

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang berlangsung pada usia 10–19 tahun. Pada masa ini terjadi pertumbuhan fisik yang pesat, perubahan hormonal, serta perkembangan psikososial yang signifikan. Kondisi tersebut menyebabkan kebutuhan zat gizi pada remaja meningkat untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Apabila kebutuhan gizi tidak terpenuhi secara adekuat, maka remaja berisiko mengalami berbagai masalah gizi seperti kekurangan energi kronis (KEK), anemia, maupun gizi lebih dan obesitas yang dapat berdampak pada kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang.¹

Dalam perspektif kebidanan, status gizi remaja putri merupakan aspek penting dalam pelayanan kesehatan reproduksi yang bersifat holistik. Pelayanan kebidanan tidak hanya berfokus pada kehamilan dan persalinan, tetapi juga pada upaya peningkatan kesehatan perempuan sejak masa remaja. Status gizi remaja putri memiliki hubungan erat dengan tiga aspek utama pelayanan kesehatan, yaitu aspek kematian, kesakitan, dan kesejahteraan. Pada aspek kematian, status gizi yang buruk pada remaja putri dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan di masa depan, seperti perdarahan, persalinan prematur, serta bayi dengan berat badan lahir rendah yang berkontribusi terhadap peningkatan angka kematian ibu dan bayi.² Pada aspek kesakitan, kekurangan gizi dan anemia pada remaja putri dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, gangguan

pertumbuhan, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular.³ Sementara pada aspek kesejahteraan, status gizi yang baik berperan dalam meningkatkan kualitas hidup, kemampuan belajar, produktivitas, serta kesiapan remaja putri untuk memasuki masa reproduksi yang sehat.⁴

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi kekurangan energi kronis pada remaja putri di dunia tahun 2015 mencapai 35-75%. yang mengindikasikan hampir separuh remaja di Indonesia berisiko mengalami masalah gizi jangka panjang ini, dengan perempuan SMA menjadi salah satu kelompok yang rentan, meskipun data spesifik hanya remaja putri SMA tidak disebutkan secara eksplisit dalam ringkasan tersebut, namun data umum 15-19 tahun menjadi indikator kuat.⁵ Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022, lebih dari 390 juta anak dan remaja berusia 5–19 tahun mengalami kelebihan berat badan pada tahun 2022. Prevalensi kelebihan berat badan (termasuk obesitas) di kalangan anak dan remaja berusia 5–19 tahun telah meningkat secara dramatis dari hanya 8% pada tahun 1990 menjadi 20% pada tahun 2022. Peningkatan ini terjadi secara serupa baik pada anak laki-laki maupun perempuan pada tahun 2022, 19% anak perempuan dan 21% anak laki-laki mengalami kelebihan berat badan. Pada tahun 1990, hanya 2% anak-anak dan remaja berusia 5–19 tahun yang mengalami obesitas (31 juta anak muda), sedangkan pada tahun 2022, angka tersebut meningkat menjadi 8% (lebih dari 160 juta anak muda).⁶

Masalah gizi pada remaja di Indonesia masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang signifikan. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia

(SKI) 2023, prevalensi status gizi pada remaja putri usia 16–18 tahun mencapai sekitar 20,1% yang menunjukkan bahwa remaja putri di Indonesia masih berisiko mengalami masalah gizi kronis. Selain itu, SKI 2023 juga menunjukkan bahwa masalah gizi pada remaja tidak hanya berupa kekurangan gizi, tetapi juga peningkatan prevalensi gizi lebih dan obesitas yaitu sebanyak 12,6% akibat perubahan pola konsumsi makanan serta gaya hidup sedentari. Kondisi ini menggambarkan bahwa remaja Indonesia menghadapi *double burden of malnutrition*, yaitu terjadinya masalah gizi kurang dan gizi lebih secara bersamaan.⁷

