



MBG and the Illusion of Child Well-being: A Developmental Psychology and Psychobiology of Stress Analysis of Suicide Cases Among Elementary School-Aged Children

Irwan Ledang^{1*}, Siti Mutiaraningsih Asshagab²

¹Prodi PGMI UIN A.M. Sangadji Ambon, ²Prodi Tadris IPA UIN A.M. Sangadji Ambon

*Alamat Korespondensi: ledang@uinambon.ac.id

Artikel info

Accepted : June 28th 2026
Approved : July 15th 2026
Published : July 16th 2026

Keywords:

Child Welfare, Developmental Psychology, Psychobiology of Stress, Child Mental Health, Nutritious Meal Program

ABSTRACT

The suicide tragedy of a fourth-grade elementary school student in East Nusa Tenggara, triggered by the inability to provide Rp10,000 for school books, reveals fundamental issues in the understanding of child welfare in Indonesia. This incident occurred amidst the implementation of the Nutritious Meal Program (MBG), which focuses on meeting children's biological needs. This study aims to analyze the case using developmental psychology and stress psychobiology approaches to critique the limitations of the reductionist child welfare policy paradigm. The method used is a descriptive qualitative approach with a conceptual case study design and an interdisciplinary literature review. The results of the analysis indicate that chronic economic stress significantly impacts children's emotional regulation, cognitive function, and neurobiological development, particularly through activation of the hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis. These findings confirm that nutritional fulfillment without psychosocial interventions and family economic strengthening has the potential to create an illusion of well-being. This study recommends a shift in child welfare policy toward an integrated biopsychosocial approach that integrates nutrition, mental health, and family well-being.

<https://jurnal.uinambon.ac.id/index.php/JTI/index>

How to Cite: Ledang, Irwan & Asshagab, Siti Mutiaraningsih (2026). MBG and the Illusion of Child Well-being: A Developmental Psychology and Psychobiology of Stress Analysis of Suicide Cases Among Elementary School-Aged Children. *Al-Alam: Islamic Natural Science Education Journal*, 5(2) 633-642. DOI: <https://doi.org/10.33477/al-alam.v5i2.14165>

© 2026 Irwan Ledang & Siti Mutiaraningsih Asshagab

PENDAHULUAN

Kesejahteraan anak merupakan indikator kunci dalam pembangunan manusia berkelanjutan karena menentukan kualitas generasi masa depan, baik dari aspek kognitif, emosional, maupun sosial. Dalam kebijakan publik, kesejahteraan anak kerap direpresentasikan melalui pemenuhan kebutuhan dasar yang bersifat fisik, seperti gizi, kesehatan, dan akses pendidikan. Program Makan Bergizi (MBG) hadir sebagai salah satu kebijakan strategis negara yang bertujuan meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui pemenuhan kebutuhan nutrisi anak usia sekolah (Dhani, Prastiwi, & Zahraini, 2025). Namun, pendekatan ini berisiko menyederhanakan konsep kesejahteraan anak menjadi sekadar persoalan biologis.

Berbagai kajian psikologi perkembangan menunjukkan bahwa anak merupakan makhluk biopsikososial, di mana aspek fisik, psikologis, dan sosial berkembang secara saling terkait (AIN & Wibowo, 2024). Asupan gizi yang memadai memang berperan penting dalam perkembangan tubuh dan konsentrasi belajar (Irawan, 2025), tetapi tidak secara otomatis menjamin kesehatan mental dan kesejahteraan emosional anak. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental memiliki korelasi signifikan dengan motivasi dan prestasi belajar siswa sekolah dasar maupun menengah (Nisa, Handayani, & Rahmawati, 2020; Juniarti, Lestari, & Jati, 2022; Dini et al., 2022). Oleh karena itu, kebijakan yang hanya menitikberatkan pada pemenuhan nutrisi berpotensi mengabaikan dimensi psikologis yang sama krusialnya (Indrayogi, 2020).

