

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja termasuk populasi yang rentan mengalami permasalahan gizi ganda, baik gizi kurang ataupun gizi lebih (Rohaeni et al., 2024). Masa remaja adalah fase transisi dari anak-anak menuju dewasa yang mencakup perubahan baik dari sisi biologis, psikologis, maupun sosial dan budaya (Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional, 2023). Usia tersebut tergolong yang kebutuhan tinggi akan asupan gizi dan aktivitas fisik yang memadai karena masih ditahap proses tumbuh kembang (Mufidah & Soeyono, 2021). Oleh karena itu, masa remaja memerlukan asupan nutrisi dan energi dua kali lipat selama fase pertumbuhan dibanding masa kehidupan lainnya (Muhayati et al., 2019).

Menurut data WHO, sekitar 390 juta orang di dunia mengalami gizi kurang atau underweight, dan sekitar 890 juta orang dewasa diseluruh dunia hidup dengan obesitas. Diperkirakan 35,5 juta anak dibawah usia 5 tahun mengalami kelebihan berat badan, sementara sekitar 150 juta mengalami stunting. Sedangkan dikutip dari data Survei Kesehatan Indonesia 2023 permasalahan gizi remaja yang berumur 13-15 tahun menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Di Indonesia sendiri tercatat prevalensi status gizi kurus pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 7,6% gizi kurang dan gizi lebih sebesar 16,2%. Provinsi Sulawesi Selatan tercatat memiliki prevalensi gizi kurang sebesar 11,2 %, sehingga menempati peringkat kedua tertinggi setelah Provinsi Gorontalo 12,0%. Sedangkan, untuk gizi lebih Sulawesi

Selatan mencatat prevalensi 15,6%, menempatkannya pada peringkat ketiga tertinggi di Pulau Sulawesi, di belakang Provinsi Sulawesi Utara (18,9%) dan Sulawesi Barat (17,4%). Tingginya prevalensi pada Sulawesi Selatan mencerminkan bahwa merupakan salah satu daerah dengan tantangan gizi remaja yang kompleks, sehingga menarik untuk dikaji lebih mendalam dalam upaya perbaikan status gizi.

Permasalahan gizi pada remaja seringkali dipicu oleh ketidakaturan pola makan dimana terjadi ketidakseimbangan antara jumlah nutrisi yang dikonsumsi (intake) dengan kebutuhan gizi (Margiyanti, 2021). Masalah gizi berpotensi memberi dampak signifikan terhadap tumbuh kembang remaja serta meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit. Pada remaja dengan kondisi gizi kurang, dampak yang muncul meliputi menurunnya kemampuan kognitif, kekebalan tubuh melemah, gangguan pada sistem metabolisme, risiko infeksi tinggi. Sementara itu, remaja dengan kondisi gizi lebih cenderung menghadapi potensi peningkatan penyakit degeneratif, seperti hipertensi hingga diabetes mellitus (Chandra et al., 2024). Penerapan pola makan yang ideal seharusnya disertai dengan pedoman gizi seimbang, yaitu asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui jenis makanan yang dikonsumsi, jumlah makanan, dan frekuensi makan (Damara Utami et al., 2020).

Salah satu upaya lain yang diinisiasi pemerintah adalah Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang dilakukan puskesmas dalam mengatasi permasalahan kesehatan remaja (Kustin, 2021). Namun,

program yang digagas Dinas Kesehatan ini dinilai belum optimal dalam mengatasi isu gizi pada remaja dan masih belum berjalan efektif di seluruh puskesmas di Indonesia (Muhayati et al., 2019). Beberapa puskesmas di Indonesia masih belum mencapai kriteria pelayanan kesehatan remaja yang ditetapkan karena program ini terkendala oleh terbatasnya jumlah tenaga pelaksana, alokasi anggaran yang tidak sebanding dengan luas wilayah kerja puskesmas, kurang optimalnya sosialisasi kepada remaja, waktu pelaksanaan kegiatan yang terbatas, serta koordinasi antar instansi dan program lain sehingga menimbulkan tumpang tindih kegiatan (Qomaruddin & Qurrotu A'yun, 2019). Untuk itu, perlu ditingkatkan efektivitas program agar dapat menjangkau lebih banyak remaja di seluruh Indonesia, termasuk di lingkungan sekolah (Amelia Hanisyah Putri et al., 2024).