Di tingkat daerah, masalah gizi pada remaja juga masih ditemukan di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Data Profil Kesehatan DIY menunjukkan bahwa prevalensi KEK pada remaja putri masih berada di atas target yang ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO), yaitu di bawah 20%. Kabupaten Bantul merupakan salah satu wilayah dengan angka KEK yang relatif tinggi dibandingkan kabupaten lain di DIY. Mengutip data profil buku DIY menurut Kabupaten/Kota dengan nilai tertinggi pada Kabupaten Bantul yaitu 20,1% lalu Gunung Kidul 19,45% Sleman 18,98%, Kota Yogyakarta 18,11% kemudian yang terakhir Kulon Progo 17,42%.⁸ Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah gizi remaja, khususnya remaja putri, masih memerlukan perhatian serius melalui berbagai intervensi kesehatan dan gizi.⁸

Status gizi remaja putri memiliki implikasi jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi perempuan. Remaja putri yang mengalami kekurangan gizi berisiko lebih tinggi mengalami anemia, gangguan siklus menstruasi, serta

komplikasi kehamilan di masa depan. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan bayi, sehingga upaya peningkatan status gizi remaja putri menjadi bagian penting dalam strategi peningkatan kualitas kesehatan perempuan dan generasi mendatang.⁹ Oleh karena itu, berbagai intervensi gizi berbasis masyarakat dan sekolah perlu dikembangkan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan gizi remaja.¹⁰

Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah Indonesia untuk mengatasi permasalahan gizi pada anak dan remaja adalah melalui Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Program ini merupakan salah satu program prioritas nasional yang bertujuan menyediakan makanan bergizi kepada peserta didik di sekolah guna memenuhi kebutuhan zat gizi harian mereka. Program MBG diharapkan dapat meningkatkan status gizi siswa, mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta meningkatkan konsentrasi dan prestasi belajar di sekolah. Pemerintah Indonesia melalui Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara (APBN) tahun 2025 mengalokasikan anggaran sekitar Rp71 triliun untuk tahap awal pelaksanaan program ini dengan target penerima manfaat hingga 82,9 juta anak dan remaja secara bertahap di seluruh Indonesia. Program ini juga diharapkan berkontribusi dalam menurunkan angka stunting, meningkatkan kualitas sumber daya manusia, serta mendukung pencapaian visi Indonesia Emas 2045. Badan Gizi Nasional (BGN) telah meluncurkan program MBG di 190 titik Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi (SPPG), di 26 provinsi pada awal Januari 2025. Program ini pada akhirnya diharapkan dapat menyentuh seluruh satuan pendidikan secara bertahap.¹¹

Pemenuhan gizi bagi anak Indonesia sangat berdampak positif bagi tumbuh kembang mereka. Hasil penelitian Jundapri dan Susyanti (2024) tentang Implementasi Program Gizi Sekolah dalam Menurunkan Angka Keracunan Makanan Anak di Sekolah Dasar: Studi Kasus di lima Sekolah Negeri Kota Metropolitan menunjukkan bahwa program gizi sekolah telah diakui secara luas sebagai upaya yang penting dalam meningkatkan kesehatan dan kinerja akademik murid-murid di sekolah dasar. Studi oleh WHO dan UNICEF menunjukkan bahwa asupan gizi yang cukup berdampak positif pada konsentrasi, daya ingat, dan motivasi belajar anak-anak.¹¹

Namun, keberhasilan program intervensi gizi seperti MBG tidak hanya dipengaruhi oleh ketersediaan makanan bergizi, tetapi juga oleh penerimaan dan persepsi penerima manfaat terhadap program tersebut. Persepsi merupakan proses kognitif yang digunakan individu untuk menafsirkan dan memahami suatu stimulus atau informasi dari lingkungannya. Dalam konteks program MBG, persepsi siswa terhadap makanan yang disediakan dapat mempengaruhi tingkat konsumsi, kepatuhan terhadap program, serta perubahan perilaku makan. Apabila siswa memiliki persepsi positif terhadap program dan makanan yang disediakan, maka kemungkinan besar mereka akan mengonsumsi makanan tersebut secara optimal sehingga tujuan program untuk meningkatkan status gizi dapat tercapai. Sebaliknya, apabila persepsi siswa terhadap program kurang baik, misalnya karena rasa makanan tidak sesuai selera atau tampilan kurang menarik, maka konsumsi makanan dapat berkurang sehingga dampak program terhadap status gizi menjadi kurang optimal.¹²

