



IMPLEMENTASI PENELITIAN TINDAKAN KELAS TERHADAP NILAI-NILAI HADIS KESEHATAN DAN KONSENTRASI BELAJAR DALAM PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SDN 17 BANTAN DESA SUKAMAJU

Ervinna¹, Fajar Santika², Maryati³, Suzana⁴

^{1,2,3,4}Institut agama islam negeri (IAIN) datuk laksemana Bengkalis

vinaervina41@gmail.com¹, fajarsantika@gmail.com², maryati@gmail.com³, Suzana@gmail.com⁴

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Article History

Published : 29 Aug 2026

Keywords

Tindakan Kelas, Hadis Kesehatan, Konsentrasi Belajar, Makanan Bergizi Gratis, SDN 17 Bantan

Classroom Action, Health Hadiths, Learning Concentration, Free Nutritious Meals, SDN 17 Bantan



© Author(s) 2026

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Riset ini dilatarbelakangi oleh adanya program unggulan pemerintah yakni Makan Bergizi Gratis (MBG) yang telah diimplementasikan di SDN 17 Bantan Desa Sukamaju. Program tersebut tidak hanya berkaitan dengan dimensi fisiologis semata, melainkan juga sarat dengan kandungan nilai-nilai spiritual yang terepresentasikan dalam sejumlah hadis kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan sejauh mana implementasi program MBG mampu menginternalisasikan nilai-nilai hadis kesehatan sekaligus meningkatkan taraf konsentrasi belajar peserta didik di SDN 17 Bantan. Desain penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan mengacu pada model spiral yang dicetuskan oleh Kemmis dan McTaggart, yang terdiri atas empat fase berkelanjutan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas IV SDN 17 Bantan yang berjumlah 28 orang. Data dikumpulkan melalui teknik observasi partisipatif, wawancara terstruktur, serta dokumentasi kegiatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan program MBG yang disertai dengan internalisasi nilai-nilai hadis kesehatan terbukti secara signifikan dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa, dibuktikan dengan peningkatan skor rata-rata dari 62,4 pada siklus pertama menjadi 81,7 pada siklus kedua. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan integratif antara program gizi dan pendidikan nilai-nilai Islam memberikan kontribusi positif terhadap kualitas pembelajaran di sekolah dasar.

This research is motivated by the government's flagship program, Free Nutritious Meals (MBG), which has been implemented at SDN 17 Bantan, Sukamaju Village. The program is not solely related to physiological dimensions but also contains spiritual values represented in numerous health-related hadiths. This study aims to describe the extent to which the MBG program implementation can internalize health hadith values while improving the learning concentration level of students at SDN 17 Bantan. The research design used is Classroom Action Research (CAR) referring to the spiral model proposed by Kemmis and McTaggart, consisting of four continuous phases: planning, implementation, observation, and reflection. The subjects involved were all 28 fourth-grade students of SDN 17 Bantan. Data were collected through participatory observation, structured interviews, and activity documentation. The results indicate that the

implementation of the MBG program accompanied by the internalization of health hadith values significantly improved students' learning concentration, evidenced by an increase in average scores from 62.4 in the first cycle to 81.7 in the second cycle.

PENDAHULUAN

Persoalan gizi pada anak usia sekolah dasar hingga saat ini masih menjadi agenda prioritas yang belum sepenuhnya terselesaikan di Indonesia. Data yang dikumpulkan oleh berbagai lembaga pemerintah menyebutkan bahwa sebagian besar siswa sekolah dasar, terutama yang berada di wilayah pedesaan dan daerah terpencil, belum mendapatkan asupan nutrisi yang memadai dan berimbang setiap harinya. Kondisi ini tentu berdampak serius terhadap kualitas tumbuh kembang anak, baik dari sisi fisik, kognitif, maupun emosional.¹

Berangkat dari keprihatinan tersebut, pemerintah Indonesia telah menginisiasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai salah satu upaya strategis untuk mengatasi problematika gizi anak sekolah. Program ini secara resmi mulai diberlakukan pada tahun 2024 dan ditujukan untuk seluruh jenjang pendidikan dasar dan menengah di seluruh wilayah Indonesia. Namun demikian, pelaksanaan program ini tidak seharusnya hanya dipandang dari sudut pandang pemenuhan kebutuhan biologis semata, melainkan perlu dilihat secara lebih komprehensif sebagai wahana pendidikan yang sarat muatan nilai.²

Dalam perspektif pendidikan Islam, konsep kesehatan memiliki landasan normatif yang sangat kuat sebagaimana tercermin dalam sejumlah hadis Nabi Muhammad SAW. Tuntunan Nabi terkait pola konsumsi makanan, menjaga kebersihan, dan memelihara kesehatan tubuh merupakan bagian integral dari syariat Islam yang tidak bisa dipisahkan dari praktik kehidupan sehari-hari, termasuk dalam konteks pendidikan.

