BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Program makan bergizi gratis (MBG) tidak hanya bertujuan memenuhi asupan gizi anak, tetapi juga diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku makan. Program ini dirancang sebagai upaya strategis dalam membentuk kebiasaan makan sehat sejak usia dini melalui pembiasaan konsumsi makanan bergizi di lingkungan sekolah. Kegiatan makan bersama tidak hanya berfungsi sebagai pemenuhan kebutuhan fisiologis, tetapi juga sebagai media pembelajaran yang kontekstual dan bermakna bagi anak. Melalui pengalaman langsung, anak dapat mengenal berbagai jenis makanan serta memahami pentingnya konsumsi makanan yang beragam dan seimbang. Pembiasaan ini dilakukan secara berulang sehingga mampu membentuk preferensi dan sikap positif terhadap makanan sehat. (Badan Gizi Nasional Republik Indonesia, 2025).

Program MBG tidak hanya sekedar menyediakan makanan bergizi, tetapi juga menjadi sarana edukasi yang membentuk kesadaran sejak dini tentang pentingnya pola makan sehat. Program ini ditetapkan sebagai bagian dari Proyek Strategis Nasional (PSN) dalam rangka mempersiapkan generasi unggul menuju Indonesia Emas 2045 (Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, 2025b). Pelaksanaan MBG juga berpotensi meningkatkan motivasi dan capaian belajar, menurunkan angka putus sekolah, serta memperkuat partisipasi masyarakat dalam penyediaan makanan sehat di lingkungan sekolah (Herniati & Idawati, 2025). Selain itu, program ini selaras dengan Gerakan Sekolah Sehat (GSS) yang menekankan pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang di satuan pendidikan (Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, 2024).

Badan Pangan Nasional (Bapanas) memperkirakan sisa makanan (*food waste*) dari pelaksanaan Program MBG mencapai 1,1–1,4 juta ton setiap tahun. Jumlah sisa makanan yang masih tinggi dapat menggambarkan bahwa makanan yang diberikan belum sepenuhnya dikonsumsi oleh peserta didik. Hal ini perlu menjadi perhatian karena pelaksanaan MBG tidak hanya berkaitan dengan penyediaan makanan, tetapi juga bagaimana makanan tersebut dapat

dikonsumsi dengan baik sehingga kebutuhan gizi anak dapat terpenuhi. Pada usia 4–6 tahun, kebutuhan energi sekitar 1400 kkal per hari (Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, 2025a). Program makan bergizi gratis dipenuhi sebagian melalui makan pagi sebesar 20–25% AKG atau sekitar 280–350 kkal (Badan Gizi Nasional Republik Indonesia, 2025). Apabila makanan yang disediakan tidak dikonsumsi secara optimal, maka intervensi gizi yang dirancang pemerintah tidak akan memberikan dampak maksimal terhadap perbaikan status gizi anak (Ramalan & Djumena, 2025).

Keberhasilan program makan bergizi gratis tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan makanan, tetapi juga oleh tingkat penerimaan anak terhadap makanan yang disajikan. Penerimaan makanan berkaitan dengan tingkat kesukaan atau ketidaksukaan anak terhadap makanan yang dipengaruhi oleh rasa, tekstur, warna, aroma, dan variasi menu. Tingkat penerimaan yang rendah dapat menyebabkan sisa makanan yang tinggi sehingga tujuan pemenuhan gizi tidak tercapai secara maksimal (Munifa & Dhini, 2022).

Dalam Modul Edukasi Gizi pada Program MBG di jenjang PAUD dijelaskan bahwa kegiatan makan dapat dijadikan sebagai sarana pembelajaran yang membantu anak mengenal berbagai jenis makanan sehat serta memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi sejak usia dini. Pengenalan kelompok pangan dapat dilakukan melalui kegiatan pembelajaran yang menyenangkan, seperti aktivitas menyusun *puzzle* gambar makanan. Melalui kegiatan tersebut anak diharapkan mampu mengenal berbagai jenis makanan sehat dan mengelompokkan makanan berdasarkan jenis (Badan Gizi Nasional Republik Indonesia, 2025).

Dalam konteks pendidikan anak usia dini, pemenuhan gizi menjadi bagian integral dari pendekatan Pengembangan Anak Usia Dini *Holistik Integratif* (PAUD HI). PAUD HI merupakan penyelenggaraan layanan yang menyeluruh dan terpadu untuk memastikan terpenuhinya kebutuhan esensial anak, meliputi aspek pendidikan, kesehatan, gizi, pengasuhan, perlindungan, dan kesejahteraan. Implementasi pendekatan ini menempatkan anak sebagai pusat layanan dan menekankan kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan pemangku kepentingan lainnya (Fahmida & Kolopaking, 2019).

