KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB DAN DAYA TERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS DI MTsS TAMAN PENDIDIKAN ISLAM MEDAN

MARNITA ZALUKHU
NIM : P01031123026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
TAHUN 2026

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB DAN DAYA TERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS DI MTsS TAMAN PENDIDIKAN ISLAM MEDAN

Karya Tulis Ilmiah

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Ahli Madya Gizi (A.Md. Gz) pada Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

MARNITA ZALUKHU
NIM : P01031123026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
TAHUN 2026

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB DAN DAYA TERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS DI MTsS TAMAN PENDIDIKAN ISLAM MEDAN

Diusulkan Oleh :

MARNITA ZALUKHU
P01031123026

Telah disetujui di Lubuk Pakam
Pada tanggal 11 September 2026

Pembimbing Utama

Efendi S. Nainggolan, SKM, M.Kes
NIP. 196109091985011001

Ketua Prodi Diploma III Gizi

Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes
NIP. 197704262001122002

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB DAN DAYA TERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS DI MTsS TAMAN PENDIDIKAN ISLAM MEDAN

Telah dipersiapkan dan disusun oleh :

MARNITA ZALUKHU

P01031123026

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji
Pada tanggal 08 Juni 2026

Tim Penguji

		Tanda Tangan
1. Ketua	: Efendi S. Nainggolan, SKM, M.Kes	: .....
2. Anggota 1	: Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes	: .....
3. Anggota 2	: Sri Heriyanto, SST, M.KM	: .....

Lubuk Pakam, 11 September 2026

Mengetahui

Ketua Prodi

Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes
NIP. 197704262001122002



BIODATA PENULIS

Nama	: Marnita Zalukhu
Tempat/Tgl Lahir	: Kabanjahe, 24 Maret 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Jln. Maholi, Sidikalang, Sumatra Utara
Nomor / HP	081263471256

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD	: SD Swasta Santo Yoseph Sidikalang
2. SLTP	: SMP Negeri 1 Sidikalang
3. SLTA	: SMA Negeri 1 Sidikalang

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama	: Marnita Zalukhu
Nim	: P01031123026
Program Studi	: Diploma III
Jurusan	: Gizi
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB DAN DAYA TERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS DI MTsS TAMAN PENDIDIKAN ISLAM MEDAN

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 11 September 2026

Penulis,



Marnita Zalukhu

P01031123026

ABSTRAK

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB DAN DAYA TERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS DI MTsS TAMAN PENDIDIKAN ISLAM MEDAN

Marnita Zalukhu, Efendi Nainggolan, SKM, M.Kes

(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)

Email : marnitazalukhu02@gmail.com

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu upaya pemerintah dalam memenuhi kebutuhan gizi peserta didik. Keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan makanan bergizi, tetapi juga oleh daya terima siswa terhadap makanan yang disajikan. Daya terima dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tekstur, rasa, aroma, variasi menu, penampilan, dan penyajian makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran faktor-faktor penyebab dan daya terima makanan bergizi gratis di MTsS Taman Pendidikan Islam Medan.

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan mixed methods dan desain cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di MTsS Taman Pendidikan Islam Medan pada April 2026. Populasi penelitian berjumlah 257 siswa dengan sampel sebanyak 156 siswa yang dipilih secara proporsional. Data faktor penyebab sisa makanan diperoleh melalui kuesioner, sedangkan daya terima makanan dinilai menggunakan metode visual Comstock. Faktor yang diamati meliputi tekstur, rasa, aroma, variasi, penampilan, dan penyajian makanan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penilaian baik tertinggi terdapat pada tekstur makanan sebesar 67,9% dan rasa sebesar 51,3%. Sementara itu, penilaian baik terhadap variasi makanan sebesar 48,7%, penampilan 43,6%, aroma 19,9%, dan penyajian 32,1%. Dari 156 responden, sebanyak 51% menghabiskan makanan dengan sisa <20%, sedangkan 49,4% menyisakan makanan lebih dari 20%. Dengan demikian, daya terima makanan pada Program MBG di MTsS Taman Pendidikan Islam Medan masih belum optimal. Perbaikan terutama diperlukan pada aspek aroma, variasi menu, penampilan, dan penyajian untuk meningkatkan daya terima dan mengurangi sisa makanan.

