

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak-anak di sekolah dasar, usia enam hingga dua belas tahun, membutuhkan perhatian khusus untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Pada tahap ini, asupan gizi yang cukup sangat penting agar pertumbuhan mereka tidak terhambat. Sistem kekebalan tubuh seseorang dapat melemah akibat pola makan yang tidak memadai, sehingga membuat mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit. Meskipun pertumbuhan anak-anak berlangsung lambat, stabilitasnya sangat bergantung pada jumlah makanan yang mereka konsumsi. Oleh karena itu, disarankan agar anak-anak sarapan sebelum berangkat ke sekolah, agar mereka dapat lebih berkonsentrasi selama di kelas. Pertumbuhan dan kesehatan umum seorang anak sangat dipengaruhi oleh kekurangan gizi, yang umumnya ditunjukkan oleh tinggi dan berat badan yang rendah. *Stunting*, yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis jangka panjang, didefinisikan sebagai tinggi badan yang berada di bawah rata-rata untuk usia tertentu. Di sisi lain, berat badan yang kurang atau *underweight* menggambarkan kondisi di mana berat anak tidak sesuai dengan usia mereka, yang bisa menandakan adanya malnutrisi, baik kronis maupun akut (Bahar *et al.*, 2024).

Indonesia berada di peringkat ke-108 dari 132 negara dalam Laporan Gizi Global IFPRI 2016 untuk jumlah kasus malnutrisi terbanyak. Prevalensi stunting di Indonesia turun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022 (SSGI 2022), tetapi turun lagi menjadi 21,5% pada tahun 2023 (SKI 2023). Angka ini masih melampaui ambang batas yang direkomendasikan WHO, yaitu kurang dari 20%. Selain itu, dalam periode yang sama, prevalensi anak kurus dan berat badan kurang di Indonesia juga mengalami peningkatan, dengan angka anak kurus mencapai 7,7% dan anak dengan berat badan kurang mencapai 17,1% pada tahun 2022 (SSGI).

Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat terhambat oleh nutrisi yang tidak memadai, yang bahkan dapat mengakibatkan kekurangan gizi. Kekurangan gizi terjadi ketika seorang anak tidak mendapatkan semua nutrisi yang dibutuhkan

dalam jumlah yang cukup. Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat terganggu dan terhambat oleh kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi. Selain itu, malnutrisi merupakan masalah kesehatan yang berkaitan dengan gizi dan banyak dijumpai di negara berkembang, termasuk Indonesia. Malnutrisi mencegah anak-anak tumbuh dan berkembang secara optimal, yang berdampak buruk pada IQ mereka. Secara umum, mengonsumsi nutrisi yang cukup sangat penting untuk menjaga kesehatan yang baik. Ada dua jenis faktor yang memengaruhi masalah gizi: faktor langsung, seperti jumlah nutrisi dalam makanan dan keberadaan kelainan bawaan atau keturunan, dan faktor tidak langsung, seperti jenis makanan yang dikonsumsi dan kondisi tempat tinggal. Kekuatan ekonomi yang tidak memadai, pendidikan orang tua yang tidak memadai, dan ketidaktahuan orang tua tentang gizi adalah variabel lain yang dapat menyebabkan masalah gizi. Di antara masalah gizi yang umum terjadi pada anak, *stunting* menjadi salah satu yang paling sering dijumpai (Wiradnyani and Dkk., 2019).

Beragam program telah diluncurkan untuk mengatasi permasalahan ini, salah satunya adalah inisiatif Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi. Pada tahun 2024, upaya ini bertujuan untuk menurunkan angka kejadian *stunting* menjadi 14% (Kementerian Kesehatan, Republik Indonesia). Namun, untuk meningkatkan gizi anak, diperlukan lebih banyak intervensi terencana dan berbasis bukti, seperti yang terlihat dari angka kejadian *stunting* yang tetap tinggi (Yani *et al.*, 2024).