Perilaku makan yang baik dan pemenuhan asupan zat gizi yang adekuat merupakan faktor langsung yang memengaruhi status gizi remaja. Status gizi merupakan hasil keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh dalam jangka waktu tertentu. Oleh karena itu, persepsi terhadap Program MBG diduga memiliki hubungan dengan status gizi melalui mekanisme perubahan perilaku konsumsi dan pemanfaatan makanan bergizi yang disediakan oleh program tersebut. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa persepsi terhadap tubuh (*body image*) dan persepsi diri berkaitan dengan status gizi remaja putri. Penelitian oleh Nirwan et al. (2025) di SMA Negeri 15 Luwu menunjukkan adanya hubungan signifikan antara persepsi *body image* dan status gizi remaja.¹³ Demikian pula, penelitian Ni'mah et al. (2022) di SMK Negeri 1 Driyorejo menemukan hubungan antara persepsi *body image*/perilaku makan dengan status gizi remaja putri.¹⁴ Sementara itu, penelitian lain terhadap pengetahuan dan persepsi gizi seimbang juga melaporkan bahwa persepsi terhadap gizi memiliki hubungan signifikan dengan status gizi pada remaja putri.¹⁵ Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak menilai efektivitas intervensi makanan atau dampaknya terhadap status gizi secara langsung, tanpa mempertimbangkan faktor psikososial seperti persepsi individu terhadap program tersebut. Selain itu, penelitian mengenai hubungan persepsi terhadap program makan bergizi dengan status gizi masih terbatas dan sebagian besar dilakukan pada anak usia sekolah dasar, bukan pada kelompok remaja putri yang memiliki kebutuhan gizi lebih spesifik terkait pertumbuhan dan kesehatan reproduksi. Penelitian sebelumnya oleh Zulfikar (2024) juga umumnya

menggunakan indikator IMT secara umum, sementara pengukuran status gizi pada remaja yang lebih direkomendasikan adalah Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) dengan Z-Score karena lebih sensitif terhadap perubahan pertumbuhan pada masa remaja.¹⁶

Berdasarkan kesenjangan tersebut, diperlukan penelitian yang menganalisis hubungan persepsi siswi terhadap Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan status gizi remaja putri menggunakan indikator IMT/U, sehingga dapat memberikan gambaran mengenai peran faktor persepsi dalam mendukung keberhasilan program gizi sekolah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan layanan kebidanan yang lebih komprehensif dalam upaya meningkatkan kesehatan dan status gizi remaja putri sebagai calon ibu di masa depan.

Kecamatan Srandakan merupakan salah satu wilayah administratif di Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Wilayah ini memiliki jumlah penduduk yang cukup besar. Data kependudukan menunjukkan bahwa jumlah penduduk Kecamatan Srandakan mencapai sekitar 31.218 jiwa, terdiri dari 15.505 laki-laki dan 15.713 perempuan. Selain itu, wilayah ini memiliki sekitar 9.395 kepala keluarga dengan total penduduk lebih dari 34 ribu jiwa serta kepadatan penduduk sekitar 1.700 jiwa/km². Kondisi tersebut menunjukkan bahwa Kecamatan Srandakan merupakan wilayah dengan jumlah penduduk yang cukup padat dan memiliki potensi populasi usia sekolah yang cukup besar.¹⁷ Besarnya jumlah penduduk tersebut berimplikasi pada banyaknya kelompok usia remaja yang berada pada jenjang pendidikan sekolah menengah.