Dalam perspektif psikologi perkembangan, anak usia sekolah dasar berada pada fase berkembangnya rasa tanggung jawab dan kesadaran moral, namun belum memiliki kematangan emosi yang stabil untuk menghadapi stres berat (Pratama, 2016). Tekanan psikologis yang tidak terkelola dengan baik dapat berdampak langsung pada kesehatan mental dan prestasi belajar siswa (Djannah, 2020). Tekanan ekonomi dalam keluarga dapat terinternalisasi secara keliru oleh anak sebagai bentuk kegagalan diri atau beban bagi orang tua. Ketika anak merasa tidak mampu memenuhi kebutuhan sekolah karena keterbatasan ekonomi, muncul perasaan bersalah, malu, dan takut mengecewakan orang tua.

Penelitian juga menunjukkan adanya hubungan erat antara kebugaran jasmani, kesehatan mental, dan capaian akademik siswa sekolah dasar (Indrayogi, 2020). Dengan demikian, kesejahteraan anak tidak dapat direduksi hanya pada aspek biologis, tetapi harus dipahami sebagai interaksi kompleks antara kondisi fisik, psikologis, dan sosial. Dalam konteks ini, kritik terhadap Program Makan Bergizi (MBG) menjadi relevan. Program tersebut memang berkontribusi pada pemenuhan kebutuhan biologis anak dan dalam beberapa penelitian terbukti meningkatkan konsentrasi serta motivasi belajar siswa (Irawan, 2025; Mustiani et al., 2025). Namun, kajian lain menunjukkan bahwa implementasi MBG juga memiliki dampak positif dan negatif terhadap proses pembelajaran serta belum secara langsung menyentuh dimensi kesehatan mental siswa (Husni, 2025).

Oleh karena itu, pendekatan kebijakan kesejahteraan anak harus bersifat integratif. Program berbasis nutrisi perlu dilengkapi dengan intervensi psikososial, penguatan layanan kesehatan mental di sekolah, serta edukasi pengelolaan stres dan

emosi bagi siswa (Fatoni et al., 2024). Tanpa pendekatan komprehensif tersebut, kebijakan kesejahteraan anak berisiko tidak sepenuhnya menjawab akar persoalan kesejahteraan psikologis anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, bertujuan untuk memahami secara mendalam dinamika psikologis anak usia sekolah dasar dalam konteks tekanan ekonomi keluarga dan kebijakan publik. Studi kasus dipilih karena peristiwa bunuh diri anak kelas IV di Nusa Tenggara Timur merupakan kasus kritis yang merepresentasikan kerentanan psikologis anak dalam situasi kemiskinan struktural. Data penelitian bersumber dari data sekunder, meliputi laporan media nasional, dokumen kebijakan Program Makan Bergizi (MBG), serta literatur ilmiah di bidang psikologi perkembangan, psikologi publik, dan biologi perkembangan anak.

Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dan kajian literatur sistematis, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik interpretatif berbasis kerangka biopsikososial. Tahapan analisis meliputi identifikasi tema-tema utama seperti tekanan ekonomi, rasa bersalah anak, beban moral, dan ekspresi emosional dalam surat yang ditinggalkan. Analisis diperkuat dengan triangulasi teori psikologi dan biologi perkembangan untuk menjaga keabsahan temuan, dengan tujuan menghasilkan generalisasi analitik yang dapat digunakan sebagai dasar kritik kebijakan dan rekomendasi berbasis psikologi publik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini berangkat dari pemahaman bahwa kesejahteraan anak merupakan konstruksi multidimensional yang mencakup aspek biologis, psikologis, dan sosial secara simultan dan saling terkait. Kesejahteraan tidak dapat dipahami hanya sebagai kondisi bebas dari penyakit atau terpenuhinya kebutuhan materi, melainkan sebagai keadaan menyeluruh yang memungkinkan anak berkembang secara optimal dalam seluruh potensinya. Dalam kerangka ini, kesejahteraan anak menuntut integrasi antara kesehatan fisik, stabilitas emosi, keamanan psikologis, serta dukungan sosial yang memadai.