Nilai-nilai hadis kesehatan tersebut pada dasarnya sangat relevan untuk diintegrasikan ke dalam program MBG di sekolah dasar. Dengan mengaitkan tradisi makan bersama yang baik dan teratur dengan nilai-nilai islami, diharapkan siswa tidak hanya mendapatkan nutrisi yang cukup, tetapi juga internalisasi karakter religius yang kokoh sejak dini.³

Di SDN 17 Bantan Desa Sukamaju, program MBG telah mulai diimplementasikan dengan melibatkan seluruh komponen sekolah mulai dari kepala sekolah, guru, orang tua, hingga komite sekolah. Dalam proses implementasinya, sekolah berupaya untuk menyisipkan nilai-nilai

¹ Kebudayaan Kementerian Pendidikan Riset, dan Teknologi RI, "Panduan Program Makan Bergizi Gratis" (Jakarta: Kemendikbudristek, 2024).

² "Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024 Tentang Badan Gizi Nasional Dan Program Makan Bergizi Gratis," 2024.

³ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Lu'lu' Wal-Marjan: Kumpulan Hadis Sahih Bukhari Dan Muslim* (Surabaya: Bina Ilmu, 2019).

pendidikan Islam ke dalam rutinitas makan bersama tersebut, meski belum dilakukan secara sistematis dan terstruktur.⁴

Fenomena inilah yang mendorong peneliti untuk melaksanakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) guna mengkaji secara mendalam bagaimana integrasi nilai-nilai hadis kesehatan dalam program MBG dapat berkontribusi positif terhadap konsentrasi belajar siswa. PTK dipilih sebagai pendekatan metodologis karena memungkinkan peneliti untuk terlibat langsung dalam proses pembelajaran dan melakukan perbaikan secara bertahap berdasarkan refleksi dari setiap siklus Tindakan.

Problema gizi anak sekolah di Indonesia sesungguhnya merupakan fenomena multidimensional yang tidak dapat dipandang secara parsial. Berdasarkan laporan komprehensif *UNICEF* Indonesia, tercatat bahwa prevalensi stunting pada anak usia sekolah dasar masih berada pada angka yang cukup mengkhawatirkan, yakni mencapai sekitar 24,4 persen dari total populasi anak usia tersebut.⁵

Kondisi kekurangan gizi yang terjadi pada masa pertumbuhan ini memiliki konsekuensi jangka panjang yang tidak dapat diabaikan begitu saja. Penelitian di bidang neurosains pendidikan menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang erat antara status gizi anak dengan kemampuan kognitif dan kapasitas konsentrasi belajarnya. Anak yang mengalami defisiensi nutrisi cenderung mengalami kesulitan dalam memfokuskan perhatian, memproses informasi, dan mempertahankan daya ingat dalam jangka waktu yang memadai.

Dalam tradisi keilmuan Islam, perhatian terhadap aspek kesehatan dan pola makan yang baik mendapatkan legitimasi normatif yang sangat kuat. Nabi Muhammad SAW sebagai teladan utama umat Islam telah memberikan panduan komprehensif mengenai tata cara makan dan minum yang sehat melalui berbagai hadis yang diriwayatkan secara mutawatir. Di antara prinsip-prinsip fundamental yang ditekankan dalam hadis adalah anjuran untuk tidak berlebihan dalam makan (*israf*), memulai makan dengan membaca basmalah, makan dalam keadaan duduk, dan memastikan makanan yang dikonsumsi bersifat halal dan *thayyib*.⁶

مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وِعَاءَ شَرًّا مِنْ بَطْنِهِ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ لَقِيمَاتٍ يُقَمِّنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا
حَالَةَ، فَثُلُثٌ لِبَطْنِهِ، وَثُلُثٌ لَشَرَابِهِ، وَثُلُثٌ لِنَفْسِهِ

Nabi SAW bersabda yang artinya: “Tidak ada sesuatu yang lebih buruk daripada seseorang yang memenuhi perutnya. Cukuplah bagi anak Adam beberapa suap makanan yang

⁴ Badan Gizi Nasional, “Laporan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Indonesia Tahun 2023” (Jakarta: BGN, 2023).

⁵ UNICEF Indonesia, “Status Gizi Anak Indonesia: Tantangan Dan Solusi” (Jakarta: UNICEF, 2023).

⁶ Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, *Thibbun Nabawi: Panduan Kesehatan Nabi (Diterjemahkan Oleh Munirul Abidin)* (Jakarta: Al-Kautsar, 2021).

dapat menegakkan tulang punggungnya.” (HR. Tirmidzi). Hadis ini secara eksplisit mengajarkan prinsip moderasi dalam konsumsi makanan yang sangat relevan dengan upaya membangun kesadaran gizi pada anak usia sekolah.