Strategi efektif dalam menanggulangi permasalahan gizi pada anak sekolah adalah dengan penyediaan makanan di sekolah (Ningtyias et al., 2020). Program Makan Bergizi Gratis (MBG) adalah salah satu langkah pemerintah Indonesia untuk meningkatkan kualitas gizi anak dan memfasilitasi keberhasilan belajar, sekaligus dirancang untuk mengurangi angka stunting, memperbaiki status gizi, dan meningkatkan prestasi akademik peserta didik di berbagai jenjang pendidikan (Albaburrahim et al., 2025)

Namun, sebagian besar studi tentang Program Makan Bergizi Gratis (MBG) lebih banyak menitikberatkan pada indikator kehadiran siswa, prestasi akademik, dan aspek perilaku di sekolah, sedangkan analisis

mengenai data pola makan harian maupun parameter status gizi seperti Indeks Massa Tubuh masih sangat terbatas. Untuk itu, penelitian ini penting dilakukan karena akan mengidentifikasi penilaian rinci pola makan sehari-hari melalui kuesioner serta pemantauan berkala IMT pada anak usia remaja yang mengikuti Program Makan Bergizi Gratis (MBG), sehingga dapat memberikan gambaran tentang dampak jangka panjang MBG terhadap status gizi anak.

Salah satu sekolah yang menjadi lokasi uji coba Program Makan Bergizi Gratis (MBG) adalah SMPN Negeri 23 Makassar. Sekolah ini dipilih karena sebagai satu dari tiga sekolah menengah pertama yang termasuk dalam salah satu sekolah uji coba penerima program MBG dari pemerintah di Makassar yang berlangsung sejak Januari 2025 serta memiliki jumlah populasi siswa yang cukup besar, sehingga representatif untuk menggambarkan dampak implementasi program ini secara lebih luas. Selain itu, SMPN Negeri 23 Makassar berada di wilayah perkotaan dengan latar belakang sosial ekonomi siswa yang beragam, menjadikannya lokasi yang strategis untuk mengevaluasi efektivitas MBG terhadap pola makan harian dan status gizi remaja.

Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti terkait hubungan pola makan terhadap status gizi pada remaja dalam program Makan Bergizi Gratis yang akan dilakukan di SMPN Negeri 23 Makassar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diuraikan suatu masalah yaitu bagaimana hubungan pola makan terhadap status gizi pada remaja dalam program makan bergizi gratis yang akan dilakukan pada siswa/siswi SMPN Negeri 23 Makassar.

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap status gizi pada remaja yang menerima program makan bergizi gratis.

b. Tujuan Khusus

1. Mengetahui pola makan remaja yang menerima program makan bergizi gratis
2. Mengetahui status gizi remaja yang menerima program makan bergizi gratis berdasarkan indikator antropometri
3. Mengetahui hubungan pola makan terhadap status gizi pada remaja yang menerima program makan bergizi gratis.

D. Kesesuaian Penelitian dengan Roadmap Program Studi

Penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan Terhadap Status Gizi pada Remaja dalam Program Makan Bergizi Gratis” selaras dengan roadmap Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Hasanuddin Domain 2 yaitu Optimalisasi pengembangan insani melalui upaya promosi,

pencegahan, pengobatan, dan rehabilitasi kesehatan pada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah yang bermakna dalam pengembangan pengetahuan di bidang gizi dan kesehatan anak usia sekolah. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan atau dasar bagi penelitian selanjutnya yang membahas kualitas pola makan dan status gizi remaja dalam program makanan bergizi gratis.