Dalam psikologi perkembangan, anak dipandang sebagai makhluk biopsikososial yang setiap dimensi perkembangannya saling memengaruhi secara dinamis (AIN & Wibowo, 2024). Gangguan pada aspek psikologis, misalnya, dapat berdampak pada fungsi biologis seperti gangguan tidur atau konsentrasi, sementara tekanan sosial dapat memicu respons stres yang berimplikasi pada regulasi emosi. Dengan demikian, pendekatan reduksionistik yang hanya menekankan satu dimensi akan menghasilkan pemahaman yang timpang terhadap realitas kesejahteraan anak.

Pendekatan ekologi perkembangan menegaskan bahwa anak hidup dalam sistem yang saling berinteraksi, mulai dari keluarga sebagai lingkungan terdekat, sekolah sebagai ruang sosialisasi formal, hingga kebijakan publik sebagai kerangka struktural yang membentuk pengalaman hidupnya. Oleh karena itu, setiap kasus yang melibatkan

krisis psikologis anak, termasuk bunuh diri, tidak dapat dipahami sebagai peristiwa individual semata, melainkan sebagai refleksi kegagalan interaksi sistemik.

Kasus bunuh diri anak sekolah dasar di Nusa Tenggara Timur memperlihatkan kompleksitas persoalan kesejahteraan anak dalam konteks sosial-ekonomi. Pemicu peristiwa ini adalah ketidakmampuan menyediakan uang Rp10.000 untuk membeli buku. Secara objektif, nominal tersebut relatif kecil bagi orang dewasa, namun bagi anak usia sekolah dasar, makna psikologis suatu peristiwa tidak ditentukan oleh besar kecilnya angka, melainkan oleh bagaimana peristiwa tersebut dipersepsikan dalam kerangka perkembangan kognitifnya (Pratama, 2016).

Anak usia kelas IV SD berada pada tahap operasional konkret, di mana kemampuan berpikir abstrak dan melihat persoalan secara struktural belum berkembang optimal (Pratama, 2016). Pada tahap ini, anak cenderung menafsirkan realitas secara literal dan personal. Tekanan ekonomi keluarga tidak dipahami sebagai kondisi sistemik, tetapi sebagai kegagalan pribadi. Pola atribusi yang egosentris ini membuat anak memikul beban yang seharusnya berada di luar kapasitas perkembangannya.

Selain aspek kognitif, perkembangan moral anak juga berperan penting dalam membentuk respons emosionalnya. Anak usia sekolah mulai menginternalisasi norma sosial dan ekspektasi orang dewasa secara kuat. Ketika mereka gagal memenuhi tuntutan tersebut, muncul rasa bersalah yang intens dan mendalam. Rasa bersalah yang tidak terkelola terbukti berkorelasi dengan penurunan kesehatan mental serta prestasi belajar (Nisa, Handayani, & Rahmawati, 2020; Dini et al., 2022).

Pada fase ini, empati dan rasa tanggung jawab mulai berkembang, tetapi kemampuan regulasi emosi belum matang sepenuhnya. Ketidakseimbangan antara kesadaran moral dan keterampilan koping inilah yang menciptakan kerentanan terhadap stres berat. Anak dapat mengalami tekanan psikologis yang melampaui kapasitas perkembangan normatifnya, yang dalam jangka panjang berdampak pada kesejahteraan mental dan proses belajarnya (Djannah, 2020).

Tekanan ekonomi keluarga semakin memperkuat kerentanan tersebut. Anak menyerap kecemasan orang tua melalui ekspresi nonverbal, suasana rumah tangga, dan pola interaksi sehari-hari. Internalisasi stres keluarga ini berdampak langsung pada kondisi psikologis anak dan berkorelasi dengan penurunan motivasi serta prestasi akademik (Juniarti, Lestari, & Jati, 2022).

Penelitian juga menunjukkan adanya hubungan antara kebugaran jasmani, kesehatan mental, dan capaian akademik siswa sekolah dasar (Indrayogi, 2020). Temuan ini memperkuat argumentasi bahwa kesejahteraan fisik dan mental merupakan dua sisi yang tidak dapat dipisahkan dalam pembangunan kualitas anak.