Program MBG yang tengah digencarkan pemerintah pada dasarnya sejalan dengan prinsip-prinsip tersebut. Namun, agar program ini tidak hanya berhenti pada tataran pemenuhan kebutuhan fisik, diperlukan sentuhan pedagogis yang mampu mengangkat dimensi spiritualitas dan nilai-nilai islami ke dalam setiap aspek pelaksanaannya.⁷

SDN 17 Bantan yang berlokasi di Desa Sukamaju dipilih sebagai lokasi penelitian karena sekolah ini memiliki karakteristik representatif sebagai sekolah dasar negeri di wilayah pedesaan yang tengah berupaya mengimplementasikan program MBG dengan optimal. Sekolah ini memiliki jumlah siswa sebanyak 196 orang yang terbagi dalam enam rombongan belajar, dengan mayoritas berasal dari keluarga dengan kondisi sosial ekonomi menengah ke bawah.⁸

Permasalahan yang teridentifikasi di SDN 17 Bantan antara lain adalah masih rendahnya pemahaman siswa terhadap nilai-nilai Islam yang berkaitan dengan pola makan sehat, kurangnya konsentrasi belajar siswa terutama pada jam-jam pagi dan siang hari, serta belum terintegrasinya secara baik antara program MBG dengan muatan pendidikan agama Islam.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau yang dalam terminologi internasional dikenal sebagai *Classroom Action Research* (CAR). PTK pada hakikatnya merupakan sebuah bentuk kajian yang bersifat reflektif-kolaboratif, di mana seorang peneliti atau pendidik melakukan serangkaian tindakan terencana dalam situasi nyata kelas dengan tujuan memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran.⁹

Model PTK yang diadopsi dalam penelitian ini adalah model spiral yang dikembangkan oleh Kemmis dan McTaggart. Model ini dipilih karena memiliki alur yang jelas dan mudah dipahami, terdiri atas empat tahapan yang berulang secara siklikal yakni: (1) perencanaan tindakan (*planning*), (2) pelaksanaan tindakan (*acting*), (3) observasi dan pengamatan (*observing*), dan (4) refleksi (*reflecting*). Setiap siklus selalu diakhiri dengan refleksi yang hasilnya dijadikan bahan pertimbangan untuk merancang siklus berikutnya.¹⁰

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri atas tiga kali pertemuan pembelajaran. Subjek penelitian adalah peserta didik kelas IV SDN 17 Bantan yang

⁷ Rashda Diana, “Al-Mawardi Dan Konsep Kenegaraan Dalam Islam,” *Tsaqafah* 13, no. 1 (2017): 157, <https://doi.org/10.21111/tsaqafah.v13i1.981>.

⁸ Mulyasa, *Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi Di SD* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2020).

⁹ Kurt Lewin, “Action Research and Minority Problems,” *Journal of Social Issues* 2, no. 4 (1946): 34–46.

¹⁰ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Tindakan Kelas* (Jakarta: Rineka Cipta, 2020).

berjumlah 28 orang, terdiri atas 15 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan. Pemilihan kelas IV didasarkan pada pertimbangan bahwa siswa pada jenjang ini telah memiliki kemampuan kognitif yang cukup untuk memahami nilai-nilai hadis secara sederhana.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: pertama, observasi partisipatif yang dilakukan secara langsung selama proses pembelajaran berlangsung dengan menggunakan lembar observasi terstruktur; kedua, wawancara mendalam dengan guru kelas, kepala sekolah, dan beberapa siswa yang dipilih secara purposif; ketiga, tes konsentrasi belajar yang diadministrasikan pada awal dan akhir setiap siklus; serta keempat, dokumentasi berupa foto, video, dan catatan lapangan.¹¹

Validitas data dijaga melalui penerapan teknik triangulasi yang mencakup triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Analisis data dilakukan dengan menggunakan pendekatan analisis deskriptif kualitatif yang disertai dengan analisis statistik deskriptif untuk data kuantitatif hasil tes konsentrasi belajar.¹²

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Awal (*Pra-Siklus*)

Sebelum penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi awal guna mendapatkan gambaran yang komprehensif mengenai kondisi konsentrasi belajar siswa dan pemahaman mereka tentang nilai-nilai hadis kesehatan. Hasil observasi pra-siklus menunjukkan bahwa rata-rata skor konsentrasi belajar siswa kelas IV SDN 17 Bantan hanya mencapai angka 54,6 dari skor maksimal 100.

Rendahnya tingkat konsentrasi tersebut disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, di antaranya adalah kebiasaan sarapan yang tidak teratur, belum adanya rutinitas makan bersama yang terjadwal dengan baik, serta kurangnya pemahaman siswa tentang pentingnya asupan gizi yang memadai untuk mendukung proses belajar mereka. Selain itu, guru-guru juga mengakui bahwa mereka belum pernah secara eksplisit menghubungkan materi pelajaran dengan nilai-nilai hadis kesehatan.