2. Manfaat praktis

a. Bagi sekolah dan penyelenggara program

Hasil dari penelitian ini memberikan informasi faktual mengenai pola makan dan status gizi remaja penerima program makan bergizi gratis, yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas dan pelaksanaan program di masa mendatang.

b. Bagi tenaga kesehatan dan ahli gizi

Hasil dari penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun strategi intervensi gizi dan edukasi yang lebih tepat sasaran di lingkungan sekolah dasar.

c. Bagi orang tua dan Masyarakat

Hasil dari penelitian dapat membantu meningkatkan pemahaman orang tua tentang pentingnya gizi seimbang dalam

mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, serta memperkuat kerja sama antara rumah dan sekolah dalam membentuk kebiasaan makan sehat.

3. Manfaat Sosial

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap pentingnya pemenuhan gizi anak usia sekolah sebagai bagian dari pembangunan kualitas sumber daya manusia. Melalui informasi yang dihasilkan, masyarakat dapat lebih memahami bahwa program makanan bergizi gratis bukan hanya sekadar bantuan pangan, tetapi juga merupakan langkah preventif untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat mendorong partisipasi aktif masyarakat, termasuk orang tua, tokoh masyarakat, dan lingkungan sekitar, dalam menciptakan budaya makan sehat dan mendukung keberlanjutan program-program gizi di sekolah.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Pola Makan

1. Definisi Pola Makan

Pola makan adalah kuantitas dan ragam makanan yang dikonsumsi oleh individu atau sekelompok orang dengan tujuan memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh (Asmin et al., 2021). Pola makan adalah serangkaian data yang menggambarkan variasi dan karakteristik bahan pangan yang dikonsumsi setiap hari yang terdiri dari jenis makanan, frekuensi makan, dan porsi makan (Aritonang, 2021).

2. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Pola Makan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan diantaranya :

a. Agama

Faktor agama memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pola konsumsi makanan. Dalam beberapa ajaran agama memiliki aturan terkait makanan yang boleh dikonsumsi dan tidak boleh dikonsumsi. Religiusitas mempengaruhi variasi minat masyarakat dalam mengonsumsi makanan halal yang menegaskan bahwa ajaran agama tidak hanya berfungsi sebagai pedoman spiritual, tetapi memengaruhi aspek praktis kehidupan sehari-hari, termasuk kebiasaan makan (Chairunnisyah et al., 2020)

b. Budaya

Budaya memiliki peran penting dalam membentuk pola makan masyarakat. Contohnya pada suku Tengger sering bepergian ke kota dan mengonsumsi makanan siap saji. Kondisi ini

menunjukkan bahwa pola makan remaja tengger berada pada persimpangan budaya lokal yang menekankan makanan tradisional dan budaya global yang mendorong konsumsi makanan populer. Dari hasil penelitian ini didapati bahwa budaya memiliki pengaruh yang secara tidak langsung terhadap kebiasaan makan masyarakat meskipun budaya lokal masih dipegang teguh ((Muniroh et al., 2025).

c. Status Sosial dan Ekonomi

Status sosial ekonomi menggambarkan posisi seseorang dalam masyarakat yang ditentukan oleh tingkat pendapatannya. Semakin tinggi pendapatan individu atau keluarga, semakin besar pula kemampuan mereka untuk memperoleh bahan pangan yang beragam dan bernutrisi. Sebaliknya, semakin rendah pendapatan seseorang, semakin terbatas kesempatan untuk mendapatkan makanan yang bergizi (Putri Purba et al., 2024).

d. Rasa Lapar dan Nafsu Makan

Regulasi terhadap rasa lapar, nafsu makan, dan kenyang dikendalikan oleh sistem saraf pusat yang berlokasi di hipotalamus. Rasa lapar merupakan respons fisiologis tubuh akibat defisit energi atau kekurangan asupan nutrisi. Sebaliknya, nafsu makan mencerminkan dorongan psikologis maupun sensorik untuk mengonsumsi makanan. Sementara itu, rasa kenyang muncul

sebagai mekanisme umpan balik ketika kebutuhan energi maupun keinginan makan telah terpenuhi.

