

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi merupakan zat yang dibutuhkan tubuh sebagai sumber energi dan pertumbuhan yang diperoleh dari makanan dan minuman seseorang (Veronica *et al.*, 2025). Pemenuhan gizi yang optimal sejak usia sekolah, khususnya pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), berperan penting dalam membentuk kualitas sumber daya manusia di masa depan. Siswa SMA termasuk dalam kelompok remaja akhir berusia 15–18 tahun yang ditandai oleh pesatnya pertumbuhan fisik, perubahan hormonal, serta meningkatnya tuntutan akademik dan psikososial (Kemenkes RI, 2020). Disisi lain, gizi masih menjadi isu yang memerlukan perhatian global, terutama di kalangan remaja. Hal ini disebabkan karena remaja berada di masa transisi, dengan pertumbuhan fisik dan perkembangan organ yang pesat. Pemenuhan gizi di usia remaja sangat berpengaruh dalam membentuk kemampuan kognitif, daya tahan tubuh, dan prestasi belajar (Megasari & Siswiyanti, 2024).

World health organization (WHO, 2023) menggambarkan terdapat 10,7% remaja usia 15-18 tahun di dunia mengalami gizi lebih dan 3,6% mengalami gizi kurang. Angka tersebut menunjukkan bahwa kondisi gizi remaja mengalami beban gizi ganda. Beban gizi ganda merupakan kondisi ketika kekurangan gizi, kelebihan gizi, obesitas, serta penyakit tidak menular yang berkaitan dengan pola makan terjadi secara bersamaan pada tingkat individu, rumah tangga, maupun populasi (WHO, 2025).

Pada tahun 2018 di Indonesia, terdapat 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi gizi kurang. Sementara itu, untuk remaja dengan gizi lebih dan obesitas tercatat sebesar 13,5% (Kemenkes RI, 2020). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, memaparkan di Indonesia proporsi remaja dengan status kekurangan gizi (*underweight*) mencapai sekitar 7–8%, sementara remaja dengan status kelebihan gizi (*overweight*) sebesar 12,1% dan obesitas sebesar 4,1% (SKI, 2023).

Pada tahun 2018 di DKI Jakarta, tercatat bahwa remaja berusia 16–18 tahun yang memiliki status gizi lebih sebesar 12,8% dan obesitas sebesar 8,3%. Sementara itu, di wilayah Jakarta Selatan, status gizi lebih mencapai 14,52%, yang merupakan angka tertinggi dibandingkan dengan wilayah lain di DKI Jakarta (Risksdas, 2018). Pada tahun 2023, Provinsi DKI Jakarta menunjukkan angka prevalensi status gizi yang melampaui rata-rata nasional, dengan status gizi lebih dan obesitas pada remaja usia 13–15 tahun di DKI Jakarta tercatat mencapai 19,7%. Sedangkan pada kelompok usia 16–18 tahun status gizi lebih dan obesitas sebesar 12,1% (SKI, 2023).

Situasi di atas mencerminkan adanya tantangan dalam upaya peningkatan status gizi remaja. Hal ini membutuhkan intervensi gizi yang tepat melalui kebijakan pemerintah maupun program berbasis komunitas, agar kebutuhan gizi remaja terpenuhi. Intervensi ini penting dilakukan karena gizi yang baik mendukung perkembangan fisik dan kognitif. Gizi yang cukup dapat meningkatkan fungsi kognitif remaja sehingga konsentrasi meningkat, menyerap informasi dengan lebih baik, dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar (Cahyanto *et al.*, 2021).