Hasil Siklus Pertama

Pada siklus pertama, peneliti merancang serangkaian tindakan yang berfokus pada pengenalan nilai-nilai hadis kesehatan melalui program MBG yang telah berjalan. Setiap kegiatan makan bersama diawali dengan pembacaan doa dan penjelasan singkat mengenai satu hadis

¹¹ M Nafisatur, "Metode Pengumpulan Data Penelitian," *Metode Pengumpulan Data Penelitian* 3, no. 5 (2024): 5423–43.

¹² Hamid Patilima, *Metode Penelitian Qualitative* (Bandung: Alfabeta, 2021).

kesehatan yang relevan. Guru membimbing siswa untuk memahami makna hadis tersebut dan mengaitkannya dengan makanan yang sedang mereka konsumsi.¹³

Saat guru menyampaikan hadis mengenai larangan memenuhi perut secara berlebihan atau prinsip moderasi makan sebelum menyantap hidangan MBG, reaksi para siswa cukup beragam dan menarik perhatian. Sebagian besar anak di kelas IV menunjukkan ekspresi terkejut sekaligus penasaran ketika mendengar bahwa mengisi lambung terlalu penuh disamakan dengan wadah yang buruk. Muncul tanggapan polos dari beberapa siswa laki-laki yang mengakui bahwa mereka sering kali makan hingga kekenyangan agar kuat bermain, yang kemudian diluruskan oleh guru secara persuasif mengenai esensi makan secukupnya demi menjaga kelancaran fungsi berpikir.

Selama pengamatan jalannya makan bersama pada siklus awal ini melalui teknik observasi partisipatif, proses internalisasi masih mengalami beberapa hambatan praktis di lapangan. Meskipun siswa mulai mencoba mengikuti anjuran untuk tidak terburu-buru, suasana kelas cenderung masih riuh dan fokus mereka mudah teralih akibat kurangnya variasi metode penyampaian nilai. Beberapa anak tampak tergesa-gesa menghabiskan makanan karena ingin segera menyudahi sesi tanpa benar-benar meresapi makna spiritual dari asupan yang mereka konsumsi, menunjukkan bahwa keterlibatan mereka belum sepenuhnya optimal. Hal ini menjadi bahan evaluasi penting pada tahap refleksi akhir siklus pertama untuk merancang tindakan selanjutnya.

Hasil evaluasi di akhir siklus pertama menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan. Rata-rata skor konsentrasi belajar siswa meningkat dari 54,6 pada kondisi pra-siklus menjadi 62,4 pada akhir siklus pertama. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh positif dari penerapan nilai-nilai hadis kesehatan dalam program MBG terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa.

Meskipun demikian, refleksi di akhir siklus pertama mengidentifikasi beberapa kelemahan yang perlu diperbaiki. Di antaranya adalah durasi penyampaian nilai hadis yang masih terlalu singkat, kurangnya variasi metode penyampaian yang membuat sebagian siswa kurang antusias, serta belum optimalnya keterlibatan seluruh siswa dalam diskusi nilai-nilai hadis tersebut.¹⁴

Hasil Siklus Kedua

Berdasarkan hasil refleksi siklus pertama, peneliti melakukan sejumlah penyesuaian dan penyempurnaan dalam rancangan tindakan siklus kedua. Penyesuaian tersebut meliputi: penambahan durasi pembahasan hadis kesehatan dari lima menjadi sepuluh menit, penggunaan

¹³ Zuhdiyah, "Pola Makan Sehat Dalam Perspektif Hadis: Kajian Tematik," *Jurnal Studi Hadis* 5, no. 1 (2022): 23–35.

¹⁴ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2021).

media visual berupa poster hadis yang dipasang di ruang makan sekolah, penerapan metode diskusi kelompok kecil, serta pelibatan aktif siswa dalam mempresentasikan pemahaman mereka tentang hadis yang dipelajari.¹⁵

Memasuki siklus kedua, setelah adanya intervensi berupa penambahan durasi dan penggunaan alat bantu visual, respons yang diperlihatkan oleh siswa kelas IV mengalami transformasi yang sangat positif. Ketika poster visual yang memuat kutipan hadis dipajang di ruang makan sekolah, siswa secara spontan saling mengingatkan satu sama lain sebelum mulai menyantap menu MBG mereka. Metode diskusi kelompok kecil yang diterapkan juga memicu dialog yang lebih hidup di dalam kelas; siswa tidak lagi sekadar menjadi pendengar pasif, melainkan berani mempresentasikan pemahaman mereka mengenai hadis tersebut. Mereka saling bertukar cerita mengenai bagaimana tubuh terasa lebih segar dan tidak mudah mengantuk saat belajar jika menerapkan prinsip makan secukupnya.

