

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi pada anak usia sekolah termasuk isu kesehatan masyarakat yang harus segera ditangani. Menurut *World Health Organization*, malnutrisi pada anak tidak hanya menghambat perkembangan fisik, tetapi juga berdampak pada perkembangan mental serta pencapaian akademiknya (WHO, 2022). Masalah gizi masih yang menjadi fokus utama untuk peningkatan kesehatan di Indonesia. Pada tahun 2024, 19,8% anak yaang mengalami stunting, turun dari 21,5% pada tahun 2023 (Kebudayaan, 2025). Data ini menunjukkan bahwa Indonesia masih belum memenuhi pedoman WHO yang menyatakan tingkat stunting tidak boleh lebih dari 20% agar tidak menjadi bahaya yang merugikan kesehatan masyarakat (Sekretariat Negara, 2023).

Kementerian Kesehatan di Indonesia menyatakan bahwa anak-anak usia sekolah yang pola makannya tidak bergizi seimbang serta sulit menjangkau pangan sehat berisiko lebih tinggi mengalami masalah gizi (Sekretariat Negara, 2024). Karena anak-anak makan lebih banyak makanan cepat saji dan tidak mendapatkan variasi menu makanan sehat yang cukup untuk meningkatkan status gizi mereka, hal tersebut akan menjadi masalah yang rumit. Data terkini mencatat bahwa 7,5% anak usia 5–12 tahun mengalami gizi kurang berdasarkan indeks BMI/U, sementara pada remaja usia 13–15 tahun, prevalensi gizi lebih mencapai 12,1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Kondisi ini menunjukkan adanya "triple burden of malnutrition" yang dapat mempengaruhi kesehatan dan produktivitas generasi mendatang.

Untuk membantu masalah gizi anak, banyak negara telah memulai program pemberian makan sekolah. Sebuah penelitian studi Bank Dunia dari tahun 2024 menemukan bahwa memberikan makanan sehat kepada anak-anak dapat membuat mereka lebih cenderung berpartisipasi untuk pergi ke sekolah, dan menghindari kekurangan gizi atau stunting (Kementerian Keuangan Republik Indonesia, 2025). Pemerintah Indonesia telah menginisiasi Program Makanan Bergizi Gratis yang resmi diluncurkan pada 6 Januari 2025 dengan alokasi anggaran sebesar Rp71

triliun, menargetkan sekitar 19,47 juta penerima manfaat mencakup anak sekolah, ibu hamil, dan ibu menyusui.

Program Makanan Bergizi Gratis dirancang bukan hanya untuk mencukupi kebutuhan gizi anak, melainkan juga membiasakan mereka mengonsumsi makanan sehat. Menurut pedoman gizi Kementerian Kesehatan, program ini menyediakan 20-25% energi yang dibutuhkan anak-anak untuk sarapan dan 30-35% untuk makan siang, dengan menu lengkap berdasarkan prinsip gizi seimbang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Untuk siswa SD/MI sederajat, program ini menargetkan pemenuhan standar gizi sebesar 585-683 kkal energi, 15,8-18,4 gram protein, dan 19,5-22,8 gram lemak untuk makan siang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Studi internasional telah menemukan bahwa program pemberian makan sekolah dapat membantu anak-anak menambah berat badan 0,39 kg selama 19 bulan dan pergi ke sekolah 4 hingga 6 hari lebih banyak per tahun daripada anak-anak yang tidak ambil bagian (Kristjansson, 2020).

Meskipun program pemberian makanan di sekolah telah banyak diteliti di berbagai negara, masih terdapat kesenjangan penelitian yang signifikan dalam konteks Indonesia. Sebagian besar penelitian yang ada fokus pada aspek kehadiran sekolah dan prestasi akademik, namun penelitian yang mengeksplorasi dampak spesifik terhadap perubahan berat badan dan perilaku makan anak masih terbatas. Beberapa penelitian terdahulu memperlihatkan adanya keterkaitan bermakna antara perilaku makan dan status gizi anak. Indriati. Indriati (2020) mendapati hubungan antara perilaku makan dengan status gizi anak usia sekolah dasar (p value 0,001), di mana anak dengan status gizi kurus umumnya menunjukkan perilaku "satiety responsiveness" (cepat merasa kenyang), sedangkan anak dengan status gizi lebih cenderung memperlihatkan perilaku "food fussiness" (pemilih terhadap makanan) (Indriati, 2020).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ningsih (2023) di SD Negeri 17 Woja Kabupaten Dompu juga mengkonfirmasi hubungan bermakna antara perilaku makan dan status gizi anak usia 6-12 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 41,8% anak mengalami gizi kurang, 51,8% gizi normal, dan 6,4% gizi lebih, disertai hubungan yang signifikan pada subskala Enjoyment of Food ($p=0,000$), Food Responsiveness ($p=0,018$), Emotional Over Eating ($p=0,031$), Satiety

Responsiveness ($p=0,002$), dan Food Fussiness ($p=0,001$) (Ningsih, 2023). Studi ini menunjukkan pentingnya memahami perilaku makan sebagai faktor determinan status gizi anak.

Belum ada penelitian menyeluruh di tingkat lokal, terutama di daerah Medan, yang menggunakan pendekatan metode campuran untuk melihat bagaimana Program MBG telah mempengaruhi perilaku makan dan berat badan anak-anak sekolah. SD Negeri No. 060825 di Kota Medan merupakan salah satu sekolah yang telah menjadi bagian dari program MBG sejak dimulai, namun belum pernah ada tinjauan menyeluruh tentang bagaimana hal itu mempengaruhi nutrisi dan kebiasaan makan siswa.