Pemenuhan gizi pada masa usia dini memiliki peran strategis dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia. Usia dini (0–6 tahun) merupakan tahap penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak yang ditandai dengan pesatnya perkembangan otak, yaitu mencapai 25% saat lahir, 70% pada usia dua tahun, dan 90% pada usia lima tahun. Masa ini merupakan periode emas (golden age) yang berperan penting dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak di masa depan. Intervensi gizi pada periode ini menjadi investasi jangka panjang bagi kualitas generasi mendatang (Fahmida & Kolopaking, 2019).

Anak usia dini merupakan pembelajar aktif yang memperoleh pengetahuan melalui pengalaman langsung dan aktivitas bermain. Pengalaman belajar yang bermakna pada masa ini berpengaruh terhadap pembentukan sikap dan kebiasaan, termasuk kebiasaan makan. Pemberian makanan bergizi di satuan taman kanak - kanak perlu disertai dengan pemahaman anak mengenai jenis dan fungsi makanan yang dikonsumsi agar terjadi perubahan perilaku makan yang lebih sehat (Netriwinda et al., 2022).

Pemenuhan gizi yang optimal memerlukan keberagaman pangan. Setiap jenis makanan memiliki kandungan zat gizi dan manfaat yang berbeda bagi tubuh (Violita Equada & Desni Yuniarni, 2022). Keanekaragaman makanan dalam konsumsi sehari-hari perlu mencakup sumber zat tenaga, zat pembangun, dan zat pengatur agar kebutuhan gizi tubuh dapat terpenuhi secara optimal. Pemahaman anak mengenai kelompok pangan menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan intervensi gizi di satuan taman kanak - kanak (Harjani et al., 2024).

Metode *Food Weighing* merupakan pendekatan yang umum digunakan dalam penilaian sisa dan konsumsi makanan. Metode *food weighing* dilakukan melalui penimbangan langsung sehingga menghasilkan data yang lebih akurat, objektif, dan kuantitatif serta sering dianggap sebagai gold standard, tetapi membutuhkan waktu, biaya, peralatan, dan tenaga terlatih yang lebih besar serta kurang praktis pada sampel besar (Saniyah, 2024).

TK Mandiri Plus National School memiliki 6 kelas dengan jumlah 73 anak dan telah mendapatkan program MBG. Sekolah ini dipilih sebagai lokasi

penelitian karena menerapkan konsep pendidikan *holistik integratif*. Selain itu, berdasarkan hasil pengamatan awal, sebagian besar anak di sekolah ini memiliki status gizi kategori gizi baik. Menu MBG yang diberikan menggunakan siklus menu 5 hari. Berdasarkan kondisi di sekolah, sebagian besar anak menghabiskan MBG yang diberikan, namun masih terdapat beberapa anak yang tidak menghabiskan sayur, tidak mengonsumsi MBG karena membawa bekal dari rumah, serta terdapat makanan seperti buah yang dibawa pulang oleh anak. Kondisi tersebut menunjukkan adanya perbedaan penerimaan makanan pada anak serta pentingnya pengetahuan anak tentang keragaman pangan.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Gambaran Penerimaan Makanan Bergizi Gratis Dan Pengetahuan Anak Tentang Keragaman Pangan Pada TK Mandiri Plus National School Di Kecamatan Lubuk Pakam."

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran penerimaan makanan bergizi gratis dan pengetahuan anak tentang keragaman pangan pada TK *Holistik Integratif* di kecamatan Lubuk Pakam?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran penerimaan makanan bergizi gratis dan pengetahuan anak tentang keragaman pangan TK Mandiri Plus National School Di Kecamatan Lubuk Pakam

2. Tujuan Khusus

a. Menilai penerimaan makan bergizi gratis TK Mandiri Plus National School Di Kecamatan Lubuk Pakam.

b. Menilai pengetahuan anak tentang keragaman pangan pada TK Mandiri Plus National School Di Kecamatan Lubuk Pakam yang meliputi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah-buahan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman dan pengetahuan bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian di bidang gizi anak mengkaji penerimaan MBG dan pengetahuan anak tentang keragaman pangan pada anak usia dini. Selain itu, penelitian ini dapat menambah wawasan peneliti mengenai pelaksanaan program gizi di lingkungan pendidikan anak usia dini serta penerapan ilmu gizi dalam penelitian.

2. Bagi SPPG (Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi mengenai penerimaan MBG pada anak usia dini. Informasi tersebut dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mendukung pembiasaan makan sehat pada anak dalam pelaksanaan program MBG, khususnya terkait penyajian dan variasi menu yang diberikan kepada anak.

3. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pengetahuan anak tentang keragaman pangan serta penerimaan terhadap MBG. Hasil penelitian juga dapat menjadi bahan masukan bagi sekolah dalam mendukung edukasi gizi dan pembiasaan makan sehat pada anak usia dini.