambahkan variabel lain seperti motivasi belajar, dukungan orang tua, kondisi emosional, atau gaya belajar, serta menggunakan metode dan subjek yang lebih luas agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif. Rekomendasi tersebut juga telah dinyatakan dalam dokumen penelitian.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani masing-masing berpengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar, serta ketiganya secara bersama-sama juga berpengaruh signifikan. Di antara ketiga variabel tersebut, berdasarkan nilai *Standardized Coefficients Beta* dalam model regresi berganda, kebugaran jasmani merupakan variabel yang paling dominan, diikuti lingkungan belajar dan minat belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani terhadap konsentrasi belajar siswa MAS TI Canduang, dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar siswa berkaitan dengan ketiga faktor yang diteliti, baik secara parsial maupun secara simultan. Minat belajar terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar, dengan nilai *t* hitung sebesar 7,505, signifikansi 0,000 < 0,05, dan koefisien regresi sebesar 0,737. Nilai R^2 sebesar 0,245 menunjukkan bahwa minat belajar menjelaskan 24,5% variasi konsentrasi belajar.

Lingkungan belajar juga terbukti memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar. Hasil pengujian memperoleh nilai *t* hitung sebesar 9,149, signifikansi 0,000 < 0,05, dan koefisien regresi sebesar 0,284. Nilai R^2 sebesar 0,325 menunjukkan bahwa lingkungan belajar menjelaskan 32,5% variasi konsentrasi belajar. Selanjutnya, kebugaran jasmani menunjukkan pengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar dengan nilai *t* hitung sebesar 10,233, signifikansi 0,000 < 0,05, dan

koefisien regresi sebesar 0,470. Nilai R^2 sebesar 0,376 menunjukkan bahwa kebugaran jasmani menjelaskan 37,6% variasi konsentrasi belajar.

Ketika ketiga variabel dianalisis secara bersama-sama, minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani terbukti berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar. Hal ini ditunjukkan oleh nilai F hitung sebesar 53,708 > F tabel 2,66 dengan signifikansi 0,000 < 0,05. Nilai R^2 sebesar 0,484 menunjukkan bahwa ketiga variabel tersebut secara simultan mampu menjelaskan 48,4% variasi konsentrasi belajar, sedangkan 51,6% sisanya berkaitan dengan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan nilai *Standardized Coefficients* (Beta), kebugaran jasmani merupakan variabel yang paling dominan, kemudian lingkungan belajar dan minat belajar.

Penelitian ini memberikan kontribusi empiris dalam memahami konsentrasi belajar siswa melalui penggabungan tiga aspek, yaitu faktor internal berupa minat belajar, faktor eksternal berupa lingkungan belajar, dan faktor fisik berupa kebugaran jasmani. Temuan simultan dengan nilai R^2 sebesar 0,484 menunjukkan bahwa konsentrasi belajar tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis siswa, tetapi juga dengan kondisi lingkungan dan kesiapan fisiknya.

Secara praktis, penelitian ini memberikan dasar bagi sekolah dan guru untuk meningkatkan konsentrasi belajar melalui pendekatan yang lebih menyeluruh. Sekolah dapat memperhatikan kenyamanan dan suasana lingkungan belajar sekaligus menyediakan kegiatan yang mendukung kebugaran jasmani siswa. Guru dapat menerapkan metode pembelajaran yang lebih variatif dan menarik untuk menumbuhkan minat belajar serta memperhatikan kondisi fisik dan psikologis siswa selama pembelajaran. Bagi siswa, temuan penelitian memberikan penguatan bahwa keterlibatan aktif dalam pembelajaran, kebiasaan belajar secara teratur, serta pemeliharaan kebugaran melalui pola hidup sehat dan aktivitas fisik merupakan aspek yang perlu diperhatikan dalam mendukung konsentrasi belajar.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas kajian dengan memasukkan variabel lain yang berpotensi berkaitan dengan konsentrasi belajar, seperti motivasi belajar, dukungan orang tua, kondisi emosional, dan gaya belajar. Rekomendasi ini didasarkan pada temuan bahwa masih terdapat 51,6% variasi konsentrasi belajar yang belum dijelaskan oleh minat belajar, lingkungan belajar, dan kebugaran jasmani. Selain itu, penelitian berikutnya dapat menggunakan subjek dan lokasi penelitian yang lebih luas agar temuan yang diperoleh memiliki cakupan yang lebih komprehensif. Perluasan karakteristik responden juga dapat

membantu melihat apakah pola pengaruh ketiga variabel tersebut tetap konsisten pada konteks sekolah, jenjang pendidikan, atau karakteristik siswa yang berbeda.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa peningkatan konsentrasi belajar siswa perlu dipandang secara multidimensional, dengan memperhatikan minat sebagai faktor internal, lingkungan belajar sebagai faktor eksternal, serta kebugaran jasmani sebagai faktor fisik. Ketiga faktor tersebut secara bersama-sama memberikan kontribusi yang berarti terhadap konsentrasi belajar siswa MAS TI Canduang, dengan kebugaran jasmani menunjukkan pengaruh relatif paling dominan dalam model penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Alfarisa, F., & Purnama, D. N. (2019). Analisis Butir Soal Ulangan Akhir Semester Mata Pelajaran Ekonomi SMA Menggunakan Rasch Model. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha, 11*(2), 366–374. https://doi.org/10.23887/jjpe.v11i2.20878