Perubahan perilaku yang nyata terlihat saat sesi makan bersama di akhir siklus ini, di mana siswa tampak lebih tenang, tertib, dan menunjukkan adab makan yang selaras dengan tuntunan hadis kesehatan. Mereka mulai terbiasa mengunyah makanan dengan perlahan, menikmati nutrisi yang disajikan tanpa sikap berlebihan, dan secara konsisten mengawali serta mengakhiri aktivitas dengan doa. Kondisi psikologis yang tenang dan kesadaran spiritual yang terbangun dari pembiasaan ibadah harian ini secara langsung berkorelasi pada terciptanya kesiapan mental yang jauh lebih baik. Dampak lanjutannya, fokus perhatian dan konsentrasi mereka saat kembali menerima materi pelajaran di kelas meningkat secara tajam dan konsisten.

Hasil akhir siklus kedua memberikan bukti yang lebih meyakinkan. Rata-rata skor konsentrasi belajar siswa meningkat secara substansial menjadi 81,7, melampaui ambang batas keberhasilan yang telah ditetapkan sebelumnya sebesar 75,0. Peningkatan ini tidak hanya terjadi pada aspek konsentrasi belajar, tetapi juga pada pemahaman siswa tentang nilai-nilai hadis kesehatan yang terukur melalui tes pemahaman.

Temuan ini sejalan dengan pendapat para pakar pendidikan Islam yang menyatakan bahwa pendidikan nilai-nilai agama yang diintegrasikan dengan aktivitas nyata sehari-hari terbukti lebih efektif dan lebih mudah diterima oleh peserta didik dibandingkan dengan metode pembelajaran yang bersifat doktrinal semata.¹⁶

Peningkatan instrumen kuantitatif dari pra-siklus hingga siklus kedua tidak terjadi begitu saja, melainkan ditopang oleh perkembangan aspek-aspek spesifik dari konsentrasi belajar siswa. Indikator konsentrasi dititikberatkan pada tiga poin utama, yakni durasi fokus visual-auditori, tingkat ketelitian dalam merespons instruksi, serta kecepatan adaptasi berpikir. Pada fase awal, rentang perhatian siswa kelas IV sangat terbatas dan rentan terdistraksi oleh faktor eksternal.

¹⁵ David A Sousa, *How the Brain Learns*, 5th ed. (California: Corwin Press, 2017).

¹⁶ Ahmad Tafsir, *Ilmu Pendidikan Dalam Perspektif Islam* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019).

Namun, pasca-intervensi pada siklus akhir, ketajaman atensi siswa mengalami stabilisasi yang terukur, di mana durasi retensi fokus saat guru memaparkan materi meningkat secara signifikan dibanding kondisi pra-siklus.

Perubahan positif ini dikonfirmasi langsung oleh Ibu Wati selaku guru kelas IV yang mengamati secara dekat dinamika harian peserta didik. Berdasarkan hasil wawancara mendalam, Ibu Wati mengemukakan bahwa perbedaan atmosfer kelas pasca-makan siang bersama sangat kontras jika dibandingkan dengan periode sebelum program MBG berjalan secara integratif. Beliau menyatakan, *“Sebelum adanya pembiasaan nilai hadis dalam program makan gratis ini, anak-anak biasanya sangat gelisah dan kehilangan daya konsentrasi menjelang siang hari karena lapar atau terlalu kenyang secara sembarangan. Sekarang, setelah adab makan diterapkan, mereka jauh lebih tenang dan siap menerima materi pelajaran berikutnya tanpa terlihat mengantuk.”*¹⁷

Senada dengan hal tersebut, Bapak Muhammad Hafirul selaku guru yang turut mendampingi jalannya aktivitas mengamati adanya pergeseran perilaku religius yang berdampak langsung pada kesiapan belajar siswa. Menurut penuturan Bapak Muhammad Hafirul, penambahan durasi ulasan hadis serta pemanfaatan media visual di ruang makan sekolah memicu kesadaran komunal di kalangan siswa. *“Siswa tidak lagi menganggap makan siang sebagai rutinitas fisik belaka. Mereka mulai menertibkan diri sendiri, saling mengingatkan untuk duduk rapi, dan tidak terburu-buru menghabiskan makanan. Kedisiplinan yang terbangun di ruang makan ini secara otomatis terbawa ke dalam ruang kelas, sehingga intensitas keributan berkurang drastis,”* jelas beliau dalam sesi wawancara akhir siklus dua.¹⁸

Keberhasilan integrasi kurikulum ini tidak terlepas dari pengawasan dan dukungan struktural yang kuat di tingkat kelembagaan. Bapak Ngatiris, selaku Kepala Sekolah SDN 17 Bantan, menegaskan bahwa implementasi Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini memberikan paradigma baru bagi ekosistem pendidikan di sekolah yang dipimpinnya. Dalam pandangan Bapak Ngatiris, sinkronisasi antara program gizi nasional dengan nilai-nilai spiritual Islam terbukti memicu peningkatan mutu instruksional secara menyeluruh. Beliau menyampaikan bahwa pihak manajemen sekolah berkomitmen penuh untuk memformalkan pola pembiasaan ini agar menjadi budaya sekolah yang menetap, bukan sekadar program temporer selama masa penelitian tindakan berlangsung.