Tekanan psikologis yang berlangsung dalam waktu lama tidak hanya berdampak pada aspek mental, tetapi juga biologis. Stres kronis memicu aktivasi sistem respons stres tubuh yang berpengaruh pada konsentrasi, memori, dan kemampuan pengambilan keputusan (Cahyono & Fathan, 2023). Dalam jangka panjang, gangguan kesehatan mental dapat menghambat optimalisasi potensi akademik anak (Indrayogi, 2020). Hal

ini menunjukkan bahwa pembangunan sumber daya manusia tidak dapat dilepaskan dari investasi pada kesehatan mental sejak usia dini.

Keputusan anak untuk mengakhiri hidup tidak dapat dipahami sebagai tindakan impulsif semata. Fakta bahwa anak meninggalkan sepucuk surat menunjukkan adanya proses refleksi emosional yang terstruktur, meskipun tetap berada dalam batas perkembangan kognitif konkret. Konflik afektif yang intens tanpa keterampilan koping adaptif meningkatkan risiko perilaku menyakiti diri (Fatoni et al., 2024). Anak tidak memiliki kapasitas untuk memproses tekanan secara rasional, sehingga solusi yang dipilih bersifat ekstrem dan destruktif.

Kerentanan ini semakin diperparah oleh ketiadaan sistem dukungan psikososial di sekolah. Fokus pendidikan yang dominan pada capaian akademik sering kali mengabaikan aspek kesehatan mental siswa (Djannah, 2020). Padahal, berbagai penelitian menegaskan bahwa kesehatan mental merupakan faktor kunci dalam peningkatan motivasi dan prestasi belajar (Nisa et al., 2020). Sekolah seharusnya berfungsi sebagai ruang aman emosional, bukan sekadar ruang akademik.

Dalam konteks kebijakan publik, Program Makan Bergizi (MBG) merepresentasikan pendekatan kesejahteraan berbasis biologis. Program ini terbukti meningkatkan konsentrasi dan motivasi belajar siswa (Irawan, 2025; Mustiani et al., 2025). Namun, analisis kebijakan menunjukkan bahwa implementasi MBG memiliki keterbatasan karena belum secara sistematis mengintegrasikan dimensi kesehatan mental dan tekanan psikososial siswa (Husni, 2025; Dhani, Prastiwi, & Zahraini, 2025). Pemenuhan gizi tanpa pengelolaan stres psikologis berpotensi menghasilkan ilusi kesejahteraan. Secara biologis, stres kronis dapat menghambat manfaat nutrisi terhadap fungsi otak dan regulasi emosi (Cahyono & Fathan, 2023).

Kasus ini menunjukkan bahwa anak menjadi titik temu berbagai tekanan struktural dari keluarga, sekolah, dan kebijakan publik. Ketika sistem dewasa gagal mengelola tekanan tersebut, anak menjadi pihak yang paling rentan. Secara keseluruhan, kesejahteraan anak harus dipahami sebagai kondisi aman secara fisik dan psikologis yang terintegrasi. Pendekatan parsial terbukti tidak memadai. Oleh karena itu, kebijakan publik perlu mengadopsi pendekatan holistik yang mengintegrasikan psikologi perkembangan, kesehatan mental, dan intervensi sosial sebagai fondasi pembangunan manusia berkelanjutan.

Kasus ini memperlihatkan bahwa anak menjadi titik temu berbagai tekanan struktural dari keluarga, sekolah, dan kebijakan publik. Perspektif perkembangan menegaskan bahwa anak belum memiliki kapasitas penuh untuk mengelola tuntutan struktural tersebut (AIN & Wibowo, 2024). Oleh karena itu, kebijakan kesejahteraan harus bersifat holistik dan integratif.

Program MBG perlu dilengkapi dengan intervensi psikososial berbasis sekolah dan keluarga. Pendidikan literasi emosi dan pengelolaan stres terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan mental sekaligus prestasi akademik siswa (Fatoni et al., 2024). Tanpa integrasi tersebut, kebijakan kesejahteraan anak berisiko tidak menyentuh akar persoalan psikologis yang dialami anak.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan perlunya integrasi psikologi perkembangan, biologi, dan kebijakan publik. Kesejahteraan anak tidak boleh direduksi pada indikator fisik semata. Anak membutuhkan perlindungan yang utuh, mencakup keamanan biologis, psikologis, dan sosial (Indrayogi, 2020; Nisa et al., 2020). Pendekatan holistik menjadi keharusan dalam pembangunan manusia berkelanjutan.