Penelitian ini juga sangat diperlukan karena stunting masih cukup umum di Indonesia, meski sudah mulai turun. Pemerintah ingin menurunkan angka stunting menjadi 14% pada 2024, tetapi capaian saat ini 19,8% (Kebudayaan, 2025). Program MBG dengan standar gizi yang telah ditetapkan diharapkan dapat berkontribusi signifikan dalam pencapaian target tersebut, namun efektivitasnya perlu dievaluasi secara ilmiah dan sistematis.^{12w}

Ada sejumlah alasan strategis mengapa SD Negeri No. 060825 dipilih sebagai lokasi penelitian, yang semuanya mendukung validitas dan keandalan penelitian. Pertama, sekolah ini adalah sekolah dasar negeri yang telah menggunakan Program MBG sejak pertama kali dimulai, yang memungkinkan untuk memiliki gambaran yang lebih baik tentang bagaimana program tersebut bekerja. Kedua, siswa di SD Negeri No. 060825 berasal dari beragam latar belakang sosial-ekonomi, mulai dari keluarga kelas menengah bawah hingga menengah, sehingga cukup representatif terhadap kelompok sasaran utama Program MBG, yakni anak-anak dari rumah tangga kurang mampu.

Berangkat dari uraian tersebut, penelitian dilaksanakan di SD Negeri No. 060825 mengingat belum tersedianya data mengenai prevalensi status gizi anak usia sekolah di lokasi ini. Dari hasil wawancara peneliti dengan pihak Sekolah SD Negeri No.060825 mengatakan bahwa penimbangan berat badan pada anak sekolah SD Negeri No.060825, tidak ada dilakukan terutama pada siswa kelas 6. Atas dasar itu, peneliti bermaksud mengkaji hubungan antara perilaku makan dan berat badan

anak usia 6-12 tahun, sekaligus memberikan masukan bagi pihak sekolah berdasarkan hasil penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat perubahan berat badan dan perilaku makan pada anak sekolah di SD Negeri 060825 sebelum dan setelah pelaksanaan Program Makanan Bergizi Gratis?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis perubahan makanan bergizi gratis terhadap perubahan berat badan dan perilaku makan pada anak sekolah di SD Negeri 060825.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai perubahan berat badan sebelum dan setelah pemberian Program Makanan Bergizi Gratis di SD Negeri 060825 pada anak sekolah di SD Negeri 060825.
- b. Menilai perilaku makan setelah pemberian Program Makanan bergizi Gratis pada anak sekolah di SD Negeri 060825.
- c. Menganalisis pengaruh Program Makanan Bergizi Gratis terhadap perubahan berat badan pada anak sekolah di SD Negeri 060825.
- d. Menganalisis pengaruh Program Makanan Bergizi Gratis terhadap perubahan perilaku makan di SD Negeri 060825.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini mencakup bidang ilmu sebagai berikut:

1. Bidang ilmu Manajemen Penyelenggaraan Makanan, terkait pengaruhnya terhadap perubahan berat badan dan penilaian status gizi anak sekolah
2. Bidang ilmu Gizi Masyarakat, khususnya dalam survei konsumsi makanan dan evaluasi perilaku makan anak.
3. Bidang ilmu Komunikasi dalam konteks edukasi gizi dan promosi perilaku sehat kepada anak sekolah dan keluarga.
4. Bidang ilmu Statistika untuk analisis data kuantitatif terkait perubahan berat badan.
5. Bidang ilmu Metodologi Penelitian dalam penerapan desain penelitian quasi-experimental untuk mengevaluasi efektivitas program intervensi gizi.

6. Perilaku Makan mengkaji perubahan pola konsumsi dan kebiasaan makan anak sekolah.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Pemerintah

Sebagai bahan pertimbangan bagi pemerintah dalam menyusun atau mengevaluasi kebijakan intervensi gizi pada anak sekolah terhadap perilaku makan dalam mencegah masalah gizi pada anak usia sekolah.

2. Manfaat bagi Pendidikan/Sekolah

Sebagai bahan informasi tentang pengaruh program makanan bergizi gratis terhadap perubahan berat badan dan perilaku makan pada anak sekolah di SD Negeri 060825.

3. Manfaat bagi Peneliti

Memberikan gambaran kepada orang tua dan pihak sekolah tentang manfaat pemberian makanan bergizi secara rutin pada anak.

F. Keaslian Penelitian

Kajian mengenai pengaruh Program Makanan Bergizi Gratis terhadap perubahan berat badan dan perilaku makan anak sekolah belum pernah dilaksanakan di SD Negeri 060825, Kecamatan Medan Area, Kota Medan. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang relevan dan dijadikan acuan dalam penelitian ini :

1. Indriati M. (2020). "Perilaku makan dan status gizi anak usia sekolah dasar di SD Cikancung 04 Desa Mandalasari Kabupaten Bandung". Jurnal Sehat Masada.
2. Ningsih M.O. (2023). "Hubungan perilaku makan dengan status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri 17 Woja Kabupaten Dompu Nusa Tenggara Barat". Universitas Hasanuddin (Skripsi).

Penelitian ini berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya dalam beberapa hal, yaitu: (1) lokasi penelitian yang belum pernah dikaji sebelumnya; (2) fokus kajian pada Program MBG yang baru diluncurkan pada 2025; (3) penerapan pendekatan mixed methods (explanatory sequential design) yang memadukan pengukuran antropometri dengan wawancara terbuka; serta (4) konteks Program MBG sebagai kebijakan nasional Indonesia.