Kata kunci: Makan Bergizi Gratis, daya terima, sisa makanan, organoleptik, rema

ABSTRACT

DESCRIPTION OF CONTRIBUTING FACTORS AND ACCEPTABILITY OF FREE NUTRITIOUS MEALS AT MTsS TAMAN PENDIDIKAN ISLAM MEDAN

Marnita Zalukhu, Efendi Nainggolan, SKM, M.Kes

(Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health)

Email : marnitazalukhu02@gmail.com

The Free Nutritious Meal (MBG) Program is one of the government's efforts to meet the nutritional needs of schoolchildren. The success of the program depends not only on the availability of nutritious meals but also on students' acceptance of the food provided. Food acceptability may be influenced by various factors, including texture, taste, aroma, menu variety, appearance, and food presentation. This study aimed to describe the factors contributing to and the acceptability of free nutritious meals at MTsS Taman Pendidikan Islam Medan.

This study employed a descriptive-analytic design using a mixed-methods approach and a cross-sectional design. The study was conducted at MTsS Taman Pendidikan Islam Medan in April 2026. The study population consisted of 257 students, with a sample of 156 students selected proportionally. Data on factors contributing to food waste were collected using a questionnaire, while food acceptability was assessed using the Comstock visual method. The observed factors included food texture, taste, aroma, variety, appearance, and presentation.

The results showed that the highest proportion of favorable ratings was observed for food texture (67.9%) and taste (51.3%). Meanwhile, favorable ratings for food variety, appearance, aroma, and presentation were 48.7%, 43.6%, 19.9%, and 32.1%, respectively. Of the 156 respondents, 51% consumed the entire meal with less than 20% remaining, whereas 49.4% left more than 20% of the food uneaten. Thus, food acceptability in the MBG Program at MTsS Taman Pendidikan Islam Medan remains suboptimal. Improvements are particularly needed in aroma, menu variety, appearance, and food presentation to increase acceptability and reduce food waste.

Keywords: Free Nutritious Meal Program, food acceptability, food waste, organoleptic properties, adolescents

PROOF READING OF TRANSLATION
Kemenkes Poltekkes Medan
TRANSLATION VERIFIED
31 AUG 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Gambaran Faktor-Faktor Penyebab Dan Daya Terima Makanan Bergizi Gratis di MTsS Taman Pendidikan Islam Medan" .

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis mendapatkan banyak dukungan dan bantuan dari berbagai pihak.Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar- besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM., M.PH selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan.
2. Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Efendi S Nainggolan, SKM, M. Kes selaku Dosen Pembimbing yang sudah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran serta memberikan dukungan dan masukan untuk penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan masukan, saran dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Sri Heriyanto, SST, M.Kes selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan masukan, saran dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak Vanolo Zalukhu dan Ibu Rofika Lumban Tobing selaku orangtua yang telah memberikan semangat, dukungan, perhatian dan doa selama menempuh pendidikan hingga dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Boy Charles Zalukhu, Sinta Gracela Zalukhu dan Jaya Gideon Zalukhu selaku kakak dan adik yang telah memberikan dukungan semangat dan doa.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran positif guna perbaikan dan penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Atas perhatiannya penulis mengucapkan terimakasih.

