

HUBUNGAN PARTISIPASI PROGRAM *MAKAN BERGIZI GRATIS* (MBG) DAN STATUS GIZI TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR PADA SISWA SMA KEMALA BHAYANGKARI 1 JAKARTA

SKRIPSI



Oleh:

YULIANA PUNGKI

224201516117

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA**

2026

HUBUNGAN PARTISIPASI PROGRAM *MAKAN BERGIZI GRATIS* (MBG) DAN STATUS GIZI TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR PADA SISWA SMA KEMALA BHAYANGKARI 1 JAKARTA

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta



Oleh:

YULIANA PUNGKI

224201516117

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA**

2026

SKRIPSI

HUBUNGAN PARTISIPASI PROGRAM *MAKAN BERGIZI GRATIS* (MBG) DAN STATUS GIZI TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR PADA SISWA SMA KEMALA BHAYANGKARI 1 JAKARTA

Oleh:

YULIANA PUNGKI
224201516117

Telah dipertahankan dihadapan penguji skripsi

Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada Tanggal 23 Februari 2026

Pembimbing 1



Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom

Pembimbing 2




Ns. Nur Fajariyah, M.Kep

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan




Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Partisipasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Dan Status Gizi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta

Nama Mahasiswa : Yuliana Pungki

NPM : 224201516117



HALAMAN PERSETUJUAN SESUDAH MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Partisipasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Dan Status Gizi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta

Nama Mahasiswa : Yuliana Pungki

NPM : 224201516117

Penguji 1 : **Ns. Tommy J.F. Wowor, Ph.D**

(.....)

Penguji 2 : **Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom**

(.....)

Penguji 3 : **Ns. Nur Fajariyah, M.Kep**

(.....)



PERNYATAAN ORISINALITAS

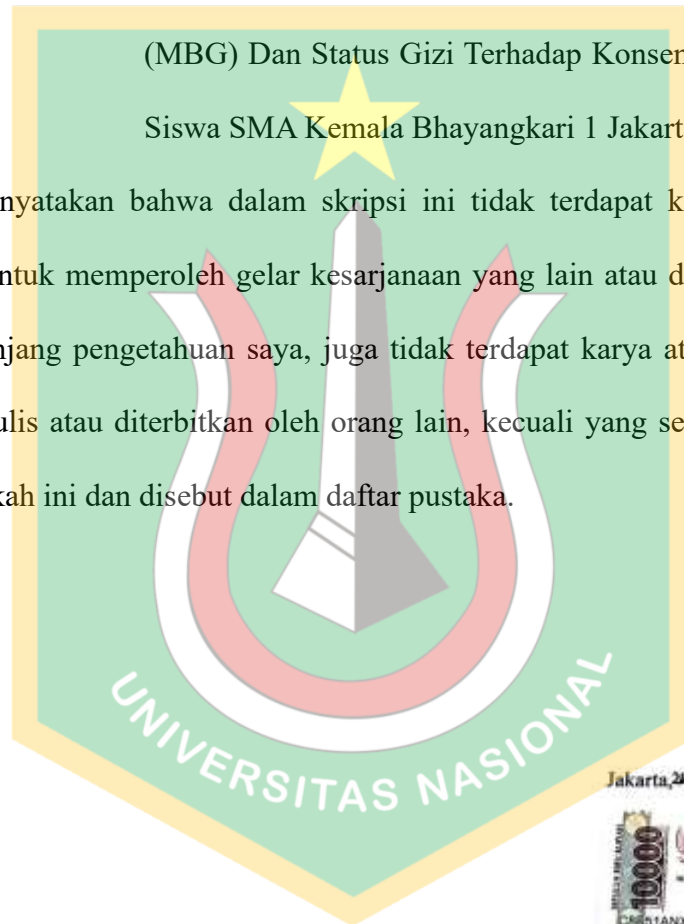
Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama Mahasiswa : Yuliana Pungki

NPM : 224201516117

Judul Skripsi : Hubungan Partisipasi Program Makan Bergizi Gratis
(MBG) Dan Status Gizi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada
Siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.