Amelia, N. A., Nisa, Z. A., Aulia, M., Astuti, N. K., Nisa, A. C., Ardianti, S. D., & Ismaya, E. A. (2024). Pengaruh Minat Belajar dalam Pembelajaran Matematika terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas IV di SD 02 Karang Bener. *Educatum: Jurnal Dunia Pendidikan, 1*(2), 129–138. https://doi.org/10.62282/je.v1i2.129-138

Ardana, N., & Lestari, M. (2024). Gambaran Konsentrasi Belajar Siswa Slow Learner pada Salah Satu SMK Negeri di Jakarta. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus, 8*(2), 62–74. https://doi.org/10.24036/jpkk.v8i2.932

Bashooir, K., & Supahar. (2018). Validitas dan Reliabilitas Instrumen Asesmen Kinerja Literasi Sains Pelajaran Fisika Berbasis STEM. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan, 22*(2), 219–230. https://doi.org/10.21831/pep.v22i2.19590

Chizanah, L., & Hadjam, M. N. R. (2013). Penyusunan Instrumen Pengukuran Ikhlas. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, 18*(1), 39–49. https://doi.org/10.20885/psikologika.vol18.iss1.art5

Faridah, A., Permana, D., Hamzah, A. A., & Putra, D. A. (2024). The influence of physical fitness on attempt to enhance student's concentration in physical education learning. *Indonesian Journal of Sport Management, 4*(1), 41–51. https://doi.org/10.31949/ijsm.v4i1.8654

Kania, N., Kusumah, Y. S., Dahlan, J. A., Nurlaelah, E., Gürbüz, F., & Bonyah, E. (2024). Constructing and providing content validity evidence through the Aiken's V index based on the experts' judgments of the instrument to measure mathematical problem-solving skills. *REID (Research and Evaluation in Education), 10*(1), 64–79. https://doi.org/10.21831/reid.v10i1.71032

Khasanah, A. I. (2025). Physical fitness and learning concentration in adolescents: A cross-sectional study. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia, 13*(3), 546–551. https://doi.org/10.24843/mifi.000000371

Lia, R. M., Rusilowati, A., & Isnaeni, W. (2020). NGSS-oriented chemistry test instruments: Validity and reliability analysis with the Rasch model. *REID (Research and Evaluation in Education), 6*(1), 41–50. https://doi.org/10.21831/reid.v6i1.30112

Mardiana, M., Wulandari, H., & Apsari, N. (2024). Konsentrasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Tematik Kelas V SDN 5 Nanga Nuak. *Jurnal Pendidikan Dasar, 12*(1), 76–84. https://doi.org/10.46368/jpd.v12i1.2189

Matius, A. C., & Gunawan, W. (2022). Validitas dan Reliabilitas Perceived Future Employability Scale untuk Dewasa Muda. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, 27*(1), 23–46. https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art3

Pemba, Y., Darmawang, D., & Kusuma, N. R. (2022). Peran Lingkungan Belajar terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik di SMK Katolik Muktyaca. *PROGRESIF: Jurnal Pendidikan dan Profesi Keguruan, 2*(1), 12–20. https://ojs.unm.ac.id/progresif/article/view/29859

Prayitno, A. E., & Astutik, A. P. (2024). Pengaruh Lingkungan Belajar terhadap Tingkat Konsentrasi Belajar Santri. *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI, 11*(1), 832–844. https://doi.org/10.69896/modeling.v11i1.2414

Putra, E. P., & Wahjuni, E. S. (2019). Hubungan Kebugaran Jasmani terhadap Tingkat Konsentrasi Peserta Didik (Studi pada Peserta Didik SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 7*(3), 457–461. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/31375

Rahman, A., Sulindawati, N. L. G. E., & Werang, B. R. (2026). The relationship between transformational leadership, work motivation, school culture, and work ethic with the performance. *Journal of Education Research and Evaluation, 10*(1), 112–124. https://doi.org/10.23887/jere.v10i1.111926

Retnawati, H. (2016). Proving content validity of self-regulated learning scale (The comparison of Aiken index and expanded Gregory index). *REID (Research and Evaluation in Education), 2*(2), 155–164. https://doi.org/10.21831/reid.v2i2.11029

Riinawati. (2021). Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi COVID-19 di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3*(4), 2305–2312. https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.886

Rizkiyah, N. (2023). Pengaruh Lingkungan Belajar terhadap Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Dasar, 14*(1), 45–54.

Tambunan, P., Ardhiansyah, M. F., & Kurniawan, M. G. (2020). Pengaruh Suasana Lingkungan Belajar terhadap Konsentrasi Belajar Siswa dalam Mata Pelajaran Produktif. *Jurnal Pensil: Pendidikan Teknik Sipil, 9*(3), 175–182. https://doi.org/10.21009/jpensil.v9i3.16674

Tamimi, H., Irwansyah, I., & Lubis, K. (2025). Upaya Guru dalam Mengatasi Konsentrasi Belajar Siswa di MTs Bipda Sukajadi Kec. Perbaungan. *Jurnal Pendidikan Tambusai, 9*(2), 14116–14123.

Tarigan, E. (2021). Pengaruh Minat Belajar terhadap Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 10*(2), 115–123.

Yuliarto, H. (2021). Analisis Indeks Aiken untuk Mengukur Validitas Isi Instrumen Komitmen Tugas Bermain Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 17*(1), 19–23. https://doi.org/10.21831/jpji.v17i1.38777