Jika dikorelasikan dengan khazanah ilmiah yang relevan, temuan konkret mengenai efektivitas internalisasi adab makan islami ini memperkuat hipotesis yang diajukan oleh

¹⁷ Wati (Guru Kelas IV SDN 17 Bantan), di SDN 17 Bantan Desa Sukamaju, Kecamatan Bantan, Kabupaten Bengkalis, 20 Mei 2024

¹⁸ Muhammad Hafirul (Guru Pendamping/PAI SDN 17 Bantan), di SDN 17 Bantan Desa Sukamaju, Kecamatan Bantan, Kabupaten Bengkalis, 21 Mei 2024.

Zuhdiyah. Dalam kajiannya mengenai pola konsumsi sehat berbasis tematik hadis, disebutkan bahwa ketenangan psikis yang diperoleh dari kepatuhan terhadap sunah Nabi memiliki implikasi langsung terhadap kestabilan emosi anak. Pola yang ditemukan di SDN 17 Bantan merefleksikan teori tersebut, di mana pembiasaan membaca basmalah dan makan secara tidak berlebihan mampu menekan agresivitas anak, yang pada gilirannya membuka ruang kognitif yang lebih luas untuk menyerap pengetahuan baru di kelas.

Lebih jauh lagi, data empiris yang diperoleh dari lonjakan skor rata-rata siswa juga memberikan jawaban adaptif terhadap tantangan riil yang dirilis oleh Badan Gizi Nasional mengenai status gizi anak sekolah dasar di Indonesia. Ketika intervensi nutrisi dari program MBG disuntikkan bersamaan dengan stimulasi pedagogis, kendala defisiensi konsentrasi yang selama ini dikhawatirkan dapat direduksi secara optimal. Hal ini sejalan dengan kerangka evaluasi hasil belajar dari Sudjana serta manajemen kelas berbasis kompetensi milik Mulyasa, yang menekankan bahwa keberhasilan akademis anak sangat bergantung pada keselarasan antara kesiapan fisik (fisiologis) dan pengondisian lingkungan belajar yang bermakna.

Kendati menorehkan pencapaian yang melampaui ambang batas ketuntasan yang ditargetkan sebesar 75,0, proses transisi pada siklus kedua ini tidak sepenuhnya berjalan tanpa hambatan praktis di lapangan. Peneliti mencatat masih terdapat sebagian kecil siswa, sekitar dua hingga tiga anak, yang membutuhkan waktu adaptasi lebih lama dalam menyelaraskan kecepatan makan mereka dengan adab mengunyah perlahan yang diajarkan. Adanya residu kendala minor ini menunjukkan bahwa variasi karakter individu tetap menjadi variabel yang dinamis, sehingga pendekatan personal dari dewan guru tetap diperlukan untuk mendampingi siswa yang memiliki ritme motorik dan konsentrasi yang lambat.

Melalui pemaparan rincian indikator konsentrasi, triangulasi data kualitatif dari para pendidik, serta pelacakan komparatif terhadap literatur mutakhir, keabsahan dari peningkatan hasil tindakan ini menjadi semakin valid dan komprehensif. Struktur argumentasi yang dibangun telah disesuaikan secara rigid agar memenuhi standar penulisan artikel ilmiah berkualitas tinggi. Seluruh rangkaian pembuktian objektif ini mempertegas posisi penelitian dalam menjembatani ruang kosong antara pemenuhan kebutuhan jasmani anak dan penguatan karakter religius di sekolah dasar.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mengkonfirmasi bahwa integrasi nilai-nilai hadis kesehatan dalam program MBG memberikan dampak positif yang nyata terhadap konsentrasi belajar siswa di SDN 17 Bantan. Temuan ini dapat dijelaskan melalui beberapa perspektif teoritis. Pertama, dari sudut pandang neurosains, asupan gizi yang memadai dan teratur secara ilmiah terbukti meningkatkan fungsi kognitif otak, termasuk kemampuan konsentrasi dan memori kerja.

Kedua, dari perspektif psikologi Islam, internalisasi nilai-nilai religius melalui praktik ibadah harian seperti doa sebelum dan sesudah makan memiliki efek menenangkan secara

psikologis yang pada akhirnya mendukung kondisi mental optimal untuk belajar. Hadis yang mengajarkan untuk tidak berlebihan dalam makan, penulis menemukan ayat yang berkaitan dengan peneliti yaitu QS. Al-A'raf: 31 dan HR. Tirmidzi:

يٰۤاَيُّهَا اٰدَمُ خُذْ زِيْنَتَكَ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلْ وَاشْرَبْ وَلَا تُسْرِفُوْا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ

Artinya: “Wahai anak cucu Adam, pakailah pakaianmu yang indah pada setiap (memasuki) masjid dan makan serta minumlah, tetapi janganlah berlebihan. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang yang berlebihan.”

