

## **Hubungan antara Persepsi Masyarakat dengan Kecemasan terhadap Implementasi Program Makan Bergizi Gratis**

***The Relationship between Public Perception and Anxiety toward the Implementation of the Free Nutritious Meal Program***

**Nancy Sabatimy\***

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [nancy.22177@mhs.unesa.ac.id](mailto:nancy.22177@mhs.unesa.ac.id)

**Vania Ardelia**

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [vaniaardelia@unesa.ac.id](mailto:vaniaardelia@unesa.ac.id)

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi publik dan kecemasan mengenai implementasi Program Makan Bergizi Gratis. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan 304 partisipan. Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, pengumpulan data melalui survei daring menggunakan skala persepsi dan skala kecemasan, dan analisis data menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*. Hasilnya menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara persepsi dan kecemasan diperoleh  $r = 0.258$  dengan  $p < .001$ . Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi berperan dalam membentuk reaksi emosional terhadap kebijakan publik, terutama ketika kebijakan tersebut dianggap melibatkan risiko atau ketidakpastian. Selain itu, faktor psikologis seperti penilaian kognitif dan rasa kendali juga mempengaruhi bagaimana suatu kebijakan dipersepsikan dan bagaimana tingkat kecemasan terbentuk. Dengan demikian, melalui temuan ini menegaskan bahwa persepsi berperan sebagai salah satu faktor psikologis yang berkontribusi terhadap munculnya kecemasan, namun masih terdapat faktor lain di luar penelitian yang memengaruhi kecemasan masyarakat.

**Kata kunci :** Persepsi masyarakat; Kecemasan; Makan bergizi gratis

### **Abstract**

*This study aims to examine the relationship between public perceptions and anxiety regarding the implementation of the Free Nutritious Meal Program. A quantitative research design was employed with 304 participants. Purposive sampling was used, and data were collected through an online survey utilizing a perception scale and an anxiety scale. Data analysis was conducted using the Pearson Product Moment correlation. The results revealed a significant positive relationship between perception and anxiety, with a correlation coefficient of  $r = 0.258$  and  $p < 0.001$ . These findings indicate that perceptions play an important role in shaping emotional responses to public policies, particularly when such policies are perceived as involving risk or uncertainty. Furthermore, psychological factors such as cognitive appraisal and perceived control also influence how a policy is interpreted and how levels of anxiety are formed. Thus, these findings confirm that perception functions as one of the psychological factors contributing to the emergence of anxiety. However, there are still other factors beyond the scope of this study that influence public anxiety.*

**Keywords :** Public perception; Anxiety; Free nutritious food

<b>Article History</b>	*corresponding author
<b>Submitted :</b> 20-01-2026	
<b>Final Revised :</b> 20-01-2026	
<b>Accepted :</b> 21-01-2026	
	 <i>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY-SA</a> license</i> <i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i>

## Pendahuluan

Permasalahan gizi buruk dan *stunting* masih menjadi tantangan fundamental dalam pembangunan kualitas sumber daya manusia di Indonesia. Dengan angka prevalensi *stunting* nasional yang menyentuh level 19.8%, pemerintah dituntut untuk melakukan langkah intervensi yang masif guna mencapai standar organisasi kesehatan dunia (WHO) yang menetapkan ambang batas di bawah 20% (Setiyawati dkk., 2022). Kondisi kekurangan gizi kronis ini tidak hanya berdampak pada keterlambatan pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berisiko tinggi terhadap penurunan fungsi kognitif dan psikologis generasi mendatang (Lina dkk., 2024). Oleh karena itu, penanganan masalah gizi menjadi prioritas dalam agenda kebijakan nasional.

Sebagai respon terhadap urgensi tersebut, pemerintah meluncurkan program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang menargetkan kelompok rentan seperti siswa sekolah, santri, ibu hamil, hingga balita di seluruh pelosok negeri (Wahyudi dkk., 2025). Program ini dirancang dengan ambisi besar untuk meningkatkan literasi gizi sekaligus memperbaiki kualitas pendidikan melalui asupan makanan yang sehat (Qomarrullah dkk., 2025). Namun, implementasi kebijakan ini tidak berjalan tanpa hambatan. Perubahan alokasi anggaran yang semula direncanakan sebesar Rp71 triliun membengkak menjadi Rp335 triliun telah memicu perdebatan mengenai stabilitas fiskal dan keberlanjutan ekonomi jangka panjang (Tempo, 2025).