e. Kondisi Kesehatan

Kondisi kesehatan berpengaruh besar terhadap pola makan seseorang. Penyakit fisik, seperti diabetes atau hipertensi, menuntut penyesuaian jenis dan jumlah makanan, sedangkan gangguan kesehatan mental seperti stres atau depresi dapat memicu perubahan nafsu makan yang berujung pada pola makan tidak seimbang.

3. Komponen Pola Makan

Kebiasaan makan pada anak mencakup pola konsumsi makan yang terdiri dari atas jenis makanan, frekuensi makan, dan jumlah makanan (Fadilah & Sefrina, 2022).

a. Jenis makanan

Jenis makanan sebagai salah satu komponen pola makan sangat berpengaruh terhadap status gizi. Makanan yang lengkap dan bergizi baik akan mendukung pertumbuhan optimal, sedangkan makanan kurang lengkap atau berlebihan atau tidak seimbang bisa meningkatkan risiko gizi kurang atau bahkan gizi lebih. Asupan makanan seimbang perlu memperhatikan pemenuhan zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral yang terkandung (Akhmad Gurnida et al., 2020).

b. Frekuensi makan

Frekuensi makan adalah banyaknya jumlah makan dalam sehari yang terhitung dari makan pagi, siang, dan malam hari (Ar et al., 2024). Secara fisiologis, makanan diproses di dalam sistem pencernaan mulai dari mulut hingga usus halus. Lama tinggal makanan di lambung dipengaruhi oleh jenis dan sifat makanan yang dikonsumsi, dengan rata-rata lambung kosong kembali setelah 3–4 jam. Individu dengan obesitas cenderung memiliki frekuensi makan lebih sering dibandingkan orang dengan berat badan normal, serta kerap mengonsumsi makanan tinggi energi yang berlebihan, sehingga menimbulkan asupan karbohidrat, lemak, dan protein yang berlebih.

c. Jumlah makan

Pola makan seimbang dapat dicapai dengan menyesuaikan kebutuhan tubuh serta bahan makanan yang tepat sehingga dapat mendukung status gizi yang baik. Konsumsi makanan yang melebihi jumlah kebutuhan tubuh dapat berakibat pada peningkatan berat badan serta memicu munculnya berbagai penyakit akibat kelebihan zat gizi. Asupan kalori yang melebihi batas normal harian dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular, seperti jantung koroner, diabetes melitus, hipertensi, dan kanker. Selain itu, kelebihan kalori juga dapat menimbulkan rasa malas, menurunkan

konsentrasi, serta menyebabkan kenaikan berat badan berlebih hingga berujung pada obesitas.

4. Program Makan Bergizi Gratis

a. Definisi Program Makan Bergizi Gratis

Program Makan Bergizi Gratis merupakan salah satu kebijakan unggulan yang dicanangkan oleh pemerintahan Presiden Prabowo Subianto yang bertujuan untuk mengatasi masalah gizi dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia, terutama di kalangan anak-anak dan ibu hamil (Atikah Merlinda & Yusuf, 2025). Perbaikan kebijakan dan program pangan sekolah merupakan pilihan penting untuk perbaikan gizi di Indonesia. Program gizi berbasis sekolah yang terintegrasi dapat mengatasi beban ganda masalah gizi terutama pada remaja, serta dapat digunakan untuk membangun dan mengintegrasikan intervensi gizi yang sedang dilakukan (Yani Lestari et al., 2022).