Konsentrasi merupakan salah satu alat ukur untuk melihat proses pemahaman peserta didik yang menentukan tingkat keberhasilan dalam pembelajaran (Margiathi *et al.*, 2023). Melalui konsentrasi, kita dapat mengamati seberapa fokus siswa saat mengikuti materi yang diajarkan. Konsentrasi siswa merupakan indikator sangat penting dalam proses pembelajaran agar siswa dapat lebih efektif menyerap informasi dan dapat mengingat informasi tersebut dalam jangka waktu lama. Konsentrasi belajar dapat dipengaruhi oleh faktor psikologi dan faktor biologis. Faktor psikologis dari konsentrasi belajar adalah motivasi, minat, dan sikap terhadap belajar. Selanjutnya, faktor fisiologisnya adalah kesehatan fisik, status gizi, kondisi lingkungan fisik, kondisi medis, dan konsumsi obat-obatan (Mustofa *et al.*, 2023).

Mengenali faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar merupakan langkah penting dalam membantu siswa meningkatkan kualitas proses pembelajaran dan mencapai tujuan akademik. Konsentrasi berperan sebagai kemampuan kognitif utama yang memungkinkan siswa memusatkan perhatian pada materi yang dipelajari. Siswa dengan tingkat konsentrasi yang rendah berpotensi mengalami berbagai konsekuensi negatif dalam proses belajar. Rendahnya konsentrasi dapat menyebabkan kesulitan dalam memahami materi pembelajaran, sehingga berdampak pada hasil belajar yang kurang memuaskan. Selain itu, gangguan konsentrasi juga dapat menghambat kemampuan siswa dalam mengingat informasi penting, seperti fakta maupun konsep utama dalam suatu mata pelajaran. Kondisi ini turut mempengaruhi kemampuan siswa dalam menyelesaikan tugas secara efektif dan tepat waktu, yang pada akhirnya berdampak pada penilaian akademik mereka (Fatchuroji *et al.*, 2023).

Program makan bergizi gratis (MBG) merupakan program unggulan yang digagas pemerintah sebagai upaya dalam meningkatkan sumber daya manusia sesuai dengan Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 83 Tahun 2024 tentang Badan Gizi Nasional. Program MBG bertujuan untuk meningkatkan status gizi khususnya anak usia dini, peserta didik SD–SMA, ibu hamil, ibu menyusui, dan balita. Program ini bukan hanya untuk meningkatkan status gizi, tetapi juga untuk meningkatkan partisipasi pendidikan, konsentrasi belajar, dan pemerataan kesejahteraan sosial (Agustini & Mulyani, 2025). Pemerintah berkomitmen agar program ini mencapai semua wilayah, mulai dari wilayah perkotaan hingga termasuk daerah tertinggal, terdepan, terluar (3T) secara merata. Seluruh penerima memiliki hak dalam memperoleh akses terhadap makanan bergizi tanpa melihat latar belakang sosial maupun ekonomi penerima (Nurul Azzahra *et al.*, 2025).

Pada September 2025 program MBG telah mencapai 30 juta penerima bagi anak-anak dan juga ibu hamil di seluruh Indonesia. Menciptakan 1,5 juta pekerja yang membantu jalannya program makan gratis ini (Rinaldi, 2025). Program MBG merupakan bagian penting dari pendekatan promotif dan preventif dalam sistem kesehatan. Namun, pelaksanaan program ini mendapatkan tanggapan yang beragam dari komunitas. Sebagian pihak mendukung implementasinya, sementara sebagian lainnya menentang dengan berbagai alasan. Beberapa laporan mengindikasikan bahwa makanan yang diberikan tidak sesuai dengan standar gizi yang baik, porsi yang tidak seimbang, hingga jenis makanan yang kurang sesuai dengan kebutuhan siswa (Rahmah *et al.*, 2025).

Program MBG juga menghadapi kritikan dengan kasus keracunan massal di beberapa lokasi. Pada sidang parlemen, lembaga pengawas makanan dan obat mencatat ada 103 kasus keracunan yang melibatkan 9.089 anak dari Januari hingga September selama program ini berjalan (Reuters, 2025). Meskipun program ini dirancang dengan tujuan peningkatan status gizi dan konsentrasi belajar siswa tetapi masih banyak siswa mengalami gangguan status gizi dan konsentrasi belajar. Hal ini menyebabkan kekhawatiran masyarakat dan meragukan keefektifan program MBG dalam meningkatkan status gizi dan konsentrasi belajar siswa untuk kesejahteraan dan kualitas sumber daya manusia di masa depan (Agustini & Mulyani, 2025).