Kekhawatiran publik semakin diperparah oleh berbagai isu teknis yang muncul di lapangan selama masa uji coba. Adanya laporan mengenai 11.566 kasus keracunan makanan hingga Oktober 2025 serta potensi pemotongan dana di sektor krusial lainnya seperti kesehatan dan pendidikan umum telah membentuk dinamika persepsi yang kompleks (Trikarinaputri, 2025; Widiyana, 2025). Fenomena ini tidak lagi sekadar menjadi diskursus administratif, melainkan telah bergeser menjadi isu psikologis yang serius. Perbedaan cara pandang masyarakat dalam memaknai program ini menciptakan ruang bagi timbulnya kecemasan kolektif yang dipicu oleh ketidakpastian informasi dan permasalahan yang bermunculan.

Secara teoritis, persepsi masyarakat merupakan variabel kunci yang menentukan efektivitas dan legitimasi sebuah kebijakan publik. Persepsi adalah proses kognitif di mana individu memberikan makna pada stimulus yang mereka terima berdasarkan informasi dan pengalaman masa lalu. Sebagaimana dikemukakan oleh Qu dkk. (2018), persepsi adalah determinan penting yang memengaruhi bagaimana individu menafsirkan risiko dari sebuah kebijakan. Jika masyarakat menangkap sinyal ketidaktransparan atau kegagalan operasional, maka interpretasi yang terbentuk cenderung negatif dan memicu respon defensif.

Hubungan antara persepsi dan kecemasan ini memiliki kaitan yang sangat erat dalam literatur psikologi. Kecemasan dipahami sebagai manifestasi psikologis dari penilaian individu terhadap ancaman atau risiko yang tidak pasti di masa depan (Muqaramma dkk., 2022). Jaltuszewska dkk. (2024) dalam studinya menemukan bahwa intensitas persepsi yang kuat terhadap suatu fenomena berkontribusi langsung pada peningkatan gejala kecemasan. Dalam konteks program MBG, ketidakmampuan masyarakat untuk memprediksi dampak positif

program terhadap keluarga mereka, ditambah dengan isu keamanan pangan, menciptakan beban psikologis yang signifikan.

Landasan penelitian ini juga diperkuat oleh beberapa kajian terdahulu yang menyoroti dinamika serupa. Maulia dkk. (2025) mengungkapkan bahwa isu keamanan pangan dalam kebijakan pemberian makanan gratis secara nyata meningkatkan kekhawatiran masyarakat meskipun tujuan program dinilai mulia. Sementara itu, Solihin dkk. (2025) menekankan bahwa kurangnya keterbukaan dalam komunikasi kebijakan di ruang digital sering kali memicu sentimen negatif yang berujung pada kecemasan publik. Berbagai penelitian ini menunjukkan adanya celah antara niat baik kebijakan dengan penerimaan psikologis di tingkat akar rumput.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini krusial dilakukan untuk menjembatani pemahaman mengenai dampak psikologis dari kebijakan pemerintah. Penulisan ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara persepsi masyarakat dengan tingkat kecemasan terhadap implementasi program makan bergizi gratis. Melalui analisis ini, diharapkan dapat dihasilkan rekomendasi empiris bagi penyelenggara kebijakan untuk memperbaiki pola komunikasi publik dan standar operasional program, sehingga dampak psikologis negatif di tengah masyarakat dapat diminimalisir demi keberlangsungan program yang lebih efektif.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengambilan data berupa survei. Pengambilan data dilakukan pada bulan Oktober 2025. Sebelum mengisi kuesioner, partisipan diminta untuk memberikan kesediaan dalam *informed consent*.

### Sampel dan Populasi

Pemilihan partisipan pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria khusus yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2020). Penentuan jumlah menggunakan program *G\*Power* yang menghasilkan estimasi sampel sebanyak 82 partisipan (Faul dkk., 2007). Namun untuk meminimalkan kemungkinan *error*, peneliti melibatkan 304 partisipan. Kriteria dalam penelitian ini adalah individu yang berada pada fase dewasa awal, yang menurut Hurlock (2011) berusia antara 18 hingga 40 tahun dan seorang warga negara Indonesia yang saat ini tinggal di Indonesia dan mengetahui tentang adanya program MBG.

### Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, pengumpulan kuesioner dilakukan secara daring menggunakan *Google Forms*. Penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu skala sosiodemografis, skala persepsi, dan skala kecemasan. Skala sosiodemografis pada dasarnya mengacu pada identitas diri seperti nama (inisial), usia, dan domisili. Skala persepsi diadaptasi dan dimodifikasi dari Rachmawati (2016), yang mengukur tiga aspek, yaitu kognitif, afektif, dan konatif sesuai dari Taylor dkk. (2009), dengan jumlah item sebanyak 18. Skoring pada pernyataan negatif menggunakan skala Likert 1 (sangat tidak setuju) hingga 4 (sangat setuju) sehingga semakin tinggi skor pada skala persepsi menunjukkan bahwa partisipan memiliki persepsi. Pada skala kecemasan, penelitian ini menggunakan instrumen *State-Trait Anxiety Inventory-Trait* (STAI-T) dari Spielberger dkk. (1983), yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Pratiwi dan Ningsih (2022), terdiri dari 20 item dengan 11 pernyataan negatif dan 9 pernyataan

positif. Skoring pada pernyataan negatif menggunakan skala Likert 1 (tidak pernah) hingga 4 (selalu), sedangkan pernyataan positif diberi skor sebaliknya. Pada skala ini, jika semakin tinggi skor pada skala kecemasan menunjukkan bahwa partisipan memiliki kecemasan yang tinggi. Kriteria tingkat kecemasan dibagi menjadi tiga kategori yaitu, normal, cemas ringan, cemas sedang, dan cemas berat. Salah satu contoh dari item skala persepsi adalah “*Mengetahui tujuan dari kebijakan program makan bergizi gratis*”, “*Mengetahui sasaran penerima manfaat kebijakan makan bergizi gratis*”, dan “*Setuju dengan adanya kebijakan makan bergizi gratis*”. Sedangkan, contoh dari item *favorable* skala kecemasan adalah “*Saya merasa aman*” serta “*Saya merasa tenang dan dapat mengendalikan diri*” dan untuk item *unfavorable* adalah “*Saya merasa gugup dan gelisah*”.

### **Analisis Data**

Data pada penelitian ini dianalisis menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Sebelum uji korelasi dilakukan, uji validitas dan reliabilitas instrumen dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak JASP. Hasil reliabilitas menunjukkan bahwa skala persepsi memperoleh nilai  $\alpha = 0.956$ , sedangkan skala kecemasan memiliki reliabilitas 0.909. Menurut Nunnally dan Bernstein (1994), nilai *alpha* di atas 0.70 menandakan reliabilitas tinggi, sehingga kedua instrumen tersebut dapat dipercaya untuk mengukur konstruk yang dimaksud. Uji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan bahwa skala persepsi terdapat 1 item yang tidak valid dan dieliminasi serta pada skala kecemasan juga terdapat 2 item tidak valid dan dieliminasi karena memiliki nilai *r* hitung yang lebih besar dari *r* tabel 0.361. Hal ini menunjukkan bahwa item tersebut tidak selaras secara konseptual dengan konstruk yang diukur oleh item-item lain dalam skala persepsi. Sehingga, total item yang digunakan dalam penelitian ini untuk skala persepsi adalah 17 item dan untuk skala kecemasan adalah 18 item.

### **Hasil**

Tabel 1. Distribusi frekuensi partisipan (n=304)

Kategori	Frekuensi	Presentase
<b>Usia</b>		
18-25 tahun	275	90.5%
26-33 tahun	22	7.20%
34-40 tahun	7	2.30%
<b>Total</b>	<b>304</b>	<b>100%</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	242	79.6%
Laki-laki	62	20.4%
<b>Total</b>	<b>304</b>	<b>100%</b>
<b>Tingkat pendidikan terakhir</b>		
SMA/SMK	180	59.2%
S1/D4	112	36.8%

Kategori	Frekuensi	Presentase
S2	2	0.66%
S3	1	0.33%
Lainnya		
<b>Total</b>	<b>304</b>	<b>100%</b>
Pekerjaan		
Bekerja	77	25.3%
Mahasiswa	210	69.1%
Tidak bekerja	17	5.60%
<b>Total</b>	<b>304</b>	<b>100%</b>
Status perkawinan		
Menikah	22	7.20%
Belum menikah	280	92.1%
Bercerai	2	0,70%
<b>Total</b>	<b>330</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1 menyajikan karakteristik 304 partisipan yang menjadi sumber data penelitian ini. Dari segi usia, mayoritas partisipan berada pada kelompok 18-25 tahun, dengan rincian 275 partisipan (90.5%), untuk partisipan dengan kelompok usia 26-33 tahun sebanyak 22 partisipan (7.2%), kelompok berusia 34-40 tahun sebanyak 7 partisipan(2.3%). Sebagian besar partisipan berjenis kelamin perempuan sebanyak 242 partisipan (79.6%), sedangkan laki-laki sebanyak 62 partisipan (20.4%). Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, persebarannya SMA/SMK sebanyak 180 (59.2%), S1 sebanyak 112 partisipan (36.8%), S2 sebanyak 2 partisipan (0.6%), S3 sebanyak 1 partisipan (0.3%), dan lainnya sebanyak 9 partisipan (2.96%). Untuk pekerjaan persebarannya ada partisipan yang bekerja sebanyak 77 partisipan (25.3%), mahasiswa sebanyak 210 partisipan (69.1%), dan tidak bekerja sebanyak 17 partisipan (5.6%). Selain itu, untuk sebaran data terkait dengan status perkawinan ini sebarannya ada partisipan yang menikah sebanyak 22 partisipan (7.2%), belum menikah sebanyak 280 partisipan (92.1%), dan bercerai sebanyak 2 partisipan (0.70%). Karakteristik ini mencerminkan distribusi yang seimbang antara usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan terakhir, pekerjaan, dan status perkawinan di antara partisipan penelitian.