Marnita Zalukhu

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**

BIODATA PENULIS ..... **iv**

PERNYATAAN ORSINALITAS ..... **v**

ABSTRAK ..... **vi**

ABSTRACT ..... **vii**

KATA PENGANTAR ..... **viii**

DAFTAR ISI ..... **ix**

DAFTAR TABEL ..... **xii**

DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 3

C. Tujuan Penelitian 3

1. Tujuan Umum 3
2. Tujuan Khusus 3

D. Manfaat Penelitian 4

1. Bagi Peneliti 4
2. Bagi Siswa dan Sekolah 4
3. Bagi Penyelenggara/ Unit Pelaksana 4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **5**

a. Remaja 5

1. Pengertian Remaja 5
2. Masalah Gizi Remaja 5
3. Perilaku Makan Remaja 5

b. Program Makanan Bergizi Gratis 7
1. Defenisi Program Makan Bergizi Gratis 7
2. Tujuan Program Makan Bergizi Gratis 7
3. Kecukupan Gizi Anak SMP / MTS 7
c. Kecukupan Gizi Anak SMP 8
d. Daya Terima Makanan 8
e. Faktor Yang Berhubungan Dengan Daya Terima 9
1. Tekstur Makanan 9
2. Cita Rasa Makanan 9
3. Aroma Makanan 9
4. Variasi Menu 10
5. Penampilan Makanan 10
6. Penyajian Makanan 10
f. Atribut Sensorik 10
1. Warna 11
2. Aroma 11
3. Rasa 11
4. Tekstur 11
g. Konsep sisa makanan 11
h. Kerangka Konsep 14

BAB III METODE PENELITIAN 15

a. Jenis Dan Desain Penelitian 15
b. Waktu dan Lokasi 15
c. Populasi Dan Sampel 15
1. Populasi 15
2. Sampel 15
d. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data 17
1. Teknik Pengumpulan Data 17
2. Instrumen Pengumpulan Data 17
e. Jenis dan Cara Pengambilan Data 18
1. Jenis Data 17
2. Cara Pengambilan Data 17

f. Pengolahan dan Analisis Data 20
1. Pengolahan Data 20
2. Analisis Data 20

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 22

a. Hasil 22
b. Pembahasan 31

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan 34
b. Saran 34

DAFTAR PUSTAKA 36

LAMPIRAN 38

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Kecukupan Gizi Makan Siang SMP / MTS usia 13- 15 tahun..... 8

Tabel 2. Defenisi Operasional 12

Tabel 3. Pengambilan Sampel 16

Tabel 4. Distribusi Sampel Berdasrkan Umur..... 23

Tabel 5. Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Tekstur Makanan 24

Tabel 6. Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Rasa Makanan..... 24

Tabel 7. Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Aroma Makanan 25

Tabel 8. Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Variasi Makanan..... 25

Tabel 9. Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Penampilan Makanan.. 26

Tabel 10. Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Penyajian Makanan... 27

Tabel 11. Distribusi sampel berdasarkan tekstur makanan dengan sisa makanan 28

Tabel 12. Distribusi sampel berdasarkan rasa makanan dengan sisa makanan 29

Tabel 13. Distribusi sampel berdasarkan aroma makanan dengan sisa makanan 30

Tabel 14. Distribusi sampel berdasarkan variasi makanan dengan sisa makanan 31

Tabel 15. Distribusi sampel berdasarkan penampilan makanan dengan sisa makanan 31

Tabel 16. Distribusi sampel berdasarkan penyajian makanan dengan sisa makanan 32

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Konsep 14
Gambar 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin..... 23
Gambar 3. Distribusi Sampel Berdasarkan Sisa Makanan..... 27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian 51
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian..... 52
Lampiran 3. Ethical Clearance 53
Lampiran 4. Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah 54
Lampiran 5. Informed Consent..... 57
Lampiran 6. Hasil Informed Consent Sampel Penelitian 58
Lampiran 7. Kuesioner Penelitian 59
Lampiran 8.Hasil Jawaban Kuesioner Penelitian 64
Lampiran 9. Formulir Comstock 68
Lampiran 10. Hasil Pengisian Formulir Comstock 69
Lampiran 11. Master Tabel Hasil Penelitian..... 70
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian 81
Lampiran 13.Anggaran Biaya Penelitian 83
Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup 84