Salah satu program utama pemerintahan Presiden Prabowo Subianto adalah Program Makanan Bergizi Gratis (MBG). Menurut penelitian, program ini menawarkan susu dan makanan gratis kepada anak-anak sekolah serta dukungan gizi bagi ibu hamil dan anak-anak di bawah usia lima tahun. Program MBG bertujuan untuk mengatasi masalah gizi yang meluas yang dihadapi anak-anak usia sekolah, terutama di komunitas berpenghasilan rendah di mana akses terhadap makanan sehat seringkali terbatas. Namun, sejumlah elemen pendukung sangat penting untuk keberhasilan program ini, termasuk pelaksanaan yang teratur, kualitas dan jumlah makanan yang disajikan, serta keterlibatan komunitas, orang tua, dan sekolah. Keefektifan program ini juga bergantung pada peran aktif orang tua dan instruktur dalam memastikan anak-anak mengonsumsi makanan yang tersedia. Pencapaian tujuan program juga bergantung pada terciptanya iklim

sekolah yang positif dan peningkatan kesadaran akan pentingnya pola makan seimbang (Septiani, Rosiana and Azzahra, 2024).

Program serupa seperti *Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)* di Brazil merupakan program pemberian makanan sekolah terbesar di dunia, bertujuan untuk meningkatkan pola makan sehat siswa melalui penyediaan makanan bergizi dan pendidikan gizi. Program ini mendukung hak asasi manusia atas pangan (DHAA) dan keamanan pangan (SAN), dengan menu dirancang ahli gizi berbahan alami, membatasi makanan olahan, serta meningkatkan kesejahteraan masyarakat sekitar dalam sektor pertanian (Branco, 2025).

Program pemberian makanan sekolah lainnya di Amerika Latin dan Karibia (LAC) juga telah lama menjadi strategi penting untuk memperbaiki pola makan anak-anak. Negara-negara LAC menerapkan berbagai kebijakan, seperti pelabelan kemasan, pajak minuman manis, dan pembatasan pemasaran makanan tidak sehat, guna mengatasi malnutrisi dan obesitas. Kasus di lingkungan sekolah dinilai efektif untuk memperkenalkan makanan sehat dan membentuk kebiasaan gizi jangka panjang (Wineman *et al.*, 2025).

Program MBG (Makanan Bergizi Gratis) saat ini berjalan dengan menyajikan menu harian yang beragam untuk siswa SD, SMP, dan SMA. Nasi, sayuran, buah-buahan, susu pada hari-hari tertentu, dan lauk pauk berbahan dasar hewani (seperti ayam, ikan, dan telur) merupakan menu utama. Anak-anak berusia antara 7 dan 9 tahun sebaiknya mengonsumsi 1.650 kkal per hari, di mana makan siang idealnya menyumbang 30%, atau sekitar 495 kkal, menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG). Analisis menu makan siang 8 hari (17–26 Februari 2025) dalam program MBG untuk SD kelas 1–3, ditemukan ketidakseragaman asupan kalori harian antara 338,4–465,3 kkal. Konsumsi harian tipikal dari beberapa nutrisi adalah 409,13 kkal energi, 16,81 g protein, 13,63 g lemak, dan 59,6 g karbohidrat.

Berdasarkan hasil survei asupan makanan 24 jam terhadap sepuluh siswa yang dipilih secara acak di SD Negeri No. 106190 Kota Pari, Kecamatan Pantai Cermin, Serdang Bedagai, rata-rata asupan energi di pagi dan sore hari adalah 537,23 kkal, atau 32,5% dari kebutuhan harian mereka. Sementara itu, program makan siang MBG memberikan tambahan asupan sebesar 24,8% dari kebutuhan harian anak. Hasilnya, pendekatan ini membantu anak-anak mengatasi defisit

energi sekaligus meningkatkan asupan nutrisi mereka. Diketahui hanya 2 anak yang asupan kalorinya mencukupi. Sementara itu, 8 anak lainnya belum mencapai kebutuhan minimal, dengan defisit berkisar 9,2% hingga 44,7%. Beberapa anak mengalami kekurangan terbesar, dengan asupan hanya sekitar 55–60% dari target. Secara rata-rata, kelompok ini hanya memenuhi 75,8% kebutuhan kalori untuk waktu pagi dan malam, menunjukkan perlu penyesuaian pola makan. Hal ini menunjukkan rendahnya persentase siswa sekolah dasar yang mengonsumsi nutrisi.

Data mengenai status gizi anak-anak kelas 1-3 yang menerima Makanan Bergizi Gratis (MBG) diperoleh dari 129 anak yang menjalani pengukuran antropometri di SD Negeri No. 106190 Kota Pari, Pantai Cermin, Serdang Bedagai. Dari jumlah tersebut, 11 anak (31,4%) mengalami *stunting*, 10 anak (28,6%) mengalami kekurangan berat badan, dan 14 anak (40,0%) mengalami kedua kondisi tersebut secara bersamaan. Oleh karena itu, total 35 anak (100%) mengalami masalah gizi, seperti kekurangan berat badan, *stunting*, atau keduanya.

Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan kesehatan anak-anak sekolah masih memerlukan penanganan terhadap kesulitan gizi. Alasan yang telah disebutkan di atas menjelaskan ketertarikan peneliti dalam melakukan penelitian berjudul “Analisis status gizi anak *stunting* dan *underweight* yang mendapat Makanan Bergizi Gratis (MBG) di SD Negeri No. 106190 Kota Pari, Pantai Cermin, Serdang Bedagai”.

B. Ruang Lingkup

Studi ini termasuk dalam lingkup Ilmu Gizi, yang meneliti bagaimana Makanan Bergizi Gratis (MBG) memengaruhi pertumbuhan dan status gizi anak-anak usia sekolah dasar. Murid sekolah dasar dijadikan subjek penelitian, dan mereka dibagi menjadi dua kelompok: 35 dalam kelompok kasus dan 38 dalam kelompok kontrol. Status gizi (*stunting* dan kekurangan berat badan), tinggi badan, berat badan, dan asupan makro dan mikronutrien (energi, protein, karbohidrat, lemak, kalsium, zat besi, dan seng) adalah variabel dependen dalam penelitian ini, sedangkan ketersediaan MBG adalah variabel independen. Pengukuran dilakukan baik sebelum maupun sesudah intervensi dalam studi kohort prospektif ini menggunakan desain observasional. Penelitian ini hanya dibahas dalam kaitannya dengan karakteristik pertumbuhan dan gizi anak; penelitian ini tidak membahas

secara menyeluruh faktor-faktor lain yang tidak terkait dengan gizi, seperti genetika, penyakit kronis, gangguan psikologis, dan faktor lingkungan sosial ekonomi.

C. Rumusan Masalah

Bagaimana perkembangan status gizi anak-anak di SDN No. 106190 sebelum dan setelah menerima MBG, dan bagaimana perbedaannya dengan kelompok kontrol di SDN No. 106192 KP Besar, yang tidak menerima MBG?

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengevaluasi efektivitas Makanan Bergizi Gratis (MBG) dalam meningkatkan status gizi (*stunting* dan kekurangan berat badan) siswa sekolah dasar di SDN No. 106190 Kota Pari dan perbedaannya dengan kelompok kontrol di SDN No. 106192 KP Besar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi bagaimana perubahan tinggi dan berat badan pada anak-anak dengan status gizi *stunting* dan kekurangan berat badan di SDN No. 106190 Kota Pari sebelum dan setelah mendapatkan Makanan Bergizi Gratis (MBG).
- b. Menganalisis perbedaan hasil akhir tinggi badan dan berat badan pada anak dengan status gizi *stunting* dan *underweight* antara:
 - 1) Kelompok kasus (SDN No. 106190 Kota Pari yang mendapat MBG)
 - 2) Kelompok kontrol (SDN No. 106192 KP. Besar yang tidak mendapat MBG)

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

- a. Memberikan pengalaman dan pemahaman mendalam tentang dampak intervensi asupan zat gizi melalui Makanan Bergizi Gratis (MBG) pada anak-anak dengan kriteria gizi kurang.
- b. Meningkatkan kemampuan analisis dan penelitian dalam bidang gizi dan kesehatan masyarakat.
- c. Menjadi referensi untuk penelitian lanjutan terkait kasus gizi dan program kesehatan di sekolah.

2. Bagi Responden

- a. Membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.
- b. Memberikan manfaat langsung melalui program MBG yang diharapkan dapat memperbaiki status gizi dan kesehatan anak-anak dengan kriteria gizi kurang.
- c. Meningkatkan kualitas hidup dan performa akademis anak-anak melalui perbaikan gizi.

3. Bagi Institusi

- a. Memberikan evaluasi dan data empiris tentang efektivitas program MBG dalam mencegah kekurangan gizi pada anak usia sekolah.
- b. Bertindak sebagai landasan untuk meningkatkan dan mengembangkan program MBG agar lebih efisien dan tepat sasaran.
- c. Meningkatkan akuntabilitas program MBG dengan memberikan bukti nyata tentang dampak positifnya terhadap kesehatan gizi anak.