Program Makan Bergizi Gratis mencakup penyediaan makanan bergizi secara gratis kepada siswa dengan fokus peningkatan kesehatan dan motivasi belajar. Data menunjukkan bahwa 41% siswa di Indonesia mengalami kelaparan saat belajar, yang berdampak negatif pada konsentrasi dan prestasi akademik mereka. Tujuan utama dari program ini adalah untuk meningkatkan asupan gizi siswa, mengurangi angka stunting dan masalah gizi buruk di kalangan anak-anak, serta meningkatkan motivasi dan

partisipasi siswa dalam kegiatan belajar. Sasaran penerima manfaat program ini meliputi anak-anak sekolah dari berbagai jenjang pendidikan, balita, ibu hamil, dan ibu menyusui.

B. Status Gizi

1. Definisi Status Gizi

Gizi adalah rangkaian proses oleh organisme dalam memanfaatkan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui pencernaan, penyerapan, pengangkutan, penyimpanan, metabolisme, dan pembuangan zat sisa untuk mempertahankan kehidupan, mendukung pertumbuhan, menjaga fungsi organ, serta menghasilkan energi (Ertiana & Berliana Zain, 2023). Status gizi mencerminkan kondisi tubuh yang terbentuk dari kesesuaian antara pasokan nutrisi yang masuk dengan kebutuhan nutrisi untuk menjalankan proses metabolisme yang berbeda-beda setiap individu tergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, dan lainnya (Mahati & Isnaeni, 2025). Pemantauan status gizi dan konsumsi penting guna mendeteksi permasalahan kesehatan yang memerlukan solusi (Fauzan et al., 2021).

Status gizi adalah salah satu indikator untuk menilai status kesehatan remaja dengan cara yang mudah dan murah dimana yang dibutuhkan hanya disiplin dan komitmen untuk secara rutin dan kontinu memantau berat badan dan tinggi badan (Astrika Yunita et al., 2020). Status gizi remaja dapat dinilai secara individu berdasarkan data yang diambil dari pemeriksaan antropometri berupa data berat badan dan tinggi badan

yang kemudian diinterpretasikan menjadi Indeks Massa Tubuh (IMT), selanjutnya dilakukan penilaian status gizi remaja dengan cara membandingkan IMT dengan standar antropometri berdasarkan indeks IMT menurut umur (Indrasari & Sutikno, 2020).

2. Faktor Yang Memengaruhi Status Gizi

Masalah gizi dapat diakibatkan oleh faktor-faktor yang memengaruhi status gizi diantaranya asupan makanan, kurangnya aktivitas fisik, kurangnya pengetahuan terkait gizi, dan status sosial ekonomi (Putri Purba et al., 2024) :

a. Asupan makanan

Asupan makanan baik dari segi jumlah maupun kualitas gizi memegang peran krusial dalam menentukan seseorang bergizi baik maupun tidak. Hasil penelitian yang dilakukan menemukan bahwa terdapat korelasi antara asupan energi, protein, dan lemak pada status gizi (Rispaneli & Syahril, 2023)

b. Aktivitas fisik

Kurangnya beraktivitas fisik yang tidak diimbangi dengan asupan nutrisi yang tepat berpotensi menyebabkan status gizi tidak sehat, obesitas, ataupun malnutrisi. Hasil penelitian yang ditemukan menemukan bahwa remaja dengan aktivitas fisik rendah memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami status gizi tidak normal dibandingkan dengan yang aktif (Abeng, 2020).

c. Pengetahuan gizi

Pengetahuan gizi memiliki peranan krusial dalam membentuk status gizi yang sehat karena melalui pemahaman akan kebutuhan gizi, remaja akan lebih mampu memilih asupan makanan yang sesuai dengan kebutuhan energinya. Jadi, semakin baik pengetahuan mengenai gizi, semakin tinggi kemungkinan seseorang tersebut memiliki status gizi yang baik. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan gizi berpotensi menyebabkan status gizi menjadi buruk (Aulia, 2021).

d. Status sosial ekonomi

Status sosial ekonomi dalam hal ini pendapatan keluarga memiliki peran penting dalam menentukan status gizi anak. Hasil dari penelitian menemukan adanya hubungan signifikan antara status sosial ekonomi keluarga dengan status gizi anak yang dibuktikan bahwa sebagian besar remaja dengan status gizi normal berasal dari keluarga dengan pendapatan tinggi, sedangkan remaja dengan status gizi kurus lebih banyak ditemukan pada keluarga berpendapatan rendah (Chandra & Aisah, 2023).

