BAB I
PENDAHULUAN

Perkembangan fisik yang pesat menjadi ciri masa remaja, sebuah tahap transisi krusial dalam siklus hidup manusia, psikososial yang signifikan, serta perubahan hormonal. Guna mendukung perkembangan tulang, pembentukan massa otot, dan pematangan organ reproduksi, kebutuhan asupan nutrisi meningkat selama periode ini. Kegagalan dalam pemenuhan gizi yang optimal pada masa ini tidak hanya berdampak pada kesehatan jangka pendek seperti penurunan konsentrasi belajar dan rendahnya produktivitas, tetapi juga risiko jangka panjang seperti tingginya angka anemia pada calon ibu yang dapat berujung pada kelahiran bayi stunting di masa depan (Waluyani *et al.*, 2022).

Masalah gizi kurang pada remaja usia sekolah masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, yang mengindikasikan bahwa sebagian remaja masih mengonsumsi kalori dan zat gizi dalam jumlah yang tidak memadai. Selain itu, masalah kekurangan zat gizi mikro juga cukup tinggi, seperti anemia pada remaja yang mencapai 26%, terutama pada remaja putri (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Asupan kalori dan protein yang tidak memadai, pola makan yang tidak teratur, atau kurangnya makanan padat gizi dapat menyebabkan kurang gizi.

Sebagai langkah strategis nasional, Inisiatif Makan Bergizi Gratis (MBG) diperkenalkan oleh pemerintah Indonesia. Tujuan program ini adalah peningkatan status gizi anak secara langsung, memperbaiki literasi gizi di lingkungan sekolah, dan mendukung ketahanan pangan nasional. Program MBG merupakan upaya berskala nasional untuk meningkatkan asupan gizi harian siswa melalui penyediaan makanan bergizi di sekolah.

Program ini bertujuan membantu anak-anak usia sekolah dalam memenuhi sebagian kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral mereka. Dengan adanya program MBG, diharapkan masalah kekurangan asupan zat gizi pada anak sekolah dapat berkurang secara bertahap (Kementerian Kesehatan RI,2024).

Dalam pelaksanaan Program MBG ini masih terdapat beberapa permasalahan yang dapat mempengaruhi keberhasilan program tersebut dalam mengatasi masalah gizi pada remaja. Para siswa sering kali menyisakan makanan dalam jumlah yang cukup banyak. Kebiasaan makan yang kurang baik, porsi yang terlalu besar, atau makanan yang tidak sesuai dengan selera mereka bisa menjadi penyebab pemborosan makanan ini. Kondisi ini membatasi kemampuan program MBG dalam meningkatkan asupan gizi siswa karena menghalangi mereka untuk mengonsumsi jumlah nutrisi yang ideal (Putri et al., 2022).

Implementasi MBG diharapkan dapat memberikan dampak positif memengaruhi kondisi gizi anak-anak, khususnya anak-anak dari keluarga dengan latar belakang sosial ekonomi rendah. Namun, meskipun tujuan mulia tersebut, pelaksanaan MBG tidak lepas dari berbagai tantangan dan kontroversi. Salah satu isu utama adalah kualitas dan keberagaman menu makanan yang disajikan .Selain itu, terdapat pula masalah terkait dengan distribusi dan logistik penyediaan makanan.

Berdasarkan data sekolah, jumlah siswa SMP Swasta Methodist Lubuk Pakam pada tahun ajaran 2025/2026 sebanyak 138 orang. Hasil survei pendahuluan yang dilakukan pada 35 siswa menunjukkan bahwa terdapat 6 siswa (17,1%) yang tidak menghabiskan makanan yang disajikan. Temuan ini menunjukkan bahwa makanan yang disediakan belum tentu sepenuhnya dikonsumsi oleh siswa. Tingginya tingkat limbah makanan dapat mengurangi asupan gizi harian dan menurunkan keberhasilan program makan di sekolah. Oleh karena itu, diperlukan kajian mengenai penyebab terjadinya limbah makanan tersebut, seperti cita rasa, variasi menu, porsi makanan, dan tingkat penerimaan siswa terhadap makanan yang disediakan.

Berdasarkan uraian-uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Sisa Makanan dan Faktor Penyebab pada Siswa-siswi Penerima Program MBG di Sekolah SMP Swasta Methodist Lubuk Pakam.” Sebagai bagian dari tenaga kesehatan di masa depan, peneliti diharapkan dapat memahami pentingnya pemenuhankebutuhan gizi melalui konsumsi makanan yang optimal.

Oleh karena itu, penting untuk mengkaji gambaran sisa makanan serta faktor-faktor yang mempengaruhinya pada siswa-siswi penerima Program MBG di Sekolah SMP Swata Methodist Lubuk Pakam, sehingga hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan untuk mengevaluasi dan menyempurnakan pelaksanaan program guna meningkatkan efektivitas dalam menjamin kesejahteraan gizi anak.

A. Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran sisa makanan dan faktor penyebab pada siswa-siswi penerima Program Makanan Bergizi Gratis di Sekolah SMP Swasta Methodist Lubuk Pakam Tahun 2026?

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui karakteristik limbah makanan dan variabel-variabel yang berkontribusi terhadap hal tersebut di kalangan siswa yang mengikuti Program Makan Siang Sekolah Bergizi Gratis di SMP Swasta Methodist, Lubuk Pakam, pada tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

   a. Menilai gambaran sisa makanan pada siswa-siswi penerima Program Makanan Bergizi Gratis di Sekolah SMP Swasta Methodist Lubuk Pakam
   b. Menilai faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya sisa makanan pada siswa-siswi penerima Program Makanan Bergizi Gratis di Sekolah SMP Swasta Methodist Lubuk Pakam

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Studi ini bermanfaat untuk memperluas pemahaman, keahlian, dan pengetahuan dalam mengaplikasikan ilmu gizi masyarakat yang diperoleh selama perkuliahan, khususnya terkait dengan pengetahuan gizi remaja dan evaluasi program pemberian makanan di sekolah tentang sisa makanan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Temuan studi ini dapat memberikan informasi kepada sekolah tentang tingkat pengetahuan gizi siswanya dan sejauh mana program MBG diterima dan dikonsumsi, sehingga dapat digunakan sebagai dasar untuk merencanakan program edukasi gizi atau perbaikan pelaksanaan program MBG di masa mendatang.

3. Bagi Program MBG

Penelitian ini bermanfaat bagi Program MBG sebagai bahan evaluasi untuk mengetahui tingkat sisa makanan dan faktor penyebabnya pada siswa. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperbaiki perencanaan menu, variasi, cita rasa, dan penyajian makanan agar lebih sesuai dengan preferensi siswa.