Jakarta, 24 Februari 2026



Yuliana Pungki

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Partisipan Program MBG Dan Status Gizi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta”

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya *Ridho Illahi*, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “*Alhamdulillahirobbil Alamin*” beserta terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Tommy J.F. Wowor, Ph.D dan sekaligus penguji utama dalam penelitian ini
3. Ibu Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom. selaku pembimbing 1 yang telah memberikan dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Ibu Ns. Nur Fajariyah, M.Kep selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Ibu Ns. Dr. dr. Andi Julia Rifiana, M.Kes. selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS.

6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik, membimbing, serta memfasilitasi proses pembelajaran di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS.
7. Bapak Ayid serta seluruh guru dan karyawan SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta yang telah memberikan izin dan membantu selama proses penelitian berlangsung di SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.
8. Seluruh responden penelitian, yaitu siswa dan siswi SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta, yang telah bersedia berpartisipasi dan membantu dalam proses pengambilan data penelitian.
9. Keluarga yang senantiasa memberikan dukungan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Terima kasih kepada Mama dan Papa yang telah melahirkan dan membesarkan. Terima kasih kepada kakek Yurnalis dan nenek Nurhayati yang telah merawat dengan penuh kasih sayang sejak kecil hingga saat ini. Terima kasih kepada kakek, nenek, Aunty Wiwid dan Nike, serta Om Rian dan Hersiko yang telah memberikan dukungan moral maupun dukungan finansial selama menempuh pendidikan hingga penyusunan skripsi ini. Semoga segala harapan yang kita inginkan dapat tercapai dan tidak mengecewakan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan dan rahmat-Nya kepada kalian semua.
10. Aanisa, Ananda, Zira, dan Gita yang telah menemani selama tujuh semester, menerima apa adanya, serta memberikan semangat dalam proses penyelesaian skripsi ini. Terima kasih juga kepada Regita serta teman-teman lainnya yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.

11. Terima kasih kepada Indah Mahmudah dan Andini Putri yang senantiasa memberikan semangat, motivasi, dan dukungan.

12. Teman-teman kelas A2 angkatan 2022 yang telah menemani selama menjalani perkuliahan selama tujuh semester.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara teknik, format ataupun isi dari skripsi saya.

Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.



Jakarta, 26 Februari 2026

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Yuliana Pungki".

Yuliana Pungki

ABSTRAK

HUBUNGAN PARTISIPASI PROGRAM *MAKAN BERGIZI GRATIS* (MBG) DAN STATUS GIZI TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR PADA SISWA SMA KEMALA BHAYANGKARI 1 JAKARTA

Yuliana pungki, Intan Asri Nurani, Nur Fajariyah

Latar Belakang: Status gizi mempengaruhi konsentrasi belajar remaja usia 15–18 tahun. Data SKI 2023 menggambarkan remaja *underweight* 7–8%, *overweight* 12,1%, dan obesitas 4,1% yang berpotensi mengganggu proses belajar, sehingga program MBG ditujukan untuk memperbaiki status gizi dan meningkatkan konsentrasi.

Tujuan: Mengetahui hubungan partisipasi program MBG dan status gizi terhadap konsentrasi belajar pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* pada 94 siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *stratified random sampling*, serta analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan uji *Fisher*.

Hasil Penelitian: Sebanyak 53 siswa (56,4%) memiliki konsentrasi sedang, 54 siswa (57,4%) berpartisipasi penuh dalam program MBG, dan 84 siswa (89,4%) memiliki status gizi normal. Hasil bivariat menunjukkan 33 responden (61,1%) yang berpartisipasi penuh memiliki konsentrasi sedang, dibanding 20 responden (50%) yang tidak. Pada status gizi gemuk, 4 responden (100%) memiliki konsentrasi rendah, dan 2 responden (33,3%) tersebar di semua tingkat konsentrasi.