Tabel 1. Ringkasan Temuan Penelitian Berbasis Kerangka Biopsikososial

Dimensi	Temuan Utama	Interpretasi Psikologi & IPA	Analisis Interdisipliner (Pendalaman Konseptual)
Ekonomi	Nominal Rp10.000 dimaknai sebagai kegagalan diri	Distorsi kognitif anak; simbol beban moral dan tanggung jawab personal	Pada tahap operasional konkret, anak belum mampu memahami konteks struktural kemiskinan. Uang dipersepsi secara literal sebagai kewajiban personal. Hal ini memicu <i>self-blame cognition</i> , di mana masalah ekonomi keluarga diinternalisasi sebagai kesalahan diri.
Psikologi Perkembangan	Beban psikologis melampaui kapasitas usia	Fungsi eksekutif dan regulasi emosi belum matang	Korteks prefrontal yang berperan dalam pengambilan keputusan dan kontrol impuls belum berkembang optimal. Ketidakseimbangan antara perkembangan emosi dan kontrol diri meningkatkan kerentanan terhadap respons ekstrem.
Emosi Dominan	Rasa bersalah, malu, takut mengecewakan	Internalisasi tanggung jawab prematur	Anak usia SD mulai mengembangkan empati dan moralitas, tetapi belum memiliki kapasitas regulasi emosi yang stabil. Rasa bersalah yang intens tanpa mekanisme koping adaptif dapat berkembang menjadi keputusan.
Biologi / IPA	Indikasi stres kronis	Peningkatan kortisol; gangguan regulasi emosi	Aktivasi sistem HPA (<i>Hypothalamic-Pituitary-Adrenal axis</i>) akibat stres berkepanjangan memicu peningkatan hormon kortisol yang berdampak pada gangguan konsentrasi, tidur, serta stabilitas emosi.
Perilaku Simbolik	Penulisan surat kepada ibu	Proses kognitif terstruktur dan konflik intrapsikis	Tindakan menulis surat menunjukkan adanya proses refleksi dan perencanaan, bukan sekadar impulsivitas. Ini

Dimensi	Temuan Utama	Interpretasi Psikologi & IPA	Analisis Interdisipliner (Pendalaman Konseptual)
			menandakan konflik afektif mendalam serta kebutuhan akan validasi emosional dari figur lekat.
Lingkungan Sekolah	Minim dukungan psikososial	Tidak ada deteksi dini kesehatan mental	Sekolah belum menjalankan fungsi preventif melalui layanan bimbingan dan konseling berbasis deteksi dini. Ketidakhadiran sistem dukungan mempersempit ruang ventilasi emosi siswa.
Kebijakan Publik	Fokus Program MBG pada nutrisi	Kesejahteraan biologis tidak menjamin kesejahteraan mental	Program Makan Bergizi (MBG) memperbaiki asupan gizi, tetapi belum menyentuh intervensi psikososial. Tanpa integrasi layanan kesehatan mental, kesejahteraan bersifat parsial.
Dampak Akhir	Keputusan ekstrem anak	Interaksi faktor psikologis, biologis, sosial	Perilaku bunuh diri merupakan hasil interaksi kompleks antara distorsi kognitif, stres biologis, tekanan sosial-ekonomi, dan ketiadaan dukungan sistemik.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan, penelitian ini menyimpulkan bahwa kesejahteraan anak tidak dapat dipahami secara reduksionis sebagai pemenuhan kebutuhan biologis semata, melainkan sebagai kondisi biopsikososial yang kompleks dan saling terkait. Kasus bunuh diri anak sekolah dasar di Nusa Tenggara Timur menunjukkan bahwa tekanan ekonomi yang secara nominal kecil dapat memiliki dampak psikologis yang sangat besar ketika dimaknai secara personal oleh anak. Nominal Rp10.000 bukanlah penyebab utama, melainkan simbol kegagalan diri yang diinternalisasi anak dalam kerangka perkembangan kognitif dan emosional yang belum matang.

