BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak-anak usia sekolah dasar adalah anak-anak berusia 6-12 tahun. Anak-anak melakukan lebih banyak aktivitas di sekolah dan di luar sekolah yang membutuhkan lebih banyak energi dan konsumsi nutrisi. Mereka umumnya tidak konsisten dalam pola makan mereka dan sangat aktif, yang menyebabkan ketidakseimbangan antara asupan nutrisi yang cukup dan tidak cukup. Ketidakseimbangan ini menyebabkan masalah gizi, seperti kelebihan gizi dan kekurangan gizi (Permadi dkk., 2025).

Masalah gizi di kalangan anak usia sekolah merupakan kesulitan besar di Indonesia. Pada era ini, anak-anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dan membutuhkan kebutuhan gizi yang relatif tinggi. Tidak semua anak di Indonesia dapat memenuhi kebutuhan gizi mereka. Beberapa anak mengalami kesulitan gizi seperti defisit energi kronis (KDRT), malnutrisi, stunting, obesitas, dan sebagainya. Hal ini memengaruhi kesehatan anak, tidak hanya secara fisiologis, tetapi juga kemampuan kognitif, fokus, dan semangat beraktivitas (Wulandari dkk., 2025).

Status gizi adalah keadaan yang dihasilkan dari keseimbangan antara asupan nutrisi dari makanan dan kebutuhan tubuh akan nutrisi tersebut. Asupan nutrisi memiliki peran penting dalam status gizi. Penggunaan nutrisi dalam tubuh diatur oleh dua kelompok faktor: primer dan sekunder. Variabel primer adalah situasi yang berdampak pada asupan nutrisi karena komposisi makanan yang tidak tepat, sedangkan faktor sekunder meliputi kekurangan nutrisi karena pemanfaatan nutrisi yang tidak sempurna (Muharramah dkk., 2023).

Masalah gizi pada anak-anak di Indonesia masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, terutama kelainan perkembangan kronis seperti stunting. Kondisi gizi anak usia sekolah (5-12 tahun) berdasarkan indeks tinggi badan menurut usia (H/A) menunjukkan bahwa 30,7% anak mengalami stunting, 12,3% stunting parah, dan 18,4% stunting. Tingginya angka kejadian ini menunjukkan bahwa kelainan pertumbuhan linier terus menjadi perhatian serius

dan mencerminkan kekurangan gizi jangka panjang. Indeks Tinggi Badan/Usia (H/U) adalah indikator yang digunakan untuk mengukur status gizi kronis, karena merupakan cerminan dari akumulasi kekurangan gizi dan pengaruh berkelanjutan dari variabel lingkungan dan kesehatan (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Inisiatif Makan Sehat Gratis (MBG) adalah inisiatif kebijakan sosial yang disponsori oleh pemerintah Indonesia. Tujuan dari inisiatif ini adalah untuk meningkatkan status gizi siswa di sekolah dasar. Selain sebagai intervensi di bidang pendidikan dan kesehatan, program ini juga direncanakan sebagai strategi jangka panjang untuk membangun sumber daya manusia yang unggul melalui pencegahan stunting dan peningkatan kualitas hidup secara umum. Program Makan Sehat Gratis bertujuan untuk menyediakan makanan sehat gratis bagi seluruh sekolah di Indonesia, termasuk siswa sekolah dasar. Tujuan program MBG adalah untuk menyediakan nutrisi harian yang cukup bagi anak-anak, terutama protein, vitamin, dan mineral, melalui makanan siap saji atau paket nutrisi yang memenuhi pedoman nutrisi nasional. Pendekatan ini diprediksi akan menurunkan angka stunting sebesar 14% pada tahun 2024 (Nurulaini & Afifah, 2025).

Jepang telah menciptakan program makan sekolah komprehensif di Asia yang menekankan nutrisi dan pengajaran budaya, yang dinamakan Shokuiku. Program Makan Sehat Gratis (MBG) secara resmi diluncurkan oleh pemerintah Indonesia pada tahun-tahun awal keberadaannya sebagai upaya untuk menghilangkan stunting. Indonesia dapat belajar dari negara-negara yang telah berhasil memperkenalkan program makan siang sekolah untuk menyelesaikan masalah serupa. Hal ini sangat relevan setelah peluncuran program Makan Siang Bergizi Gratis (MBG) yang secara resmi diperkenalkan pada Januari 2025 sebagai inisiatif untuk mengurangi stunting (Rappleye et al., 2025)

Sekolah dasar merupakan bagian dari Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) pemerintah, yang bertujuan untuk memerangi kekurangan gizi dengan menyediakan makan siang sekolah yang sehat bagi siswa. Dengan penekanan pada kebersihan dan standar gizi, program ini bertujuan untuk menyediakan makanan lengkap yang mencakup nasi, lauk pauk, sayuran, buah segar, dan susu. Status gizi, kesehatan secara keseluruhan, dan keterlibatan serta fokus siswa di kelas merupakan fokus utama MBG. Penelitian tentang status gizi siswa sekolah dasar di daerah tersebut terbatas, sehingga sulit untuk menentukan seberapa baik program MBG bekerja untuk meningkatkan gizi anak-anak (Zakiah dkk., 2024).