3. Indikator Status Gizi

Penilaian status gizi terdiri atas dua penilaian yakni penilaian status gizi secara langsung dan penilaian status gizi secara tidak langsung (Sohorah, 2024).

a. Penilaian status gizi secara langsung

1) Antropometri

Penilaian ini dilakukan dengan mengukur ukuran dan komposisi tubuh sesuai usia. Pengukuran yang umum dipakai meliputi berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas (LILA), dan lingkar perut. Antropometri berguna untuk menilai ketidakseimbangan asupan energi dan protein melalui indikator pertumbuhan tubuh, cadangan lemak, massa otot, serta kandungan cairan.

2) Pemeriksaan klinis

Penilaian klinis menilai perubahan fisik yang berkaitan dengan defisiensi atau kelebihan nutrisi. Pemeriksaan mencakup observasi dari bagian kepala sampai kaki misalnya konjungtiva mata, mukosa mulut, pemeriksaan dada dan perut, serta penapisan adanya pembengkakan pada ekstremitas. Tujuannya untuk menentukan status gizi melalui tanda-tanda, gejala, dan riwayat penyakit.

3) Pemeriksaan laboratorium (biokimia)

Melibatkan analisis sampel tubuh seperti darah, urine, atau tinja untuk mengukur parameter spesifik contohnya kadar albumin, status vitamin dan mineral. Tes biokimia membantu mengidentifikasi kekurangan gizi yang spesifik.

4) Pemeriksaan biofisik

Metode ini mengevaluasi fungsi jaringan dan perubahan struktur atau fungsi organ tubuh. Pemeriksaan biofisik dipakai untuk situasi tertentu; contoh aplikasinya adalah tes adaptasi gelap saat menilai kejadian kebutaan senja secara masal.

b. Penilaian status gizi secara tidak langsung

1) Survei konsumsi makanan

Penilaian ini memeriksa kuantitas dan jenis makanan yang dikonsumsi oleh individu atau keluarga. Data konsumsi memberi gambaran tentang asupan zat gizi pada tingkat rumah tangga atau populasi.

2) Data statistik vital terkait gizi

Meliputi indikator seperti angka kematian menurut kelompok umur, penyebab morbiditas dan mortalitas, catatan layanan kesehatan, serta prevalensi penyakit infeksi yang berkaitan dengan kekurangan gizi. Data-data ini digunakan sebagai indikator penilaian status gizi di populasi.

3) Faktor ekologi

Pendekatan ini mempertimbangkan bahwa masalah gizi seringkali timbul dari interaksi berbagai faktor ekologis meliputi aspek biologis, kondisi fisik, dan budaya lingkungan. Analisis faktor ekologi bertujuan mengidentifikasi penyebab malnutrisi

di suatu komunitas sehingga intervensi yang tepat dapat direncanakan.