Simpulan: Terdapat hubungan signifikan antara partisipasi program MBG dan status gizi dengan konsentrasi belajar ($p = 0,026$; $p = 0,001$).

Saran: Masyarakat dan sekolah diharapkan memiliki kesadaran untuk meningkatkan partisipasi dalam MBG serta menjaga status gizi guna mendukung peningkatan konsentrasi belajar.

Kata Kunci : Partisipasi program MBG, Status Gizi, Konsentrasi Belajar, Siswa
Kepustakaan : 74 Kepustakaan (2013-2025)

Abstract

ASSOCIATION BETWEEN PROGRAM PARTICIPATION ON FREE NUTRITIOUS MEALS AND NUTRITIONAL STATUS ON STUDYING CONCENTRATION AMONG SENIOR HIGH SCHOOL STUDENTS AT BHAYANGKARI 1 JAKARTA

Yuliana pungki, Intan Asri Nurani, Nur Fajariyah

Background: Nutritional status affects the learning concentration of adolescents aged 15–18 years. SKI 2023 data shows that 7–8% of adolescents are underweight, 12.1% are overweight, and 4.1% are obese, which has the potential to interfere with the learning process. Therefore, the MBG program aims to improve nutritional status and increase concentration.

Aim: To identify the association between program participation on free nutritious meals and nutritional status on studying concentration among senior high school students at Bhayangkari 1 Jakarta.

Methods: This study used a quantitative design with a cross-sectional approach on 94 students of Kemala Bhayangkari 1 Senior High School in Jakarta. Sampling was conducted using stratified random sampling techniques, and data analysis was performed using the Chi-Square test and Fisher's test.

Results: A total of 53 students (56.4%) had moderate concentration, 54 students (57.4%) participated fully in the free nutritional program, and 84 students (89.4%) had normal nutritional status. Bivariate results showed that 33 respondents (61.1%) who participated fully had moderate concentration, compared to 20 respondents (50%) who did not. In the obese nutritional status, 4 respondents (100%) had low concentration, and 2 respondents (33.3%) were spread across all concentration levels.

Conclusion: There was a significant relationship between participation in the Free Nutritious Meals program and nutritional status with learning concentration ($p = 0.026$; $p = 0.001$).

Recommendation: The community and schools are expected to raise awareness to increase participation in the Free Nutritious Meals program and maintain nutritional status to support improved learning concentration.

Keywords : participation on nutritional program, nutritional status, studying concentration, students.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SESUDAH MAJU SIDANG SKRIPSI	v
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	x
<i>Abstract</i>	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.3.1 Tujuan Umum	9
1.3.2 Tujuan Khusus.....	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Bagi Sekolah	9
1.4.2 Bagi Masyarakat.....	10
1.4.3 Bagi Keperawatan Komunitas.....	10
1.4.4 Bagi Prodi Keperawatan	10
1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Konsep Konsentrasi Belajar	11
2.1.1 Definisi Konsentrasi Belajar	11
2.1.2 Indikator Konsentrasi Belajar	12
2.1.3 Ciri – Ciri Konsentrasi Belajar.....	13
2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar.....	13
2.1.5 Peran Konsentrasi Dalam Belajar Mengajar	16