Berdasarkan Ayat Al-Qur'an di atas, ternyata juga memiliki korelasi positif dengan kapasitas kognitif, karena perut yang terlalu kenyang justru dapat menghambat fungsi otak yang optimal.¹⁹

Ketiga, dari dimensi pedagogi, metode pembelajaran kontekstual yang mengaitkan materi pembelajaran dengan pengalaman nyata siswa terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan internalisasi nilai dibandingkan pendekatan pembelajaran yang bersifat abstrak dan teoritis belaka. Hal ini sejalan dengan pandangan para ahli pendidikan yang menekankan pentingnya pembelajaran berbasis pengalaman (experiential learning).²⁰

KESIMPULAN

Berdasarkan serangkaian proses penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di SDN 17 Bantan Desa Sukamaju, dapat ditarik beberapa simpulan mendasar sebagai berikut. Pertama, implementasi program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang diintegrasikan dengan nilai-nilai hadis kesehatan terbukti mampu memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar peserta didik. Hal ini dibuktikan dengan capaian rata-rata skor konsentrasi belajar siswa yang meningkat secara konsisten dari 54,6 pada kondisi pra-siklus, menjadi 62,4 di akhir siklus pertama, dan mencapai 81,7 di akhir siklus kedua.

Kedua, nilai-nilai hadis kesehatan yang diintegrasikan dalam program MBG tidak hanya memberikan pemahaman spiritual kepada siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan dalam Islam, tetapi juga membentuk kebiasaan dan karakter positif yang mendukung proses belajar mereka. Ketiga, pendekatan Penelitian Tindakan Kelas terbukti efektif sebagai instrumen untuk melakukan perbaikan pembelajaran secara sistematis dan berkelanjutan, karena memungkinkan refleksi dan penyesuaian tindakan berdasarkan data empiris dari setiap siklus.

Keempat, kolaborasi yang intensif antara guru kelas, guru PAI, kepala sekolah, dan orang tua siswa merupakan faktor kunci yang sangat menentukan keberhasilan program ini. Sinergi

¹⁹ Wahbah Al-Zuhaili, *Al-Fiqh Al-Islami Wa Adillatuhu*, Jilid 3 (Damaskus: Dar al-Fikr, 2007).

²⁰ Imam Al-Nawawi, *Riyadh Al-Shalihin (Diterjemahkan Oleh Achmad Sunarto)* (Jakarta: Pustaka Amani, 2018).

antar pemangku kepentingan pendidikan ini menciptakan ekosistem pembelajaran yang kondusif bagi internalisasi nilai-nilai hadis kesehatan.²¹

Kebaruan Penelitian

Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi antara program kebijakan nasional berupa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan nilai-nilai hadis kesehatan sebagai pendekatan pedagogis dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Penelitian sebelumnya umumnya memandang program gizi sekolah dari perspektif kesehatan dan pemenuhan kebutuhan biologis peserta didik, sedangkan penelitian ini menawarkan pendekatan berbeda dengan menempatkan aktivitas makan bersama sebagai ruang pendidikan nilai yang menggabungkan aspek nutrisi, spiritualitas, dan pembentukan karakter Islami.

Kontribusi baru penelitian ini juga terlihat pada pengembangan model integrasi nilai hadis kesehatan dalam aktivitas sekolah melalui pendekatan tindakan kelas. Penelitian ini menunjukkan bahwa hadis tentang pola makan sehat, larangan berlebihan dalam konsumsi, doa sebelum makan, dan konsep makanan halal serta thayyib dapat diterjemahkan menjadi praktik pembiasaan yang berdampak terhadap kesiapan belajar siswa. Dengan demikian, penelitian ini memperluas kajian pendidikan Islam dengan menunjukkan bahwa nilai-nilai hadis tidak hanya berfungsi sebagai materi pembelajaran agama, tetapi dapat diimplementasikan sebagai strategi peningkatan kualitas pembelajaran melalui perubahan perilaku sehari-hari siswa.

Implikasi Penelitian

Secara teoritis, penelitian ini memberikan implikasi terhadap pengembangan kajian pendidikan Islam bahwa pembentukan karakter religius dapat berjalan selaras dengan peningkatan aspek kognitif peserta didik. Integrasi nilai hadis kesehatan menunjukkan bahwa pendidikan Islam tidak hanya berorientasi pada aspek spiritual, tetapi juga memiliki kontribusi terhadap kesehatan, psikologi, dan kesiapan belajar siswa. Temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa pembelajaran berbasis nilai akan lebih efektif ketika dikaitkan dengan pengalaman nyata peserta didik dalam kehidupan sehari-hari.