Penelitian ini menemukan bahwa anak usia sekolah dasar berada pada fase perkembangan di mana rasa tanggung jawab, empati, dan kesadaran moral mulai terbentuk, namun belum diimbangi oleh kapasitas regulasi emosi dan fungsi eksekutif yang memadai. Ketidakseimbangan antara tuntutan emosional dan kapasitas perkembangan ini menciptakan kerentanan psikologis yang signifikan, terutama dalam konteks tekanan ekonomi keluarga. Dari perspektif biologi perkembangan, paparan stres kronis berkontribusi terhadap gangguan fungsi otak yang mempersempit cara berpikir anak dan meningkatkan risiko pengambilan keputusan ekstrem.

Keberadaan sepucuk surat yang ditinggalkan anak menegaskan bahwa tindakan bunuh diri tersebut bukanlah perilaku impulsif, melainkan hasil dari proses kognitif dan emosional yang terstruktur dalam batasan perkembangan anak. Surat tersebut mencerminkan konflik intrapsikis antara cinta kepada orang tua, rasa bersalah, dan keputusan, di mana anak memaknai penghilangan diri sebagai solusi moral. Temuan ini menunjukkan adanya beban psikologis yang melampaui kapasitas perkembangan normatif anak.

Dalam konteks kebijakan publik, penelitian ini menyimpulkan bahwa Program Makan Bergizi (MBG) berpotensi menciptakan ilusi kesejahteraan anak apabila hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan biologis. Meskipun penting dari sisi gizi dan kesehatan fisik, MBG tidak secara langsung menyentuh tekanan ekonomi keluarga dan kesehatan mental anak. Kesenjangan ini menunjukkan bahwa kebijakan kesejahteraan anak yang tidak berbasis kerangka biopsikososial berisiko gagal melindungi anak dari kerentanan psikologis yang tidak tampak secara kasat mata.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa tragedi bunuh diri anak merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor psikologis, biologis, sosial, dan kebijakan. Anak menjadi titik temu dari berbagai tekanan struktural yang dipahami secara terbatas, namun ditanggung secara emosional secara penuh. Oleh karena itu, pendekatan kesejahteraan anak yang parsial dan terfragmentasi tidak lagi memadai untuk menjawab tantangan pembangunan manusia yang berkelanjutan.

Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, penelitian ini merekomendasikan agar kebijakan kesejahteraan anak di Indonesia mengadopsi pendekatan biopsikososial secara komprehensif. Program berbasis pemenuhan kebutuhan fisik, seperti MBG, perlu dilengkapi dengan intervensi psikososial yang terstruktur, termasuk layanan kesehatan mental anak, pendampingan keluarga, dan penguatan kapasitas guru dalam deteksi dini distress psikologis. Kebijakan yang hanya menargetkan indikator fisik perlu dievaluasi ulang agar tidak menutupi kerentanan psikologis yang lebih dalam.

Pemerintah disarankan untuk mempertimbangkan penyaluran sebagian anggaran kesejahteraan anak secara langsung kepada keluarga dalam bentuk dukungan ekonomi bersyarat dan layanan pendampingan psikologis. Pendekatan ini lebih responsif terhadap tekanan ekonomi rumah tangga yang sering kali menjadi sumber utama stres anak. Selain itu, kebijakan perlu memastikan bahwa anak tidak menjadi penanggung beban moral atas kondisi ekonomi keluarga.