Tabel 2. Analisis Deskriptif

	Persepsi	Kecemasan
<b>Mean</b>	46.09	48.44
<b>Median</b>	46.05	48.00
<b>Standar Deviasi</b>	10.41	5.72
<b>Minimum</b>	17	33
<b>Maksimal</b>	68	66
<b>Rentang</b>	51	33

Berdasarkan hasil statistik deskriptif yang disajikan pada tabel, data yang didapat dari 304 partisipan menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada variabel persepsi sebesar 40,09,

sedangkan nilai rata-rata variabel kecemasan mencapai 48.44. Variabel persepsi memiliki nilai simpangan baku sebesar 46.05, sementara variabel kecemasan memiliki simpangan baku sebesar 48.00. Skor terendah pada variabel persepsi tercatat sebesar 17 dan pada variabel kecemasan sebesar 33, sedangkan skor tertinggi masing-masing variabel adalah 68 untuk persepsi dan 66 untuk kecemasan. Rentang skor yang diperoleh menunjukkan nilai sebesar 51 pada variabel persepsi dan 33 pada variabel kecemasan. Berdasarkan temuan statistik deskriptif tersebut, data penelitian selanjutnya memungkinkan untuk dikelompokkan ke dalam kategori tertentu pada masing-masing variabel. Proses pengkategorian dilakukan dengan mengacu pada pedoman yang dikemukakan oleh Azwar (2015), yang bertujuan untuk mengklasifikasikan individu ke dalam tingkat-tingkat tertentu secara sistematis sesuai dengan kontinum variabel yang diukur. Dalam penelitian ini, variabel persepsi diklasifikasikan ke dalam dua kategori, yaitu persepsi positif dan persepsi negatif, sedangkan variabel kecemasan dibagi ke dalam empat kategori tingkat, meliputi normal, ringan, sedang, dan berat.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Persepsi

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Positif	$\geq 46.09$	146	48%
Negatif	$< 46.09$	158	52%
<b>Total</b>		304	100%

Berdasarkan data yang ditampilkan pada tabel tersebut, diketahui bahwa sebanyak 146 partisipan atau 48% memiliki persepsi positif terhadap program MBG, sedangkan 158 partisipan atau 52% menunjukkan persepsi negatif. Selanjutnya, pembagian kategorisasi tingkat kecemasan partisipan disajikan pada tabel berikut.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Kecemasan

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Normal	20 – 29	22	7%
Ringan	30 – 39	81	27%
Sedang	40 – 49	121	40%
Berat	50 - 80	80	26%
<b>Total</b>		304	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa sebagian kecil partisipan berada pada kategori kecemasan normal sebanyak 22 orang (7%). Selanjutnya, sebanyak 81 partisipan (27%) termasuk dalam kategori kecemasan ringan, sementara kelompok terbesar berada pada tingkat kecemasan sedang dengan jumlah 121 partisipan (40%). Adapun partisipan yang mengalami kecemasan berat tercatat sebanyak 80 orang (26%).

Tabel 5. Uji Normalitas

	<b>Persepsi</b>	<b>Kecemasan</b>
<b>Statistik</b>	0.053	0.073
<b>Signifikansi (p)</b>	0.352	0.080
<b>Kesimpulan</b>	Normal	Normal

Hasil uji asumsi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa data pada variabel yang diteliti memiliki distribusi yang normal. Berdasarkan uji normalitas Kolmogorov–Smirnov, nilai signifikansi (*p*) pada variabel persepsi maupun kecemasan berada di atas 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut telah memenuhi asumsi normalitas distribusi data.