2.2 Konsep Status Gizi.....	17
2.2.1 Definisi Status Gizi	17
2.2.2 Cara Menentukan status gizi	18
2.2.3 Kategori Status Gizi	19
2.2.4 Kebutuhan Gizi Pada Pertumbuhan Remaja	20
2.2.5 Faktor – Faktor Mempengaruhi Status Gizi.....	21
2.2.6 Menghubungkan Status Gizi Berdasarkan Teori Maslow.....	22
2.3 Konsep Partisipasi Program MBG	22
2.3.1 Program MBG	22
2.3.2 Dasar Hukum Program MBG.....	23
2.3.3 Tujuan Program MBG.....	24
2.3.4 Aspek-Aspek Proses Pelaksanaan MBG.....	25
2.3.5 Implementasi Program Makanan Gratis di Negara Sejawat	26
2.4 Kerangka Teori.....	28
2.5 Kerangka Konsep	29
2.6 Hipotesis.....	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	30
3.1 Desain Penelitian.....	30
3.2 Populasi dan Sampel	30
3.2.1 Populasi	30
3.2.2 Sampel.....	30
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
3.3.1 Lokasi.....	33
3.3.2 Waktu Penelitian	33
3.4 Variabel Penelitian	33
3.4.1 Variabel Bebas.....	33
3.4.2 Variabel Terikat	33
3.5 Definisi Operasional.....	33
3.6 Instrumen Penelitian.....	35
3.6.1 Kuesioner <i>Student Learning Concentration Questionnaire Indonesia Version (SLCQ-I)</i>	35
3.6.2 <i>Digital Body Weight Scale</i>	35

2.6.3 <i>Microtoise Stadiometer</i>	36
2.6.4 <i>Checklist</i>	36
3.7 Uji Validitas dan Reliabilitas	36
3.7.1 Uji Validitas	36
3.7.2 Reliabilitas	37
3.8 Prosedur Pengumpulan Data	37
3.9 Pengolahan Data	39
3.10 Analisis Data	40
3.10.1 Analisis Univariat	40
3.10.2 Analisis Bivariat	40
3.11 Etika Penelitian	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
4.1 Hasil Penelitian	44
4.1.1 Analisis Univariat	44
4.1.2 Analisis Bivariat	46
4.2 Pembahasan	48
4.2.1 Pembahasan Univariat	48
4.2.2 Pembahasan Bivariat	53
4.3 Keterbatasan Penelitian	59
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	60
5.1 Simpulan	60
5.2 Saran	61
5.2.1 Bagi Sekolah	61
5.2.2 Bagi Masyarakat	61
5.2.3 Bagi Keperawatan Komunitas	61
5.2.4 Bagi Prodi Keperawatan	62
5.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Kategori Status Gizi.....	19
2.2 Implementasi Program Makanan Gratis di Negara Sejawat.....	27
3.1 Definisi Operasional	34
4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.....	44
4.2 Distribusi Frekuensi Konsentrasi Belajar Pada Siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.....	45
4.3 Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.....	46
4.4 Hubungan Partisipan Program MBG Terhadap Konsentrasi Belajar Pada SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta	46
4.5 Hubungan Status gizi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.....	47



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Teori	28
2.2 Kerangka Konsep	29



DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World health organization</i>
SKI	: Survei Kesehatan Indonesia
MBG	: Makan Bergizi Gratis
Kemendes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar.
SD	: Sekolah Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
3T	: Tertinggal, Terdepan, Terluar
SPPG	: Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi
POLRI	: Kepolisian Negara Republik Indonesia
IMT	: Indeks Massa Tubuh
UMKM	: Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah
BGN	: Badan Gizi Nasional
PNAE	: <i>National School Feeding Program</i>
PM POSHAN	: <i>Mid - Day Meal Scheme</i>
DO	: Definisi operasional
SLCQ - I	: <i>Student Learning Concentration Questionnaire Indonesia Version</i>
SPSS	: <i>Statistical Product and Service</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Bimbingan Skripsi

Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian Dari Fakultas

Lampiran 3 Surat Balasan Dari Instansi

Lampiran 4 Informed Consent

Lampiran 5 Instrumen Penelitian

Lampiran 6 Master Tabel

Lampiran 7 Hasil Output Analisis Data

Lampiran 8 Bukti Foto Kegiatan Penelitian

Lampiran 9 Biodata Penulis

Lampiran 10 Turnitin