Remaja usia sekolah merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai permasalahan gizi karena sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Oleh karena itu, lingkungan sekolah di wilayah Kecamatan Srandakan menjadi salah satu tempat yang strategis untuk melakukan penelitian terkait status gizi remaja, termasuk dalam mengkaji hubungan persepsi terhadap program intervensi gizi seperti Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan status gizi remaja putri.

SMAN 1 Srandakan merupakan salah satu sekolah di Kecamatan Srandakan, Bantul yang menjadi lokasi pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis sejak Bulan September 2025. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, diperoleh data status gizi siswi SMAN 1 Srandakan tahun 2025 menunjukkan bahwa 70,4% siswi memiliki status gizi normal, namun masih terdapat siswi dengan status gizi kurang sebesar 10,7%, gizi lebih sebesar 15,3%, obesitas sebesar 1%, dan gizi buruk sebesar 2,6%. Data tersebut menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar siswi memiliki status gizi normal, masih terdapat proporsi yang mengalami masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi meskipun sudah di bawah angka nasional. Kondisi ini menunjukkan pentingnya evaluasi terhadap pelaksanaan program intervensi gizi di sekolah, termasuk Program Makan Bergizi Gratis, serta faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilannya.

Berdasarkan uraian tersebut, status gizi remaja putri merupakan isu penting dalam kesehatan reproduksi dan pelayanan kebidanan yang berkaitan dengan aspek holistik pada perempuan di masa depan. Program Makan Bergizi

Gratis merupakan salah satu intervensi pemerintah yang diharapkan dapat memperbaiki status gizi siswa, namun keberhasilan program ini juga dipengaruhi oleh persepsi penerima manfaat terhadap program tersebut. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan persepsi siswi terhadap Program Makan Bergizi Gratis dengan status gizi remaja putri menjadi penting untuk dilakukan guna memberikan gambaran mengenai efektivitas program serta sebagai dasar perbaikan kebijakan intervensi gizi di lingkungan sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut, Penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Persepsi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan Status Gizi Siswi di SMAN 1 Srandakan Bantul.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan survei kesehatan nasional di Indonesia, terdapat perubahan pola status gizi remaja dalam beberapa tahun terakhir. Data (Riset Kesehatan Dasar) Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa sekitar 8,1–8,7% remaja berada dalam kategori kurus atau sangat kurus, sementara proporsi gizi lebih/obesitas pada remaja juga mencapai lebih dari 13%. Hasil Riskesdas 2023 menunjukkan bahwa prevalensi kurus/sangat kurus sedikit menurun menjadi 6,7–6,8% untuk kategori kurus dan 1,4–1,9% untuk sangat kurus, namun masalah gizi lebih/overweight dan obesitas tetap menjadi tantangan dengan persentase puluhan persen di kelompok remaja. Data profil buku DIY menurut Kabupaten/Kota dengan nilai kekurangan energi kronis tertinggi pada

Kabupaten Bantul yaitu 20,1% lalu Gunung Kidul 19,45% Sleman 18,98%, Kota Yogyakarta 18,11% kemudian yang terakhir Kulon Progo 17,42%.⁸