Tabel 6. Uji Linearitas

<b>Hubungan Variabel</b>	<b>F-Value</b>	<b>Signifikansi</b>
Persepsi - Kecemasan	21.526	<0.001

Uji asumsi linearitas sebagaimana ditunjukkan pada tabel di atas menghasilkan nilai F sebesar 21.526 dengan tingkat signifikansi *p* < 0.001. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0.05 menunjukkan bahwa hubungan antara variabel Persepsi dan variabel Kecemasan bersifat linear secara signifikan. Dengan demikian, data penelitian ini telah memenuhi salah satu prasyarat utama analisis parametrik, sehingga layak untuk dianalisis menggunakan korelasi *Pearson*.

Tabel 7. Uji Pearson Product Momen

<b>Pearson Correlation</b>	<b>Signifikansi</b>	<b>R Square (R)</b>
0.258	< 0.001	0.067

Hasil pengujian statistik menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh berada di bawah 0.001, sehingga karena nilai *p* < 0.05 dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara persepsi dan tingkat kecemasan. Koefisien korelasi sebesar 0.258 mengindikasikan bahwa derajat hubungan antara kedua variabel tergolong lemah, yang menandakan bahwa meskipun persepsi berkaitan dengan kecemasan, variabel tersebut bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi munculnya kecemasan. Lebih lanjut, nilai koefisien determinasi sebesar 0.067 menunjukkan bahwa persepsi hanya mampu menjelaskan sekitar 6.7% variasi kecemasan, sedangkan 93.3% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam ruang lingkup penelitian ini.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi masyarakat dengan kecemasan terhadap program makan bergizi gratis. Hasil analisis korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan adanya hubungan yang bersifat positif dan signifikan antara persepsi masyarakat dan tingkat kecemasan terhadap implementasi program MBG. Nilai koefisien korelasi sebesar 0.258 mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif dapat diterima, meskipun

kekuatan hubungan yang ditemukan berada pada kategori rendah. Temuan ini menegaskan bahwa persepsi memiliki keterkaitan yang bermakna dengan kecemasan, namun bukan menjadi satu-satunya faktor yang menentukan kondisi psikologis partisipan.

Distribusi persepsi partisipan menunjukkan adanya perbedaan pandangan yang relatif seimbang antara kelompok yang mendukung dan yang bersikap kritis terhadap program MBG (Sugiharto dkk., 2025). Sebanyak 146 partisipan atau sekitar 48% memiliki persepsi positif yang tercermin dari pemahaman kognitif, dukungan afektif, serta keyakinan konatif terhadap manfaat program (Waligito, 2004). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian masyarakat memandang program MBG sebagai kebijakan yang relevan dalam menjawab persoalan gizi dan kesehatan publik (Pancani & Ningsih, 2025). Sebaliknya, sebanyak 158 partisipan atau sekitar 52% menunjukkan persepsi negatif terhadap program MBG (Sugiharto dkk., 2025). Kelompok ini cenderung bersikap kurang mendukung dan menunjukkan keterbatasan pemahaman terhadap manfaat program akibat berbagai persoalan implementasi di lapangan (Purnama Sari dkk., 2023). Isu keamanan pangan dan laporan kasus keracunan menjadi faktor penting yang memicu keraguan serta sikap skeptis terhadap keberlanjutan program (Maulia dkk., 2025).

Pada kelompok dengan persepsi positif, kecemasan dapat muncul sebagai konsekuensi dari ekspektasi yang tinggi terhadap keberhasilan kebijakan (Jaltuszewska dkk., 2024). Ketika implementasi program dihadapkan pada ketidakpastian atau kendala teknis, ketidaksesuaian antara harapan dan realitas memicu ketegangan emosional (Sugiharto dkk., 2025). Temuan ini memperkuat pandangan bahwa persepsi yang kuat terhadap kebijakan publik tidak selalu bersifat protektif terhadap kecemasan (Hardarson dkk., 2025). Sementara itu, pada kelompok dengan persepsi negatif, kecemasan lebih dominan dipicu oleh kekhawatiran terhadap risiko dan potensi kerugian program (Purana Adel dkk., 2021). Persepsi sebagai konstruksi psikologis subjektif memengaruhi cara individu menafsirkan realitas kebijakan publik (Qu dkk., 2018). Ketidakjelasan informasi, pengalaman negatif sebelumnya, serta ketidakpastian efektivitas kebijakan berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kecemasan (Aurelia dkk., 2025; Spielberger dkk., 1983).