Peran perawat dalam sektor kesehatan sekolah sangat strategis dalam upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan siswa. Perawat sekolah berperan dalam melakukan skrining status gizi, edukasi gizi seimbang, serta deteksi dini gangguan kesehatan yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar. Peran perawat juga mencakup kolaborasi lintas sektor bersama pihak sekolah dan orang tua untuk memastikan intervensi gizi berjalan efektif dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Penelitian mengenai hubungan partisipasi program MBG dan status gizi terhadap konsentrasi belajar menjadi relevan sebagai dasar penguatan intervensi keperawatan komunitas di lingkungan sekolah.

Penelitian Rahmah (2025) membahas tentang efektivitas program MBG di sekolah dasar. Program ini memiliki dampak positif terhadap status gizi yang dilihat dari beberapa aspek. Dampak terhadap penurunan stunting, pengurangan obesitas, peningkatan kesehatan umum, konsentrasi dan daya ingat, kehadiran sekolah, serta keterampilan sosial dan psikologi. Implementasi program ini masih terdapat

tantangan dan kendala, seperti distribusi makanan, keterbatasan sumber daya di sekolah, kurangnya pengawasan dan standar kualitas makanan, dan edukasi kepada orang tua dan masyarakat.

Penelitian Herniati & Idawati (2025) yang menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk menganalisis efektivitas program MBG terhadap minat belajar. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap pengalaman dan persepsi berbagai pemangku kepentingan terkait implementasi program MBG di berbagai daerah. Hasil dari penelitian menyimpulkan program ini meningkatkan kehadiran siswa, meningkatkan minat belajar siswa dan membantu mereka makan dengan baik.

Penelitian Fajar (2020), yang dilakukan pada siswa SMP menunjukkan bahwa status gizi berkorelasi dengan konsentrasi belajar, di mana gizi seimbang penting untuk fungsi kognitif sehingga dapat mempengaruhi kemampuan siswa dalam berkonsentrasi dan menyerap pelajaran. Status gizi diukur melalui *antropometri IMT*, sedangkan konsentrasi belajar diukur dengan *Grid concentration Exercise*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara status gizi yang baik dengan tingkat konsentrasi yang lebih tinggi pada siswa sekolah menengah pertama.

Penelitian terdahulu pada umumnya masih berfokus pada efektivitas kebijakan dan tantangan implementasi program MBG di tingkat nasional dan di lingkungan sekolah dasar yang sebagian besar menggunakan desain penelitian kualitatif. Hingga saat ini, belum banyak ditemukan penelitian yang menggunakan desain kuantitatif *cross-sectional* yang secara empiris meneliti hubungan antara partisipan program MBG dengan konsentrasi belajar. Selain itu, sebagian besar

