

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak-anak yang sedang menjalani pendidikan (berusia antara 6 hingga 12 tahun) berada dalam fase pertumbuhan yang pesat, sehingga mereka rentan terhadap masalah terkait nutrisi. Kecukupan nutrisi yang tepat mendukung pertumbuhan tubuh dengan optimal serta meningkatkan kemampuan belajar, sekaligus mencerminkan kondisi kesehatan gizi yang baik. Namun, sering kali asupan gizi selama periode ini tidak mencukupi. Pola makan yang kurang sehat dapat menimbulkan gangguan pada fungsi organ-organ tubuh anak. Dengan pemenuhan kebutuhan pangan yang baik, keadaan gizi anak-anak akan meningkat (Rejeki, Naim, and Adriani 2025).

Status gizi berpengaruh pada pencapaian kesehatan yang optimal. Perannya sangat vital dalam mendukung pertumbuhan tubuh, meningkatkan sistem kekebalan, merangsang kemampuan kognitif, dan memperbaiki performa individu. Kekurangan gizi dapat berdampak negatif pada kualitas hidup seseorang dan menimbulkan berbagai masalah kesehatan (Saputri et al. 2025). Cara utama untuk menilai kesehatan masyarakat adalah dengan mengevaluasi kondisi gizi anak-anak, khususnya selama fase pertumbuhan mereka. Banyak individu memanfaatkan Indeks Massa Tubuh Berdasarkan Usia (IMT/U) yang terbagi ke dalam beberapa kategori, seperti defisiensi gizi, gizi yang cukup atau normal, kelebihan gizi, dan obesitas (Mukty et al. 2025).

Berdasarkan hasil penelitian mengenai keadaan gizi di Indonesia pada tahun 2022, semakin banyak anak yang mengalami berat badan kurang dari normal. Sekitar 7,7% anak tergolong kurus dan 17,1% anak memiliki berat badan tidak memenuhi standar. Di sisi lain, volumen sampah yang dibuang sembarangan di Serdang Begadai juga meningkat sebesar 12,6%. Menurut studi kesehatan Indonesia tahun 2023, sekitar 15,9% anak-anak mengalami masalah gizi atau terlihat kurus. Angka tersebut meningkat menjadi 17,1% untuk anak-anak yang berat badannya di bawah rata-rata. Selain itu, jumlah kasus wasting atau kondisi sangat kurus juga bertambah menjadi 8,5%. Masalah berat badan yang kurang dapat mempengaruhi kesehatan mental dengan cara yang negatif,

yang dapat disebabkan oleh asupan makanan yang kurang baik, rasa lapar yang berkepanjangan, atau penyakit tertentu. Kekurangan gizi dapat mengakibatkan keadaan gizi yang buruk, yaitu ketika seseorang tidak mendapatkan makanan yang bergizi dengan cukup selama periode yang lama, sehingga tubuh terus menggunakan cadangan lemak yang ada. Akhirnya, kesehatan anak semakin memburuk, dan kekurangan gizi dapat berujung pada kematian pada anak-anak (Rahayu, Afrinis, and Diare 2024). Banyak hal yang dapat membuat remaja tampak ramping. Salah satu penyebabnya adalah pola makan yang tidak seimbang, yang mengakibatkan tubuh mengalami kekurangan gizi (Karno, Fitriani, and Iswahyudi 2024).

Program Makanan Bergizi Gratis, yang dikenal sebagai MBG, merupakan salah satu inisiatif utama dari pemerintahan Presiden Prabowo Subianto. Tujuan dari program ini adalah untuk menyediakan nasi siang dan susu tanpa biaya bagi siswa di sekolah, serta mendukung kebutuhan gizi untuk anak-anak di bawah lima tahun dan wanita hamil. Harapan dari program ini adalah untuk mengatasi permasalahan gizi kurang yang sering terjadi pada anak-anak, terutama di wilayah dengan tingkat pendapatan rendah dan akses makanan yang lebih mudah. Keberhasilan program ini sangat bergantung pada pelaksanaan yang konsisten, kualitas dan kuantitas makanan yang disalurkan, serta dukungan dari pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat (Fanny Ika Septiani, Nadia Rosiana 2024).

Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) kini menyediakan berbagai pilihan makanan setiap harinya bagi pelajar di sekolah dasar, menengah pertama, dan menengah atas. Di antaranya, terdapat nasi, sumber protein hewani seperti ayam, ikan, dan telur, serta sayuran, buah-buahan, dan susu yang biasanya disantap dalam beberapa hari. Berdasarkan pedoman AKG, anak-anak berusia antara 7 hingga 9 tahun memerlukan asupan makanan sekitar 1.650 kkal setiap harinya. Jumlah tersebut setara dengan kurang lebih 495 kkal per kali makan. Akan tetapi, total kalori yang tersedia dalam program MBG cukup bervariasi; siswa kelas 1-3 SD menerima 439,4 kkal, 18,9 gram protein, 10,6 gram lemak, dan 68,6 gram karbohidrat setiap hari. Makanan tersebut kaya akan karbohidrat, protein, lemak, kalsium, dan zat besi. Beberapa tantangan yang muncul

mencakup kecenderungan untuk menyukai makanan gorengan, variasi sayuran dan buah yang minim, serta ukuran porsi yang sering berubah-ubah.

Data mengenai status gizi siswa kelas 1 hingga 3 yang mengikuti Program Makanan Bergizi Gratis dikumpulkan melalui survei pendahuluan di SD Negeri 101953, Kecamatan Pantai Cermin, Serdang Bedagai. Pengukuran antropometri terhadap 102 siswa menunjukkan adanya masalah gizi, khususnya terkait berat badan, di mana beberapa siswa memiliki berat badan di bawah standar untuk usia mereka. Diketahui bahwa tiga puluh siswa, atau 29,13% dari kelompok tersebut, memiliki berat badan kurang. Sepuluh anak diwawancarai mengenai asupan makanan mereka, dan hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata mereka mengonsumsi sekitar 500 kkal untuk sarapan dan makan malam. Oleh karena itu, rata-rata asupan kalori yang mereka dapatkan mencapai 36,58 persen, dan dengan memasukkan Program Makanan Bergizi, total kalori yang diperoleh adalah sekitar 439,4 kkal per hari bagi siswa dari kelas 1 hingga kelas 3.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah kondisi gizi siswa sekolah dasar dengan berat badan kurang yang mengikuti program makan bergizi gratis di SDN No. 101953 Pantai Cermin, Kabupaten Serdang Bedagai?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Status gizi siswa sekolah dasar dengan berat badan kurang di SDN No. 101953 Pantai yang mengikuti program makan bergizi gratis.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai Berat Badan pada anak dengan kriteria *underweight* sebelum dan sesudah menerima program MBG di SDN No 101953 Pantai Cermin Kanan Kabupaten Serdang Berdagai
- b. Menganalisis Kenaikan Berat Badan pada anak dengan status gizi *underweight* setelah menerima program MBG di SDN No 101953 Pantai Cermin Kanan Kabupaten Serdang Berdagai
- c. Menganalisis pengaruh pemberian MBG terhadap status gizi BB/ U di SDN No 101953 Pantai Cermin Kanan Kabupaten Serdang Berdagai

D. Manfaat penelitian**1. Bagi peneliti**

Meningkatkan pemahaman akademis dan ilmu pengetahuan tentang upaya pemberian nutrisi pada anak-anak sekolah dasar, terutama di daerah-daerah yang rawan mengalami kurang gizi. Memberikan referensi bagi penelitian berikutnya mengenai hubungan antara pemberian makanan bergizi dan peningkatan kondisi gizi pada anak-anak usia sekolah.

2. Bagi Sampel

Mencegah resiko penyakit akibat kekurangan gizi, seperti gangguan pertumbuhan, imunitas lemah, dan masalah kesehatan lainnya. Membangun kebiasaan makan sehat, yang dapat berdampak jangka panjang terhadap pola makan di masa depan.

3. Bagi Pelaksana Program MBG

- a. Memberikan data evaluasi dan adat empiris tentang efektivitas program Makanan Bergizi Gratis Dalam menangani masalah gizi kurang pada anak sekolah.
- b. Menjadi bahan evaluasi untuk perbaikan dan pengembangan program Makanan Bergizi Gratis agar lebih efektif dan tepat sasaran.
- c. Meningkatkan akuntabilitas program Makanan Bergizi Gratis dengan memberikan bukti nyata tentang dampak positif terhadap status gizi anak.