Implementasi kebijakan sosial seperti MBG tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga membawa implikasi psikologis dan emosional bagi masyarakat (Pancani & Ningsih, 2025). Teori kebijakan publik menjelaskan bahwa persepsi masyarakat merupakan determinan utama dalam penerimaan atau penolakan kebijakan (Arning dkk., 2020). Persepsi tersebut membentuk cara individu menilai manfaat, risiko, dan legitimasi suatu program sosial (Arning dkk., 2020). Dalam konteks MBG, persepsi positif terhadap manfaat gizi dan nilai edukatif program dapat membentuk ekspektasi yang tinggi di kalangan masyarakat (Sugiharto dkk., 2025). Ketika kualitas makanan, konsistensi distribusi, atau transparansi informasi tidak sesuai dengan ekspektasi tersebut, respon emosional berupa kecemasan cenderung meningkat. Ketidaksesuaian antara harapan dan pengalaman nyata menjadi pemicu psikologis yang penting dalam menjelaskan dinamika kecemasan masyarakat (Hardarson dkk., 2025).

Penelitian kualitatif sebelumnya menunjukkan bahwa persepsi positif terhadap MBG berkaitan dengan keyakinan terhadap manfaat pendidikan, gizi dan kesehatan anak (Khatimah dkk., 2025). Namun, kendala teknis seperti kurangnya pelatihan dan integrasi program dilaporkan berkontribusi terhadap kekhawatiran stakeholder (Manurung dkk., 2025). Selain itu, insiden keracunan dalam pelaksanaan MBG memperkuat kecemasan masyarakat meskipun tujuan program dipandang baik secara normatif (Maulia dkk., 2025). Secara teoritis, hubungan antara persepsi dan kecemasan dapat dijelaskan melalui kerangka psikososial yang menekankan persepsi ancaman dan manfaat sebagai pemicu respons emosional (Hardarson dkk., 2025). Persepsi negatif tidak hanya mencerminkan sikap penolakan, tetapi juga mengandung

kekhawatiran terhadap standar kualitas dan ketidakpastian efektivitas kebijakan (Solihin dkk., 2025). Ekspresi persepsi negatif di ruang digital turut berkaitan dengan meningkatnya kecemasan kolektif serta menurunnya legitimasi kebijakan publik (Solihin dkk., 2025).

Hasil koefisien determinasi menunjukkan bahwa persepsi hanya menjelaskan sekitar 6.7% variasi kecemasan masyarakat, sehingga faktor lain turut berperan secara signifikan. Faktor seperti pengalaman masa lalu, sumber informasi, tingkat pendidikan, dan kondisi sosioekonomi dapat memperkuat atau memperlemah kecemasan individu (Sarafino & Smith, 2020). Dominasi partisipan pada usia 18-25 tahun khususnya mahasiswa yang sensitif terhadap isu kebijakan publik turut menjelaskan kompleksitas hubungan positif antara persepsi dan kecemasan terhadap MBG (Arnett, 2023).

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi masyarakat dengan kecemasan terhadap implementasi program Makan Bergizi Gratis. Hasil analisis korelasi menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan lemah, yang mengindikasikan bahwa persepsi negatif maupun positif masyarakat terhadap program MBG, maka akan dapat memunculkan kecemasan pada masyarakat itu sendiri, meskipun kecemasan tersebut tidak sepenuhnya ditentukan oleh persepsi semata.

Secara deskriptif, partisipan terbagi memiliki persepsi positif dan negatif, sementara tingkat kecemasan didominasi oleh kategori ringan hingga berat, yang mencerminkan adanya kekhawatiran psikologis nyata di tengah masyarakat terhadap pelaksanaan program tersebut. Dengan demikian, melalui temuan ini menegaskan bahwa persepsi berperan sebagai salah satu faktor psikologis yang berkontribusi terhadap munculnya kecemasan, namun masih terdapat faktor lain di luar penelitian yang memengaruhi kecemasan masyarakat.

## Saran

Melalui penelitian ini, terdapat saran teoritis untuk penelitian selanjutnya dapat menambahkan menggunakan menerapkan variabel desain metode psikososial longitudinal, campuran lain, dan untuk memperdalam pemahaman persepsi dan kecemasan masyarakat. Sedangkan, untuk saran praktis, pemerintah perlu memperkuat transparansi dan komunikasi publik. Selain itu, pemerintah perlu lebih aktif mengendalikan dan meluruskan informasi di media digital melalui penyampaian informasi resmi yang cepat, jelas, dan terpercaya guna mencegah hoaks dan misinformasi yang dapat memperburuk persepsi serta meningkatkan kecemasan masyarakat terhadap program. Sementara masyarakat diharapkan meningkatkan literasi dan bersikap kritis terhadap sumber berita agar persepsi yang terbentuk lebih objektif dan kecemasan dapat dikelola secara adaptif.

