BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja (*adolescence*) merupakan periode peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan yang berlangsung cepat dan saling berkaitan, meliputi pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, pembentukan perilaku sosial, serta perkembangan psikososial dan emosional yang sejalan dengan pematangan biologis dan sosial (Pratiwi , 2021). World Health Organization (WHO) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berada pada rentang usia 10–19 tahun, yaitu fase terjadinya percepatan pertumbuhan (*growth spurt*). Pada masa ini terjadi peningkatan massa otot, penambahan jaringan lemak tubuh, serta perubahan hormonal yang signifikan, sehingga kebutuhan energi dan zat gizi remaja menjadi lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Kondisi tersebut menuntut perhatian terhadap pemenuhan gizi yang adekuat agar proses pertumbuhan, kesehatan, dan kemampuan belajar remaja dapat berlangsung secara optimal (Wiradnyani, 2020)

Sejalan dengan karakteristik masa remaja yang ditandai oleh percepatan pertumbuhan dan peningkatan kebutuhan zat gizi, permasalahan gizi pada kelompok usia ini menjadi perhatian penting dalam kesehatan masyarakat karena berdampak pada kualitas hidup jangka panjang. Data Pemantauan Status Gizi (PSG) 2017, menunjukkan bahwa secara nasional persentase remaja dengan status sangat kurus sebesar 0,9% dan kurus 3,0%**)**, sementara prevalensi berat badan lebih dan obesitas mencapai 13,5% (Azizah, 2025). Di Provinsi Sumatera Selatan, persentase remaja sangat kurus sebesar 0,2% dan kurus 2,1%, yang menunjukkan adanya masalah gizi ganda pada remaja. Peningkatan kebutuhan gizi pada masa remaja yang tidak diimbangi dengan asupan yang adekuat dapat memicu terjadinya masalah gizi (Wijaya., 2024). Selain itu, keterbatasan pengetahuan gizi turut memengaruhi kebiasaan dan perilaku makan remaja (Riani E, 2020).

Salah satu upaya pemerintah dalam meningkatkan status gizi peserta didik adalah melalui pelaksanaan Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) di sekolah. Program ini bertujuan untuk membantu memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi siswa selama kegiatan belajar berlangsung melalui penyediaan makanan yang sesuai dengan

prinsip gizi seimbang. Selain berperan dalam mendukung pertumbuhan dan kesehatan remaja, program MBG juga diharapkan dapat meningkatkan konsentrasi belajar serta mencegah terjadinya masalah gizi pada anak usia sekolah. Namun, keberhasilan pelaksanaan program MBG tidak hanya ditentukan oleh kandungan gizi makanan yang disediakan, tetapi juga dipengaruhi oleh Daya Terima siswa terhadap menu yang disajikan (Badan Gizi Nasioal, 2026).

Masalah gizi pada remaja berdampak langsung terhadap status gizi dan kesehatan, termasuk pada remaja putri yang memiliki kebutuhan gizi lebih tinggi. Pada masa ini, pemenuhan gizi yang adekuat sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan daya pikir, dan kemampuan belajar.Daya Terima remaja terhadap makanan yang disajikan di sekolah seringkali dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya karakteristik sensorik menu, variasi bahan pangan, serta kebiasaan makan individu. Menu yang tidak sesuai dengan selera remaja dapat memperburuk Daya Terima makanan, sehingga tujuan pemenuhan gizi melalui program sekolah tidak tercapai secara maksimal. Selain itu, kurangnya perhatian terhadap aspek rasa dan tampilan menyebabkan siswa cenderung menyisakan makanan yang diberikan. Masalah rendahnya Daya Terima makanan di sekolah erat kaitannya dengan preferensi subjektif remaja terhadap komposisi menu yang disajikan (Febry & Etrawati, 2020).