Ulfah dan Handayani menemukan bahwa status gizi anak usia sekolah meningkat setelah berpartisipasi dalam program pemberian makan sekolah. Setelah siswa secara konsisten mengonsumsi makanan sehat, temuan menunjukkan peningkatan tinggi badan, berat badan, dan Indeks Massa Tubuh (BMI) mereka. Peningkatan kesehatan dan penurunan kemungkinan kekurangan gizi adalah dua manfaat tambahan dari program makan siang sekolah. Kualitas menu, kandungan gizi, dan pengendalian implementasi juga berperan dalam efektivitas program. Program makan siang sekolah dapat membantu anak-anak berkembang dan sejahtera dalam jangka panjang jika dirancang dengan baik. Kondisi gizi siswa dapat ditingkatkan melalui Program Makan Siang Bergizi Gratis (MBG) (Ulfah & Handayani, 2025).

Implementasi MBG secara signifikan meningkatkan kondisi gizi dan aktivitas belajar anak-anak, menurut Agustini (2025), yang meneliti efektivitas Program Makan Siang Bergizi Gratis di sekolah dasar. Mayoritas status gizi anak-anak meningkat setelah secara konsisten mengikuti program tersebut, menurut data. Tidak hanya itu, tetapi siswa juga lebih terlibat, waspada, dan perhatian di kelas. Dipercaya bahwa program ini dapat membantu siswa memenuhi sebagian kebutuhan protein dan kalori harian mereka. Penelitian juga menemukan bahwa MBG berhasil mendidik peserta dan meningkatkan gizi mereka. Ini membuktikan bahwa menawarkan makan siang sekolah yang bergizi meningkatkan kesehatan siswa dan kemampuan mereka untuk belajar (Agustini, 2025).

Sepuluh siswa kelas lima dipilih secara acak dari Sekolah Islam Insan Ikhlas Medan pada tanggal 13 Februari 2026 untuk dijadikan sampel survei ini. Tujuh

puluh persen siswa memiliki asupan MBG yang sangat baik dan tiga puluh persen memiliki konsumsi yang buruk. Data menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memanfaatkan persediaan makanan program MBG dengan baik, tetapi sebagian kecil tidak.

Survei pendahuluan di Sekolah Islam Insan Ikhlas Medan dilakukan pada tanggal 13 Februari, dan temuan tersebut digunakan untuk membuat gambaran status pertumbuhan siswa menggunakan indikator tinggi badan menurut usia (H/A). Dari anak-anak yang disurvei, 60% memiliki status H/A normal, 30% dianggap kerdil, dan 10% sangat pendek. Dari apa yang dapat kita lihat, beberapa anak terus berjuang dengan kesulitan perkembangan kronis, yang membutuhkan lebih banyak dukungan. Sebuah penelitian menemukan bahwa kepatuhan siswa terhadap menu Makanan Bergizi Gratis (MBG) bervariasi di berbagai komponen makanan. Studi ini dilakukan di Sekolah Islam Insan Ikhlas di Medan Tuntungan dan melibatkan 162 siswa. Di antara menu buah-buahan, 83 anak berhasil menghabiskan makanan mereka. Dari siswa yang memiliki lauk hewani, 65 (40,1%) berhasil menghabiskan makanan mereka. Mayoritas siswa (79 dari 100) tidak menghabiskan lauk sayuran mereka. Di antara siswa yang memiliki lauk sayuran, 34,6% menghabiskan makanan mereka dan 37,7% tidak. Menurut temuan ini, tingkat konsumsi siswa untuk setiap item menu MBG berbeda; misalnya, mereka makan lebih banyak nasi, sayuran, dan lauk hewani daripada lauk buah dan sayuran.

Sebanyak 142 anak (87,7%) dinyatakan memiliki status gizi yang sesuai menurut temuan indeks Tinggi-untuk-Usia (H/U), sedangkan 20 siswa (12,3%) diklasifikasikan sebagai pendek. Kami tidak menemukan siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Meskipun sebagian besar anak menunjukkan perkembangan linier yang sesuai usia, sebagian kecil siswa memang menderita masalah pertumbuhan yang berkelanjutan, menurut temuan ini.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kepatuhan konsumsi MBG dengan status gizi siswa di SD Insan Ikhlas *Islamic School* Kecamatan Medan Tuntungan?

C. Tujuan Peneliti

1. Tujuan Umum

   Mengetahui gambaran kepatuhan konsumsi MBG dan status gizi siswa/i di SD Insan Ikhlas *Islamic School* Medan.

2. Tujuan Khusus

   a. Menilai gambaran kepatuhan konsumsi MBG yang terisi Karbohidrat, Nabati, Sayuran, Buah Di SD Insan Ikhlas *Islamic School* Medan
   b. Menilai status gizi siswa/i penerima program makan bergizi gratis (MBG) berdasarkan TB/U di SD Insan Ikhlas *Islamic School* medan
   c. Mendiskripsikan gambaran kepatuhan konsumsi MBG pada siswa/i di SD Insan Ikhlas *Islamic School* Medan

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

   Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian gizi masyarakat serta evaluasi program MBG disekolah khususnya kepatuhan konsumsi MBG

2. Bagi Siswa

   a. Meningkatkan pengetahuan siswa/i mengenai pentingnya mengkonsumsi program pemberian makan bergizi(MBG).
   b. Membantu Siswa/i mengetahui kondisi status gizi serta kesadaran untuk mengonsumsi makanan bergizi seimbang demi mendukung kesehatan dan prestasi belajar**.**

3. Bagi Institusi

   Sebagai bahan referensi atau bacaan bagi siswa dalam melakukan studi tambahan untuk menambah pengetahuan di bidang gizi dan kesehatan, khususnya mengenai deskripsi konsumsi makanan bergizi bebas (MBG) dengan status gizi pada anak sekolah dasar.