## Daftar Pustaka

- Arnett, J. J. (2023). *Emerging Adulthood*. Oxford University Press.  
<https://doi.org/10.1093/oso/9780197695937.001.0001>
- Arning, K., Offermann-van Heek, J., Sternberg, A., Bardow, A., & Ziefle, M. (2020). Risk-benefit perceptions and public acceptance of Carbon Capture and Utilization. *Environmental Innovation and Societal Transitions*, 35, 292–308.  
<https://doi.org/10.1016/j.eist.2019.05.003>

- Aurelia, R., Jati, S. N., & Kur, N. (2025). *Pengaruh Quarter Life Crisis Terhadap Kecemasan Pada Fresh Graduate di Kota Pontianak*. 19(2), 162–174.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G\*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175–191. <https://doi.org/10.3758/BF03193146>
- Hardarson, J. P., Guðmundsdóttir, B., Jonsson, G. S., Johannesson, B. M., Thorarinsdóttir, K., Tomasson, G., Holmes, E. A., Hauksdóttir, A., Valdimarsdóttir, U., Asmundson, G., & Bjornsson, A. S. (2025). Association of social and life threats with symptoms of posttraumatic stress disorder and social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 110, 102981. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2025.102981>
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Erlangga, Ed.).
- Jaltuszewska, S., Chojnacka-Szawłowska, G., Majkowicz, M., Zdonczyk, S., Homenda, W., & Hebel, K. (2024). Illness Perception and the Severity of Depression and Anxiety Symptoms in Patients with Multimorbidity: Observational Cohort Studies. *Journal of Clinical Medicine*, 13(1). <https://doi.org/10.3390/jcm13010069>
- Khatimah, A. W. N., Kamaruddin, S. A., & Awaru, A. O. T. (2025). Rasionalisme Dalam Kebijakan Publik: Analisis Dampak Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Kesejahteraan Pelajar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(4), 1969–1976. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.815>
- Lina, N., Novianti, S., Gustaman, R. A., & Rohmania, D. (2024). The Relationship between Food Diversity and Development of Stunted Toddlers in Cisayong District, Tasikmalaya Regency, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 8(4), 593–601. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i4.2024.593-601>
- Manurung, O. S., Keliat, B. A., Hargiana, G., & Putri, Y. S. E. (2025). Efektivitas Stress Management dan Low Intensity Psychological Intervention terhadap Kecemasan dan Depresi Perawat: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Ners*, 9(2), 3072–3078. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.42590>
- Maulia, S. P., Sahra, L. P., Fitriani, A., & Kurnia, R. (2025). Dampak Kasus Keracunan dalam Program Makan Bergizi Gratis terhadap Kesehatan dan Kualitas Pembelajaran Siswa. *Jurnal Basicedu*, 9(6), 1850–1855. <https://journal.uji.ac.id/ajie/article/view/971>
- Muqaramma, R.-, Razak, A., & Hamid, H. (2022). Fenomena Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Era Disrupsi 4.0. *Sultra Educational Journal*, 2(1), 28–33. <https://doi.org/10.54297/seduj.v2i1.222>
- Pancani, P. C. T., & Ningsih, N. (2025). a Comprehensive Study on MbG (Makan Bergizi Gratis) in the Prabowo-Gibran Cabinet: Evaluating the Psychological and Health Impacts of the Policy on Underserved Communities. *Jurnal Ilmu Psikologi*

dan Kesehatan (SIKONTAN), 3(4), 177–186.  
<https://doi.org/10.47353/sikontan.v3i4.2783>

Pratiwi, C. J., & Ningsih, A. D. (2022). Instrumen State-Trait Anxiety Inventory–Trait (STAI-T) Mengukur Kecemasan Pada Pasien Kemoterapi. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 2, 827–837.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33024/mahesa.v2i4.7641>

Purana Adel, I. A., Utomo, H. B., Setiyowati, N., & Hidayat, E. (2021). PENGARUH PERSEPSI RISIKO DAN DUKUNGAN PSIKOSOSIAL TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN KECEMASAN PASIEN PENYAKIT KRONIS. *JURNAL NERS*, 9(3), 4015–4023.