Hasil studi pendahuluan didapatkan data status gizi siswi SMAN 1 Srandakan tahun 2025 dengan status gizi buruk 2,6%, gizi kurang 10,7%, gizi normal 70,4%, gizi lebih 15,3%, dan obesitas sebanyak 1%. Hal ini menunjukkan bahwa data tersebut menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar siswi memiliki status gizi normal, masih terdapat proporsi siswi dengan masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Kondisi ini menegaskan pentingnya evaluasi terhadap intervensi gizi sekolah, khususnya Program Makan Bergizi Gratis (MBG), serta faktor persepsi siswi terhadap program tersebut yang diduga berpengaruh terhadap pemanfaatan dan hasil gizi yang dicapai.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, secara umum dapat disusun rumusan masalah yang diteliti pada penelitian ini adalah “Adakah hubungan persepsi siswi dalam program makan bergizi gratis (MBG) terhadap status gizi siswi di SMAN 1 Srandakan Bantul?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan status gizi siswi di SMAN 1 Srandakan Bantul tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui persepsi siswi tentang program MBG di SMAN 1 Srandakan Bantul.
- b. Mengetahui status gizi siswi di SMAN 1 Srandakan Bantul.
- c. Mengetahui hubungan persepsi program makan bergizi gratis dengan status gizi siswi di SMAN 1 Srandakan Bantul.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup profesi kebidanan dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Persepsi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Terhadap Status Gizi Siswi di SMAN 1 Srandakan Bantul” adalah ruang lingkup kebidanan terkait gizi pada siswi di SMAN 1 Srandakan Bantul.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan untuk memperluas wawasan pembaca mengenai hubungan persepsi siswi dalam program makan bergizi gratis terhadap status gizi siswi di SMAN 1 Srandakan Bantul.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswi SMAN 1 Srandakan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman terhadap siswi agar memiliki kesadaran tinggi mengenai persepsi terhadap Program

Makan Bergizi Gratis (MBG) dan dapat mengatur pola makan dengan tepat agar tidak memiliki status gizi yang buruk.

b. Bagi Kepala SMAN 1 Srandakan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kejadian gizi buruk pada siswi SMAN 1 Srandakan, sehingga pihak sekolah dapat merencanakan langkah untuk mencegah atau mengatasi masalah Kesehatan tersebut.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran, pengetahuan, dan menambah wawasan serta dapat dijadikan kajian literatur mengenai hubungan persepsi siswi dalam program makan bergizi gratis (MBG) terhadap status gizi remaja putri.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Jenis Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan/Persamaan
1	Hasanah, Z., Sholikha h, D. M., & Supriatin ingrum, D. N. (2023)	Hubungan Pengetahuan Gizi, Body Image dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Kecamatan Gresik	Observasional analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi, body image, dan konsumsi makanan cepat saji memiliki hubungan dengan status gizi remaja putri karena faktor-faktor tersebut memengaruhi perilaku makan dan persepsi tubuh.	Persamaan: Sama-sama meneliti status gizi pada remaja putri tingkat SMA. Perbedaan: Penelitian ini menilai faktor pengetahuan gizi, body image, dan konsumsi <i>fast food</i> terhadap status gizi, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menilai hubungan persepsi siswi terhadap Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan status gizi remaja putri.
2	Anggrain i, R., & Dewi, G. K. (2021)	Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dan Gaya Hidup dengan Status Gizi Remaja di SMA Muhammadiyah Cileungsi	Kuantitatif analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi seimbang dan gaya hidup berhubungan dengan status gizi remaja, karena perilaku kesehatan berperan dalam menentukan kondisi gizi.	Persamaan: Sama-sama meneliti status gizi pada remaja usia sekolah menengah atas. Perbedaan: Penelitian ini menilai pengetahuan gizi seimbang dan gaya hidup sebagai faktor yang memengaruhi status gizi, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menilai persepsi terhadap Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang merupakan program intervensi gizi pemerintah di sekolah.
3	Zerlina, M., & Humayra h, W. (2023)	Hubungan Persepsi Siswa dalam Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Anak di SD Negeri 3 Baregbeg	Kuantitatif analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesadaran kesehatan dan pengetahuan gizi memiliki hubungan dengan status gizi remaja usia 15–18 tahun karena memengaruhi pola makan dan perilaku kesehatan.	Persamaan: Sama-sama meneliti status gizi pada remaja usia sekolah. Perbedaan: Penelitian ini menilai faktor individu berupa kesadaran kesehatan dan pengetahuan gizi, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menilai hubungan persepsi terhadap Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan status gizi remaja putri, sehingga fokus pada respon siswa terhadap program intervensi gizi di sekolah.