Daya Terima siswa yang rendah terbukti memiliki angka yang nyata terhadap banyaknya sisa makanan pada program makan siang di sekolah. Berdasarkan penelitian (Setyaningtyas.,2025) menunjukkan Daya Terima terhadap 120 remaja sekolah menengah, menemukan bahwa 45 siswa (37,5%) menyatakan kurang suka terhadap menu nabati karena faktor rasa yang hambar dan tampilan yang kurang menarik. Penelitian serupa (Truong, 2025) menunjukkan bahwa Daya Terima terhadap 95 siswa, sebanyak 62 siswa (65,3%) memiliki Daya Terima kategori rendah pada menu sayuran hijau. Ketidakvariatifan pengolahan bahan pangan pada responden tersebut terbukti berkaitan erat dengan peningkatan jumlah sisa makanan (*plate waste*) di piring siswa secara signifikan ($p < 0,001$). Data ini menggambarkan bahwa mayoritas remaja justru tidak mengonsumsi habis makanan yang telah disediakan secara gratis.

Selain faktor karakteristik makanan, pengaruh lingkungan dan kebiasaan konsumsi juga dapat memengaruhi Daya Terima makanan pada remaja. Berdasarkan penelitian (Wijaya, 2024) menunjukkan bahwa pada 110 remaja dengan aktivitas sekolah yang padat, terdapat variasi dalam tingkat konsumsi makanan, yang tercermin dari persentase sisa makanan pada menu tertentu. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa jenis makanan yang kurang sesuai dengan kebiasaan konsumsi remaja cenderung memiliki sisa yang lebih tinggi.

Hal ini didukung oleh temuan (Febry & Etrawati, 2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas penyajian makanan dengan tingkat konsumsi siswa di sekolah. Hasil analisis menunjukkan bahwa sisa makanan yang lebih tinggi berkaitan dengan rendahnya asupan energi harian siswa ($p < 0,05$). Kondisi ini mengindikasikan bahwa tanpa penyesuaian menu yang sesuai dengan karakteristik dan kebiasaan makan remaja, program pemberian makanan bergizi dapat mengalami penurunan Daya Terima , yang ditandai dengan meningkatnya persentase sisa makanan.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di UPT SMP Negeri 1 Doloksanggul melalui observasi terhadap 15 siswa penerima Program Makanan Bergizi Gratis (MBG), ditemukan bahwa Daya Terima siswa terhadap menu yang disajikan belum optimal. Hal ini terlihat dari masih adanya sisa makanan pada beberapa komponen hidangan setelah waktu makan selesai. Beberapa siswa tampak tidak menghabiskan makanan yang diberikan, terutama pada menu sayur dan lauk tertentu. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat makanan yang tidak dikonsumsi secara optimal oleh siswa penerima program MBG.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Daya Terima Remaja Terhadap Menu Dalam Kegiatan Program Makanan Bergizi Gratis Di UPT SMP N 1 Doloksanggul?

C. Tujuan Penelitian

1 Tujuan Umum

Menganalisis Gambaran Daya Terima Remaja Terhadap Menu Dalam Kegiatan Program Makanan Bergizi Gratis Di UPT SMP N 1 Doloksanggul

2 Tujuan Khusus

a) Menilai Daya Terima remaja terhadap Makanan Program Makanan Bergizi Gratis Dengan Mengunakan Uji Comstock
b) Menilai Daya Terima remaja terhadap Siklus menu pada Program Makanan Bergizi Gratis di UPT SMP Negeri 1 Doloksanggul.
c) Menilai persentase sisa makanan berdasarkan jenis hidangan (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah) pada Program Makanan Bergizi Gratis (MBG).

D. Manfaat Penelitian

1 Bagi Peneliti

Menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam melakukan penelitiann khususnya terkait gambaran Daya Terima remaja terhadap program makanan bergizi gratis (MBG) serta melatih peneliti dalam melakukan pengumpulan,dan analisis data penelitian di bidang gizi masyarakat.

2 Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi bagi pihak sekolah dalam pelaksanaan Program Makanan Bergizi Gratis, khususnya terkait Daya Terima siswa terhadap menu yang disajikan. Informasi ini dapat digunakan untuk memperbaiki variasi menu, cita rasa, serta penyajian makanan agar lebih sesuai dengan selera remaja dan meningkatkan tingkat konsumsi makanan di sekola