Purnama Sari, K. I., Muthoharoh, S., & Widiyawati, R. (2023). KECEMASAN AKADEMIK MAHASISWA KEBIDANAN; LITERATURE REVIEW. *JURNAL PENGEMBANGAN ILMU DAN PRAKTIK KESEHATAN*, 2(3).  
[http://repository.radenintan.ac.id/11375/1/PERPUS\\_PUSAT.pdf](http://repository.radenintan.ac.id/11375/1/PERPUS_PUSAT.pdf)  
<http://business-law.binus.ac.id/2015/10/08/pariwisata-syariah/>  
<https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>  
<https://journal.uir.ac.id/index.php/kiat/article/view/8839>

Qomarrullah, R., Suratni, S., Wulandari S, L., & Sawir, M. (2025). Dampak Jangka Panjang Program Makan Bergizi Gratis terhadap Kesehatan dan Keberlanjutan Pendidikan. *Indonesian Journal of Intellectual Publication*, 5(2), 130–137.  
<https://doi.org/10.51577/ijipublication.v5i2.660>

Qu, Z., Lu, Y., Jiang, Z., Bassett, E., & Tan, T. (2018). A psychological approach to “public perception” of land-use planning: A case study of Jiangsu Province, China. *Sustainability (Switzerland)*, 10(9), 1–20. <https://doi.org/10.3390/su10093056>

Rachmawati, R. (2016). PERSEPSI MASYARAKAT TERHADAP KEBIJAKAN PENGENAAN SANKSI BIAYA PAKSA TERKAIT PENATAAN PKL DI KASAWAN KEPATIHAN KOTA BANDUNG. *Journal of Politic and Government Studies*, 5(2), 281–290.

Sarafino, E., & Smith, T. W. (2020). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (9 ed.). Wiley.

Setiyawati, M. E., Ardhiyanti, L. P., Hamid, E. N., Ayu, N., Muliarta, T., Raihanah, Y. J., Pembangunan, U., & Veteran, N. (2022). Studi Literatur : Keadaan Dan Penanganan Stunting Di Indonesia. *Jurnal Sosial dan Humaniora Universitas Persada Indonesia*, 8(2), 179–186. <https://ojs.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/3113>

Solihin, O., Widiono, S., & Evanne, L. (2025). Komunikasi Kesehatan Dalam Isu Kebijakan Publik: Analisis Tayangan Youtube 'Polemik Aturan BPJS 2025. *Jurnal Agregasi : Jurnal Aksi Reformasi Government Dalam Demokrasi*, 13(2), 164–180.  
<https://doi.org/10.34010/agregasi.v13i2.16030>

- Spielberger, C. D., Gorsuch, R., Lushene, R. E., Vagg, P., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y1 – Y2)*. CA:Consulting Psychologists Press.
- Sugiharto, M., Rahma, R. A., & Hadithya, R. (2025). MODEL KONSEPTUAL PENGUATAN PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS MELALUI KUALITAS PELAYANAN, INFORMASI, DAN KEPERCAYAAN PUBLIK. *Jurnal Sosial Terapan*, 3(2), 11–12. <https://doi.org/10.29244/v4gxtg18>
- Sugiyono. (2020). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF KUALITATIF DAN R&D*. Alfabeta.
- Taylor, Shelley. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial*. Kencana Prenada Media Group.
- Trikarinaputri, E. (2025). *JPPI: Korban Keracunan MBG hingga 12 Oktober Capai 11 Ribu Orang*. TEMPO. <https://www.tempo.co/politik/jppi-korban-keracunan-mbg-hingga-12-oktober-capai-11-ribu-orang-2078963>
- Wahyudi, F., Widuatie, R. E., Ramadhani, A., Dermawan, Moch. D., Pratama, A. F., & Lestari, I. (2025). Program Makan Bergizi Gratis Dalam Perspektif Etika Politik. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 4(5), 554–559. <https://doi.org/10.58812/jmws.v4i5.2210>
- Walgitto, B. (2004). Pengantar Psikologi Umum. Dalam *CV. Andi Offset*. Andi Offset.
- Widiyana, E. (2025). *Separuh Anggaran Pendidikan untuk MBG, Pakar Soroti Kesejahteraan Guru*. detikJatim. <https://www.detik.com/jatim/berita/d-8079052/separuh-anggaran-pendidikan-untuk-mbg-pakar-soroti-kesejahteraan-guru>
- Yudi, A. L. (2025). *Apa Peruntukan Dana Rp 335 Triliun Makan Bergizi Gratis?* TEMPO. <https://www.tempo.co/ekonomi/apa-peruntukan-dana-rp-335-triliun-makan-bergizi-gratis--2060668>