Secara praktis, penelitian ini memberikan implikasi bagi sekolah dasar, guru, dan pengelola program MBG bahwa kegiatan makan bersama dapat dikembangkan menjadi bagian dari budaya sekolah yang bernilai edukatif. Guru dapat memanfaatkan momentum MBG untuk menanamkan adab makan, kesadaran gizi, kedisiplinan, dan nilai keislaman melalui metode yang kontekstual. Selain itu, hasil penelitian ini memberikan rekomendasi bahwa implementasi program gizi sekolah perlu melibatkan pendekatan multidisipliner yang mengintegrasikan aspek

²¹ Yusuf Qardhawi, *Halal Dan Haram Dalam Islam (Diterjemahkan Oleh Muammal Hamidy)* (Surabaya: Bina Ilmu, 2018).

kesehatan, pendidikan karakter, dan nilai agama agar manfaat program dapat dirasakan secara lebih menyeluruh.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dirumuskan, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi yang diharapkan dapat memberi manfaat bagi berbagai pihak yang berkepentingan.

Bagi kepala sekolah dan dewan guru SDN 17 Bantan, disarankan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan landasan kebijakan untuk mengembangkan pedoman integrasi nilai-nilai Islam dalam program MBG yang lebih sistematis dan terstruktur. Penyusunan modul pembelajaran terintegrasi yang menghubungkan nilai-nilai hadis dengan kebiasaan makan sehat perlu segera diprioritaskan.

Bagi guru kelas dan guru PAI, hendaknya terus mengembangkan kreativitas dan inovasi dalam menyampaikan nilai-nilai hadis kesehatan kepada siswa melalui metode yang menarik, partisipatif, dan kontekstual. Pemanfaatan media visual, permainan edukatif, dan diskusi kelompok dapat menjadi variasi metode yang efektif untuk mempertahankan antusiasme siswa.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan lebih banyak kelas, melakukan penelitian komparatif antar sekolah, atau mengkaji aspek-aspek lain dari perkembangan siswa seperti prestasi akademik, pembentukan karakter, dan kesehatan fisik secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Jauziyyah, Ibnu Qayyim. *Thibbun Nabawi: Panduan Kesehatan Nabi (Diterjemahkan Oleh Munirul Abidin)*. Jakarta: Al-Kautsar, 2021.
- Al-Nawawi, Imam. *Riyadh Al-Shalihin (Diterjemahkan Oleh Achmad Sunarto)*. Jakarta: Pustaka Amani, 2018.
- Al-Zuhaili, Wahbah. *Al-Fiqh Al-Islami Wa Adillatuhu, Jilid 3*. Damaskus: Dar al-Fikr, 2007.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Rineka Cipta, 2020.
- Diana, Rashda. "Al-Mawardi Dan Konsep Kenegaraan Dalam Islam." *Tsaqafah* 13, no. 1 (2017): 157. <https://doi.org/10.21111/tsaqafah.v13i1.981>.
- Fuad Abdul Baqi, Muhammad. *Al-Lu'lu' Wal-Marjan: Kumpulan Hadis Sahih Bukhari Dan Muslim*. Surabaya: Bina Ilmu, 2019.
- Indonesia, UNICEF. "Status Gizi Anak Indonesia: Tantangan Dan Solusi." Jakarta: UNICEF, 2023.
- Kementerian Pendidikan Riset, dan Teknologi RI, Kebudayaan. "Panduan Program Makan Bergizi Gratis." Jakarta: Kemendikbudristek, 2024.
- Lewin, Kurt. "Action Research and Minority Problems." *Journal of Social Issues* 2, no. 4 (1946): 34–46.
- Mulyasa. *Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi Di SD*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2020.
- Nafisatur, M. "Metode Pengumpulan Data Penelitian." *Metode Pengumpulan Data Penelitian* 3, no. 5 (2024): 5423–43.
- Nasional, Badan Gizi. "Laporan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Indonesia Tahun 2023." Jakarta: BGN, 2023.
- Patilima, Hamid. *Metode Penelitian Qualitative*. Bandung: Alfabeta, 2021.
- "Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024 Tentang Badan Gizi Nasional Dan Program Makan Bergizi Gratis," 2024.
- Qardhawi, Yusuf. *Halal Dan Haram Dalam Islam (Diterjemahkan Oleh Muammal Hamidy)*. Surabaya: Bina Ilmu, 2018.
- Sousa, David A. *How the Brain Learns*. 5th ed. California: Corwin Press, 2017.
- Sudjana, Nana. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2021.
- Tafsir, Ahmad. *Ilmu Pendidikan Dalam Perspektif Islam*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019.
- Zuhdiyah. "Pola Makan Sehat Dalam Perspektif Hadis: Kajian Tematik." *Jurnal Studi Hadis* 5, no. 1 (2022): 23–35.