C. Penelitian terkait Pola Makan dan Status Gizi

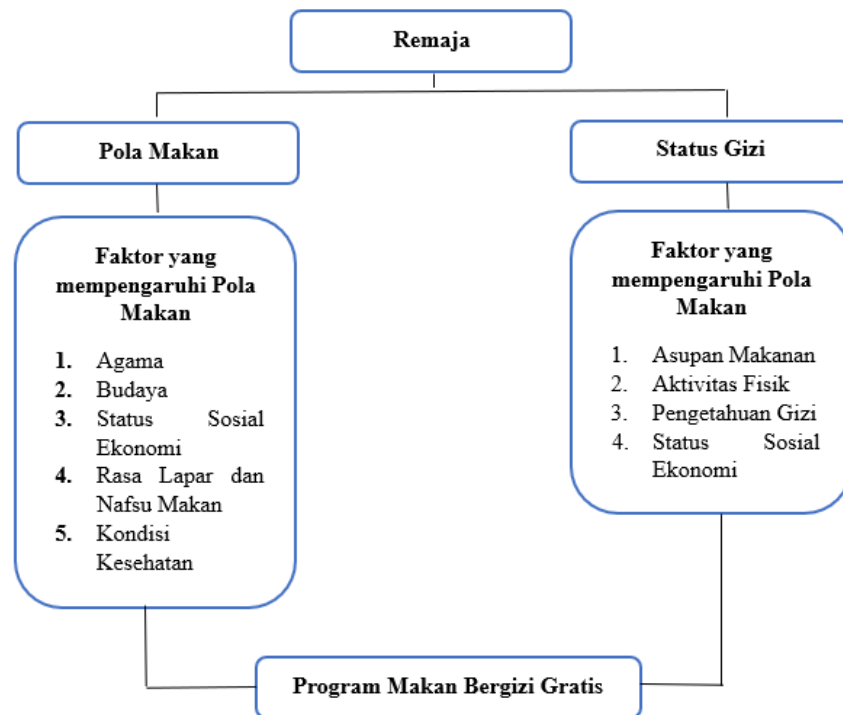
Tabel 1. Penelitian Terbaru Terkait Variabel Penelitian

No.	Judul	Populasi	Metode	Hasil
1.	2019, Rahma Fitri Fiamanatillah Kontribusi Zat Gizi Makan Siang Sekolah dan Kecukupan Gizi terhadap Status Gizi Siswa di SD AL-Furqan Jember	Populasi penelitian sebanyak 141 siswa dengan sampel sebanyak 58 siswa.	Penelitian analitik observasional dengan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i>	Menunjukkan bahwa sebagian besar responden kontribusi zat gizi makan siang sekolahnya tidak memenuhi 30% kebutuhan gizi sehari. Sedangkan kecukupan zat gizi dan status gizi sebagian besar responden dalam kategori normal.
2.	2021, Kartika Yuliani Dietary Diversity dan Status Gizi pada Siswa yang Mendapatkan Program Makan Siang dan Tidak	-	Penelitian dilakukan secara systematic literature review. Berdasarkan pencarian literatur dari 3 database, diperoleh 5	Ada perbedaan dietary diversity pada siswa yang diberi program makan siang dan siswa yang tidak diberi makan siang dari sekolah dengan

	Mendapatkan Makan Siang di Sekolah		artikel yang direview.	kecenderungan dietary diversity siswa yang mendapat makan siang dari sekolah lebih baik dari siswa yang tidak mendapat program makan siang dari sekolah.
3.	2020, Dian Hafiza Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru	Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 76 responden. Pengambilan sampel dengan teknik Quota Sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Adolescent Food Habits Checklist (AFHC), pengukuran berat badan dan tinggi badan menggunakan microtoise.	Penelitian menggunakan desain deskriptif korelatif dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> .	Dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP YLPI Pekanbaru. Diharapkan bagi remaja untuk memperluas pengetahuan tentang kebiasaan makan yang baik.
4.	2020, N Amany Hubungan Program Pemberian	-	Metode pada penelitian ini menggunakan Systematic Literature	Rata-rata status gizi siswa yang mendapat makan siang

	Makan Siang dengan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar dan Sekolah Menengah Pertama : Systematic Literature Riview		Review. Pencarian literatur dilakukan dengan menggunakan database yaitu Google Scholar dan PubMed.	tergolong dalam kategori overweight, namun hasil review menunjukkan tidak ada hubungan antara program pemberian makan siang di sekolah dengan status gizi siswa. Diharapkan sekolah yang memberikan program pemberian makan siang lebih memperhatikan tentang asupan zat gizi siswa agar dapat memperbaiki status gizi siswa.
--	--	--	--	---

D. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori