

SKRIPSI

**ANALISIS STATUS GIZI ANAK DENGAN KRITERIA *STUNTING* DAN
UNDERWEIGHT YANG MENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS
(MBG) DI SD NEGERI NO. 105376 PANTAI CERMIN KIRI,
KABUPATEN SERDANG BEDAGAI**



NOVA SABATI

P01031222097

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

**ANALISIS STATUS GIZI ANAK DENGAN KRITERIA *STUNTING* DAN
UNDERWEIGHT YANG MENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS
(MBG) DI SD NEGERI NO. 105376 PANTAI CERMIN KIRI,
KABUPATEN SERDANG BEDAGAI**

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi (S.Tr.Gz) pada Program Studi D-IV Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



NOVA SABATI

P01031222097

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**ANALISIS STATUS GIZI ANAK DENGAN KRITERIA *STUNTING* DAN
UNDERWEIGHT YANG MENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS
(MBG) DI SD NEGERI NO.105376 PANTAI CERMIN KIRI,
KABUPATEN SERDANG BEDAGAI**

Diusulkan Oleh :

NOVA SABATI

P01031222097

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 12 Agustus 2026

Pembimbing Utama,



Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD

NIP. 197005221992032001

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**ANALISIS STATUS GIZI ANAK DENGAN KRITERIA *STUNTING* DAN
UNDERWEIGHT YANG MENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS
(MBG) DI SD NEGERI NO.105376 PANTAI CERMIN KIRI,
KABUPATEN SERDANG BEDAGAI**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

NOVA SABATI

P01031222097

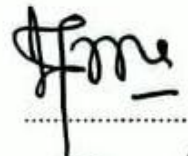
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 06 Februari 2026

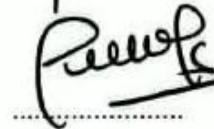
Tim penguji

Tanda tangan

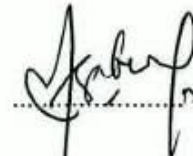
1. Ketua : Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD



2. Anggota 1 : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes



3. Anggota 2 : Siti Gabena Sir, SKM, M.KM



Lubuk Pakam, 3 September 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



Dr. Rima Dorjaua Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002



BIODATA PENULIS

Nama : Nova Sabati
Tempat/Tgl lahir : Jakarta, 22 April 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Villa Mutiara Gading 3 Blok D10 No.20, Kecamatan
Babelan, Kab. Bekasi, Jawa Barat
Nomor HP : 0895411407454

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN Kebalen 01
2. SMP : SMPN 1 Babelan
3. SMA : SMAN 2 Babelan

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Nova Sabati
NIM	: P01031222097
Program Studi	: Diploma IV
Jurusan	: Gizi dan Dietetika
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

Analisis Status Gizi Anak dengan Kriteria *Stunting* dan *Underweight* yang menerima Makan Bergizi Gratis (MBG) di SD Negeri No.105376 Pantai Cermin Kiri, Kabupaten Serdang Bedagai.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 12 Agustus 2026

Penulis,



Nova Sabati

P01031222097

ABSTRAK

ANALISIS STATUS GIZI ANAK DENGAN KRITERIA *STUNTING* DAN *UNDERWEIGHT* YANG MENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SD NEGERI NO.105376 PANTAI CERMIN KIRI, KABUPATEN SERDANG BEDAGAI

Nova Sabati

**Dibawah Bimbingan Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan**

Email : novasabati@gmail.com

Stunting dan *underweight* tetap menjadi isu gizi di kalangan anak-anak sekolah. Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) dirancang untuk memperbaiki status gizi anak dengan menawarkan makanan yang bergizi di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi seberapa efektif MBG dalam memperbaiki status gizi pada anak-anak yang mengalami *stunting* dan kurang berat badan.

Studi observasional ini menerapkan desain kohort prospektif yang mencakup dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sampel penelitian meliputi 35 siswa dari kelompok intervensi serta 34 siswa dari kelompok kontrol. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur berat badan, tinggi badan, dan mencatat asupan makanan. Untuk analisis, digunakan uji t-dependent dan uji t-independen.

Hasil penelitian mengindikasikan adanya peningkatan asupan zat gizi di kelompok yang mendapatkan intervensi setelah penerapan MBG. Angka *stunting* dalam kelompok intervensi berkurang dari 62,8% menjadi 40%, sementara itu, untuk kelompok kontrol berkurang dari 67,7% menjadi 55,9%. Analisis statistik memperlihatkan adanya perbedaan yang berarti antara kelompok intervensi dan kontrol ($p < 0,05$).

Program MBG efektif meningkatkan asupan energi, protein, karbohidrat, lemak, kalsium, zat besi, dan memperbaiki status gizi anak *stunting* dan *underweight*. Program MBG diharapkan dapat terus dilaksanakan dan ditingkatkan kualitas gizinya.

Kata Kunci : *Stunting*, *Underweight*, Status Gizi, MBG, Anak Sekolah

ABSTRACT

ANALYSIS OF NUTRITIONAL STATUS IN STUNTED AND UNDERWEIGHT CHILDREN RECEIVING FREE NUTRITIOUS MEALS (MBG) AT SD NEGERI NO.105673 PANTAI CERMIN KIRI, SERDANG BEDAGAI REGENCY

Nova Sabati, Supervised by Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health

Email : novasabati@gmail.com

Stunting and underweight remain nutritional issues among school children. The Free Nutritious Meal (MBG) program is designed to improve children's nutritional status by providing nutritious meals at school. This study aims to evaluate the effectiveness of MBG in improving the nutritional status of children experiencing stunting and underweight.

This observational study applied a prospective cohort design involving two groups: an intervention group and a control group. The study sample comprised 35 students from the intervention group and 34 students from the control group. Data collection was conducted by measuring weight and height, as well as recording food intake. Data analysis was performed using dependent paired t-tests and independent t-tests.

The results indicated an increase in nutrient intake in the intervention group following the implementation of MBG. The prevalence of stunting in the intervention group decreased from 62.8% to 40.0%, whereas in the control group, it decreased from 67.7% to 55.9%. Statistical analysis demonstrated a significant difference between the intervention and control groups ($p < 0.05$).

The MBG program is effective in increasing the intake of energy, protein, carbohydrates, fat, calcium, and iron, as well as improving the nutritional status of stunted and underweight children. The MBG program is expected to be continuously implemented and improved in terms of its nutritional quality.

Keywords: Stunting, Underweight, Nutritional Status, MBG, School Children



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “ANALISIS STATUS GIZI ANAK DENGAN KRITERIA *STUNTING* DAN *UNDERWEIGHT* YANG MENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SD NEGERI NO. 105376 PANTAI CERMIN KIRI, KABUPATEN SERDANG BEDAGAI” dapat diselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, SsiT, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Herta Mastalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Berlin Sitanggang, SST, M.Kes selaku Pembimbing Akademik.
5. Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes, atas ketersediannya untuk menguji skripsi ini.
6. Siti Gabena Sir, SKM, M.KM, atas ketersediannya untuk menguji skripsi ini.
7. Kepala Sekolah SDN No.105376 Pantai Cermin Kiri, yang telah memberikan izin penelitian.
8. Kepala Sekolah SDN No.106192 KP. Besar, yang telah memberikan izin penelitian.
9. Kepala SPPG BGN Pantai Cermin Kiri dan staff, yang telah memberikan izin penelitian.

10. Siswa/i SDN No.105376 Pantai Cermin dan SDN No. 106192 KP. Besar yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
11. Orang tua tercinta, Bapak Josua Otto Pasaribu, SKM dan Ibu Setia Magdalena Nainggolan, serta saudara/i tersayang, Priskila Jely Pasaribu, S.T, Doli Pasaribu, Michael Pasaribu yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini.
12. Kepada sepupu dan sahabat tercinta Willyana Nainggolan, Tesalonika Simanjuntak, Theresia Pasaribu, Chelsy Napitupulu, dan Mika Nainggolan yang telah memberikan dukungan.
13. Teman-teman Kost dan teman seperjuangan terkasih Esra Aprilya Saragih, S.Tr,Gz, Roma Uli Nadeak, S.Tr,Gz, Anastasya Pasaribu, S.Tr,Gz, Winda Sari Simatupang, S.Tr,Gz, dan Agnes Hutabarat, A.Md,Gz. Terimakasih atas kebersamaan, dukungan, dan cerita yang telah kita lalui sejak semester pertama hingga semester akhir. Terima kasih telah menjadi bagian berharga dalam perjalanan perkuliahan ini.
14. Diri saya sendiri, Nova Sabati Pasaribu, S.Tr,Gz. Terima kasih telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah dalam setiap proses yang telah dilalui. Terima kasih telah terus melangkah meskipun tidak selalu mudah. Semoga pencapaian ini menjadi awal dari perjalanan yang lebih baik dan penuh keberhasilan.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun skripsi ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Lubuk Pakam, 12 Agustus 2026

Nova Sabati

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
BIODATA PENULIS.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Ruang Lingkup.....	4
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus.....	5
E. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Peneliti	5
2. Bagi Responden	6
3. Bagi Institusi	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Status Gizi	7
1. Pengertian Status Gizi	7
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Status Gizi	7
3. Penilaian Status Gizi	9
B. Stunting	11
1. Pengertian <i>Stunting</i>	11

2.	Penyebab <i>Stunting</i>	12
3.	Dampak <i>Stunting</i>	12
4.	Klasifikasi <i>Stunting</i>	12
C.	Underweight.....	13
1.	Pengertian <i>Underweight</i>	13
2.	Penyebab <i>Underweight</i>	13
3.	Dampak <i>Underweight</i>	15
4.	Klasifikasi <i>Underweight</i>	16
D.	Anak Sekolah.....	16
1.	Pengertian Anak Sekolah.....	16
2.	Karakteristik Anak Sekolah.....	16
3.	Kebutuhan Gizi anak Usia Sekolah Dasar.....	17
E.	Makan Bergizi Gratis (MBG).....	17
1.	Pengertian Makan Bergizi Gratis.....	17
2.	Dampak MBG terhadap status gizi.....	18
F.	Kerangka Teori.....	19
G.	Kerangka Konsep.....	20
H.	Definisi Operasional.....	21
I.	Hipotesis.....	22
	BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	23
A.	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	23
B.	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	23
C.	Populasi dan Sampel penelitian.....	24
1.	Populasi.....	24
2.	Sampel.....	25
D.	Jenis dan cara pengumpulan data.....	25
1.	Jenis Data.....	25
2.	Cara Pengumpulan Data.....	25
3.	Cara memperoleh Data <i>Stunting</i> dan <i>Underweight</i>	28
E.	Pengolahan data.....	29
F.	Analisis data.....	30
	BAB IV HASIL PENELITIAN.....	31

A.	Hasil	31
1.	Gambaran Umum	31
2.	Karakteristik Sampel	32
3.	Status Gizi	34
4.	Makan Bergizi Gratis (MBG)	36
5.	Tinggi Badan	37
6.	Berat Badan	38
B.	Pembahasan	39
1.	Karakteristik Sampel	39
2.	Analisis Asupan Zat Gizi	41
3.	Analisis Tinggi Badan menurut Umur (TB/U)	43
4.	Analisis Berat Badan menurut Umur (BB/U)	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		47
A.	Kesimpulan	47
B.	Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....		49

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi <i>Stunting</i>	13
Tabel 2. Definisi Operasional.....	21
Tabel 3. Kategori Tinggi Badan menurut Umur.....	30
Tabel 4. Kategori Berat Badan menurut Umur	30
Tabel 5. Distribusi Sampel Menurut Umur	32
Tabel 6. Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin.....	33
Tabel 7. Distribusi Sampel Berdasarkan TB/U Kelompok Intervensi dan Kontrol	34
Tabel 8. Distribusi Sampel Berdasarkan BB/U Kelompok Intervensi dan Kontrol	35
Tabel 9. Perbedaan Zat Gizi Kelompok Intervensi dan Kontrol	36
Tabel 10. Perbedaan Tinggi Badan Kelompok Intervensi dan Kontrol	37
Tabel 11. Perbedaan Berat Badan Kelompok Intervensi dan Kontrol	38

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	19
Gambar 2. Kerangka Konsep	20
Gambar 3. Skema <i>Prospective Cohort Study Control Group Design</i>	24

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Master Tabel Kelompok Intervensi	53
Lampiran 2. Master Tabel Kelompok Kontrol	57
Lampiran 3. Hasil Uji Statistik.....	61
Lampiran 4. Bukti Bimbingan Skripsi	73
Lampiran 5. Kode Etik Penelitian.....	76
Lampiran 6. Surat Izin Survey Pendahuluan.....	77
Lampiran 7. Balasan Survey Pendahuluan SPPG BGN Pantai Cermin.....	78
Lampiran 8. Surat ijin penelitian.....	79
Lampiran 9. Surat Balasan Penelitian SDN 105376 Pantai Cermin Kiri.....	80
Lampiran 10. Surat Balasan Penelitian SDN 106192 KP. Besar	81
Lampiran 11. Form <i>Food Record</i>	82
Lampiran 12. Tabel Pengukuran	83
Lampiran 13. Dokumentasi Survey Pendahuluan.....	84
Lampiran 14. Menu Makan Siang MBG.....	85
Lampiran 15. Dokumentasi Pengukuran Awal Sekolah Intervensi.....	86
Lampiran 16. Dokumentasi Pengukuran Awal Sekolah Kontrol	87
Lampiran 17. Dokumentasi Pengukuran Akhir Sekolah Intervensi.....	88
Lampiran 18. Dokumentasi Pengukuran Akhir Sekolah Kontrol	89
Lampiran 19. Dokumentasi Menu MBG	90