Institusi pendidikan dasar disarankan untuk memperkuat peran sekolah sebagai ruang aman psikologis bagi anak. Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat belajar akademik, tetapi juga sebagai sistem dukungan emosional melalui layanan bimbingan dan konseling yang aktif, kontekstual, dan sensitif terhadap kondisi sosial-ekonomi peserta didik. Pelatihan guru dalam literasi kesehatan mental anak menjadi kebutuhan mendesak.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan kajian empiris yang lebih luas dengan pendekatan psikologi publik dan neuropsikologi perkembangan,

khususnya terkait dampak kebijakan kesejahteraan terhadap kesehatan mental anak. Penelitian berbasis data longitudinal akan sangat membantu dalam memahami dampak jangka panjang stres ekonomi dan kebijakan publik terhadap perkembangan anak.

Akhirnya, penelitian ini menekankan bahwa perlindungan anak tidak cukup dilakukan melalui pemenuhan kebutuhan fisik semata, tetapi harus menyentuh dimensi psikologis dan emosional yang sering kali sunyi dan tidak terlihat. Mendengarkan jeritan psikologis anak sejak dini merupakan prasyarat utama dalam mencegah tragedi serupa dan membangun kebijakan kesejahteraan anak yang benar-benar manusiawi dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ain, D. N. A., & Wibowo, S. (2024). Variasi individual: *Depth review of individual variations: The relationship of between intelligence, learning style, thinking style, personality, and temperament. Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 85–90.
- Cahyono, N. A. S., & Fathan, M. N. (2023). Pengaruh puasa terhadap kesehatan tubuh, kesehatan mental, dan prestasi belajar. *Islamic Education*, 1(4), 71–84.
- Dhani, A. P. A., Prastiwi, B. K., & Zahraini, D. A. (2025). Analisis IMT siswa kelas 7 SMPN 12 Semarang terhadap program makanan bergizi gratis (MBG). *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 6(3), 207–214.
- Dini, D., Harahap, F. S. D., Syahuri, F., Almayda, P., & Divani, D. A. (2022). Pengaruh kesehatan mental terhadap prestasi belajar siswa SMP Negeri 1 Jebus. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(1).
- Djannah, M. (2020, October). Pengaruh kesehatan mental di tengah wabah Covid-19 terhadap peningkatan prestasi belajar siswa di sekolah dasar. In *Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF)* (Vol. 4, pp. 2403–2414).
- Fatoni, F., Musawira, M., Sa'diyah, J., & Nasir, N. (2024). Program edukasi pengelolaan stress dan emosi bagi siswa Sekolah Menengah Pertama untuk meningkatkan kesehatan mental dan prestasi akademik di Kabupaten Takalar. *Jurnal Pelayanan Masyarakat Intelektual*, 1(1), 33–40.
- Husni, M. (2025). Analisis dampak positif dan negatif program makan bergizi gratis (MBG) terhadap proses pembelajaran di madrasah. *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 2(6).
- Indrayogi, I. (2020). Korelasi antara tingkat kesegaran jasmani (physical fitness) dan kesehatan mental (mental hygiene) dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa sekolah dasar. *Journal Respects*, 2(1), 7–14.
- Irawan, M. F. (2025). Dampak program makanan bergizi gratis (MBG) terhadap konsentrasi dan motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Mentari: Jurnal Sekolah Dasar Islam*, 3(4), 308–317.

- Juniarti, R. T., Lestari, W., & Jati, S. N. (2022). Hubungan kesehatan mental dengan prestasi belajar pada siswa SMPN 17 Pontianak. *Eksistensi*, 4(1).
- Kibtiyah, A., Gunadi, I., & Umam, K. (2023). Kesehatan mental dan prestasi belajar siswa sekolah dasar. *Al-Adawat: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 2(1), 12–22.
- Mustiani, I., Putrie, C. A. R., & Putri, E. (2025). Analisis kebijakan program makan siang bergizi gratis (MBG) pemerintah terhadap motivasi belajar siswa kelas IX di SMPN 174 Jakarta. *Science and Education Journal*, 3(3), 39–44.
- Nisa, A. K., Handayani, A., & Rahmawati, D. (2020). Kesehatan mental kunci utama meningkatkan motivasi belajar siswa SD. *DIKDAS MATAPPA: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*, 8(1), 1–10.
- Pratama, H. (2016). Matang secara emosi: Studi kajian pustaka terhadap kematangan emosi. In *Seminar Nasional Psychofest Conference*.