penelitian sebelumnya menilai status gizi menggunakan IMT, sementara penggunaan *Z-score* pada remaja masih jarang dilakukan, meskipun penilaian status gizi pada kelompok remaja lebih dianjurkan menggunakan *Z-score* karena dapat menggambarkan kondisi pertumbuhan sesuai usia dan jenis kelamin. Belum juga banyak ditemukan penelitian yang memfokuskan pada siswa SMA, khususnya di SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta, yang memiliki kebutuhan energi, pola makan, dan tingkat stres akademik yang berbeda dengan siswa sekolah dasar.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Wakil Kepala Sekolah SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta, pada tanggal 07 Oktober 2025, diketahui bahwa program MBG sudah diimplementasikan di SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta sejak akhir tahun 2024. Implementasi program ini didapatkan dari SPPG POLRI, dimana awalnya sekolah melakukan pendaftaran, dilanjutkan pertemuan dengan penanggung jawab kemudian program berhasil dilaksanakan. Program ini diberikan kepada seluruh siswa, dan siswa berhak memilih apakah akan mengkonsumsi atau tidak mengkonsumsi makanan yang disediakan. Jika makanannya tidak dikonsumsi maka makanan tersebut dapat diberikan ke teman atau dibawa pulang. Menurut wakil kepala sekolah program ini dapat membantu siswa memenuhi kebutuhan nutrisi saat jam sekolah di SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 15 siswa di SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta, dari hasil pengukuran IMT setelah di data berat badan dan tinggi badan siswa, diperoleh bahwa sebanyak 3 siswa tergolong *underweight*, 3 siswa tergolong *overweight*, dan 1 termasuk dalam kategori obesitas. Terdapat 8 siswa mengaku sering mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dikarenakan lapar, mengantuk, berinteraksi dengan teman atau

merasa tidak tertarik dengan proses pembelajaran. Sementara itu, sebanyak 13 siswa selalu mengonsumsi makanan yang disediakan dalam Program MBG, sedangkan 2 siswa tidak selalu mengkonsumsinya karena tidak menyukai menu dan cita rasa makanan yang disediakan.

Melihat kondisi dan permasalahan tersebut, peneliti merasa tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Partisipasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Dan Status Gizi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta”.

1.2 Rumusan Masalah

Pelaksanaan program MBG yang digagas pemerintah bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui penyediaan makanan bergizi seimbang bagi siswa. Program ini diharapkan mampu memperbaiki status gizi sehingga meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar. Namun, hasil studi pendahuluan di SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta menunjukkan bahwa masih banyak terdapat siswa yang mengalami kesulitan berkonsentrasi saat proses pembelajaran dan siswa dengan status gizi kurang, gizi lebih hingga obesitas. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan mengenai hubungan antara partisipasi dalam program MBG dan status gizi terhadap konsentrasi belajar siswa. Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan partisipasi program Makan Bergizi Gratis (MBG) dan status gizi terhadap konsentrasi belajar pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum Penelitian ini untuk mengetahui hubungan partisipasi program MBG dan status gizi terhadap konsentrasi belajar pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Teridentifikasi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, dan partisipasi program MBG) pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.

1.3.2.2 Teridentifikasi frekuensi konsentrasi belajar pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.

1.3.2.3 Teridentifikasi frekuensi status gizi pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta

1.2.3.4 Teridentifikasi hubungan partisipasi MBG terhadap konsentrasi belajar pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.

1.2.3.5 Teridentifikasi hubungan status gizi terhadap konsentrasi belajar pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat membantu sekolah dalam mengetahui konsentrasi belajar, status gizi dan keefektifan program makan bergizi gratis, sehingga sekolah dapat mengevaluasi dan menyusun strategi agar program makan gratis berjalan sehingga proses belajar mengajar berjalan dengan optimal.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Menyampaikan informasi mengenai hubungan partisipasi program MBG dan status gizi terhadap konsentrasi belajar sehingga diharapkan masyarakat untuk berperan aktif dalam program-program di sekolah.

1.4.3 Bagi Keperawatan Komunitas

Penelitian ini diharapkan dapat mendukung model pengembangan pelayanan keperawatan komunitas di sektor pendidikan guna meningkatkan status kesehatan dan prestasi belajar peserta didik.

1.4.4 Bagi Prodi Keperawatan

Memberikan masukan berbasis bukti untuk perencanaan dan evaluasi proses kesehatan masyarakat khususnya di konsentrasi belajar dan status gizi pada siswa.

1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi salah satu sumber referensi bagi peneliti di masa depan, khususnya bagi peneliti yang tertarik mengenai konsentrasi belajar, status gizi, dan program makan bergizi gratis.

