KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN PENGETAHUAN ANAK TENTANG KERAGAMAN PANGAN PADA TK MANDIRI PLUS NATIONAL SCHOOL DI KECAMATAN LUBUK PAKAM

MUTHIAH ALIFAH

P01031123122

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

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN PENGETAHUAN ANAK TENTANG KERAGAMAN PANGAN PADA TK MANDIRI PLUS NATIONAL SCHOOL DI KECAMATAN LUBUK PAKAM

Karya Tulis Ilmiah

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

MUTHIAH ALIFAH
P01031123122

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

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN PENGETAHUAN ANAK TENTANG KERAGAMAN PANGAN PADA TK MANDIRI PLUS NATIONAL SCHOOL DI KECAMATAN LUBUK PAKAM

Disusun Oleh

MUTHIAH ALIFAH

P01031123122

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal, 5 Oktober 2026

Pembimbing Utama

Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM
NIP. 196812211991032001

Ketua Prodi Diploma III

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

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN PENGETAHUAN ANAK TENTANG KERAGAMAN PANGAN PADA TK MANDIRI PLUS NATIONAL SCHOOL DI KECAMATAN LUBUK PAKAM

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

MUTHIAH ALIFAH

P01031123122

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

pada tanggal, 29 Juni 2026

Tim Penguji:

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM : .....
2. Anggota 1 : Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH : .....
3. Anggota 2 : Siti Gabena Sir, SKM, MKM : .....

Lubuk Pakam, 5 Oktober 2026
Mengetahui
Ketua Prodi

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

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Muthiah Alifah

NIM : P01031123122

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 Penerimaan Makanan Bergizi Gratis dan Pengetahuan Anak tentang Keragaman Pangan pada Tk Mandiri Plus National School di Kecamatan Lubuk Pakam

Karya tulis ilmiah ini merupakan bagian dari penelitian Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM dengan judul Evaluasi Pelaksanaan Makanan Bergizi Gratis pada Anak Usia Dini: Analisis Penerimaan, Kontribusi Asupan Zat Gizi, Status Gizi, dan Pengetahuan Keragaman Pangan di Kecamatan Lubuk Pakam.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 5 Oktober 2026

Penulis,



Muthiah Alifah

P01031123122



BIODATA PENULIS

Nama	: Muthiah Alifah
Tempat/Tgl lahir	: Medan, 29 Maret 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat Rumah	: Jl. Mangaan I No 138 LK VIII
Nomor HP	: 081270519395

RIWAYAT PENDIDKAN

1. SD : SD Swasta Bahagia
2. SLTP : SMP Negeri 7 Medan
3. SLTA : SMA Negeri 9 Medan

ABSTRAK

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN PENGETAHUAN ANAK TENTANG KERAGAMAN PANGAN PADA TK MANDIRI PLUS NATIONAL SCHOOL DI KECAMATAN LUBUK PAKAM

Muthiah Alifah, Tetty Herta Doloksaribu
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)
Email: muthiahalifah29@gmail.com

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dirancang untuk menyediakan makanan sehat dan bergizi bagi kelompok sasaran prioritas, termasuk peserta didik. MBG tidak hanya menyediakan makanan bergizi, tetapi juga menjadi sarana edukasi yang membentuk kesadaran sejak dini tentang pentingnya pola makan sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penerimaan MBG dan pengetahuan anak tentang keragaman pangan di TK Mandiri Plus National School Kecamatan Lubuk Pakam.

Jenis penelitian ini adalah observasional deskriptif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 35 orang anak TK usia 5–6 tahun. Data penerimaan MBG dikumpulkan selama lima hari menggunakan metode *food weighing* dengan menimbang makanan sebelum dikonsumsi dan sisa makanan setelah dikonsumsi, kemudian dihitung berdasarkan persentase sisa per kelompok makanan, sedangkan pengetahuan keragaman pangan dikumpulkan menggunakan media *Puzzle* Isi Piringku. Analisis data dilakukan secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi, persentase, nilai minimum dan maksimum, rata-rata, serta standar deviasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata persentase penerimaan MBG, yaitu makanan pokok sebesar 42% (kategori rendah), lauk hewani sebesar 57% (kategori rendah), lauk nabati sebesar 48% (kategori rendah), sayuran sebesar 24% (kategori rendah), dan buah sebesar 95% (kategori tinggi). Pengetahuan anak tentang keragaman pangan pada kategori baik hanya sebesar 42,9% sisanya termasuk kategori kurang sebesar 11,4% dan kategori cukup sebesar 45,7%.

Penerimaan kelompok pangan pada menu MBG dengan kategori penerimaan tinggi hanya kelompok buah, dan pengetahuan anak tentang keragaman pangan dengan kategori baik hanya 42,9%. Guru agar mendampingi dan mendorong anak mengonsumsi MBG di sekolah. Guru diharapkan berkoordinasi dengan pihak SPPG tentang kelompok pangan dengan kategori penerimaan masih rendah agar diupayakan untuk meningkatkan konsumsinya. Diharapkan pihak sekolah menjadikan MBG sebagai sarana edukasi gizi tentang pentingnya mengonsumsi pangan yang beragam.

Kata kunci: Penerimaan MBG, pengetahuan keragaman pangan

ABSTRACT

DESCRIPTION OF FREE NUTRITIOUS MEAL ACCEPTANCE AND CHILDREN'S KNOWLEDGE OF FOOD DIVERSITY AT TK MANDIRI PLUS NATIONAL SCHOOL, LUBUK PAKAM DISTRICT

Muthiah Alifah, Tetty Herta Doloksaribu
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: muthiahalifah29@gmail.com

The Free Nutritious Meal (MBG) Program is designed to provide healthy and nutritious meals to priority target groups, including students. In addition to providing nutritious meals, the MBG Program also serves as an educational platform to foster awareness from an early age about the importance of healthy eating habits. This study aimed to describe MBG acceptance and children's knowledge of food diversity at TK Mandiri Plus National School, Lubuk Pakam District.

This study employed a descriptive observational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 35 kindergarten children aged 5–6 years. MBG acceptance data were collected over five days using the food weighing method by weighing the meals before consumption and the leftovers after consumption, followed by calculation based on the percentage of leftovers for each food group. Knowledge of food diversity was assessed using the *Puzzle Isi Piringku* educational medium. Data were analyzed using univariate analysis and presented as frequency distributions, percentages, minimum and maximum values, means, and standard deviations.

The results showed that the mean percentage of MBG acceptance was 42% for staple foods (low category), 57% for animal-source foods (low category), 48% for plant-based foods (low category), 24% for vegetables (low category), and 95% for fruit (high category). Regarding children's knowledge of food diversity, only 42.9% were categorized as having good knowledge, while 11.4% had poor knowledge and 45.7% had moderate knowledge.

Only fruit had a high acceptance rate among the food groups included in the MBG menu, while only 42.9% of children had good knowledge of food diversity. Teachers are encouraged to accompany and encourage children to consume MBG meals at school and coordinate with the SPPG regarding food groups with low acceptance to identify strategies for increasing their consumption. Schools are also encouraged to utilize the MBG Program as a medium for nutrition education on the importance of consuming a diverse diet.

Keywords: MBG acceptance; food diversity knowledge.

PROOF READING OF TRANSLATION
Komunikasi Politeknik Medan
TRANSLATION VERIFIED
25 SEP 2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Allah SWT atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul "Gambaran Penerimaan Makanan Bergizi Gratis dan Pengetahuan Anak tentang Keragaman Pangan pada TK Mandiri Plus National School di Kecamatan Lubuk Pakam" dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes selaku Ketua Prodi D - III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Bapak Sri Heriyanto, SST, MKM selaku Pembimbing Akademik.
5. Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH selaku penguji I saya.
6. Siti Gabena Sir, SKM, MKM selaku penguji II saya.
7. Ibu Aldila Syahfitri S.Pd yang telah memberikan izin penelitian.
8. Anak TK Mandiri Plus National School Di Kecamatan Lubuk Pakam yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Kedua orang tua saya yang terkasih, dan kakak-kakak saya yang telah memberi banyak perhatian, dukungan dan doa selama saya menempuh pendidikan hingga dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.
10. Teman-teman yang telah membantu dalam penelitian ini, Fouza, Ilmi, Maulida, Kartini, Nurhaliza, Enjel, Arda, Oliv, Azzahra, Nisa, Majidah, Maya, Dini, Vero, Fahsya, Marsel, Tasya, dan Yohan.

11. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Gizi Program Studi Diploma III serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun karya tulis ilmiah ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan menyusun karya tulis ilmiah ini. Atas perhatiannnya penulis mengucapkan terimakasih.

Muthiah Alifah

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iv**
BIODATA PENULIS ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
ABSTRACK ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **6**
A. Makanan Bergizi Gratis 6
B. Penerimaan Makanan pada Anak 8
C. Keragaman Pangan 9
D. Program Holistik Integratif 11
E. Food Weighing 13
F. Media Puzzle Isi Piringku 13
G. Variabel 14
H. Definisi Operasional 15
BAB III METODE PENELITIAN **16**
A. Jenis dan Desain Penelitian 16
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 16
C. Populasi dan Sampel 16
D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data 16
E. Analisis Data 22
F. Tahapan Penelitian 22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN **24**
A. Hasil 24
B. Pembahasan 30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN **34**
A. Kesimpulan 34
B. Saran 34
DAFTAR PUSTAKA **34**
LAMPIRAN **38**

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1 Rujukan Angka Kecukupan Gizi Satu Kali MBG Pada Anak Prasekolah 7
Tabel 2 Definsi Operasional 15
Tabel 3 Persentase Umur 25
Tabel 4 Kandungan Zat Gizi Menu MBG 25
Tabel 5 Kategori Konsumsi Makanan Pokok 26
Tabel 6 Kategori Konsumsi Lauk Hewani 27
Tabel 7 Kategori Konsumsi Lauk Nabati 27
Tabel 8 Kategori Konsumsi Sayur 28
Tabel 9 Kategori Konsumsi Buah 29
Tabel 10 Persentase Pengetahuan Keragaman Pangan 30

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1 Alternatif implementasi layanan PAUD HI 12
Gambar 2 Bekerja sama dengan Posyandu/BKB setempat 12

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian 38
Lampiran 2 Surat Keterangan Etical Clearence 39
Lampiran 3 Bukti Bimbingan 40
Lampiran 4 Informed Consent 42
Lampiran 5 Hasil Informed Consent 43
Lampiran 6 Daftar nama Anak TK B TK Mandiri Plus National School 44
Lampiran 7 Formulir Identitas Responden 45
Lampiran 8 Hasil Formulir Identitas Responden 46
Lampiran 9 Form *Food Weighing* 47
Lampiran 10 Hasil Form Food Weighing 48
Lampiran 11 Media *Puzzle* Isi Piringku 49
Lampiran 12 Hasil Penyusunan Puzzle Isi Piringku 51
Lampiran 13 Lembaran Pengamatan 52
Lampiran 14 Hasil Pengamatan Menu Harian Anak TK 53
Lampiran 15 Formulir Pengamatan Penerimaan Makanan Bergizi Gratis 54
Lampiran 16 Hasil Formulir Pengamatan Penerimaan Makanan Bergizi Gratis .. 55
Lampiran 17 Master Tabel Menu MBG 5 Hari 56
Lampiran 18 Master Tabel Penerimaan Makanan Bergizi Gratis 57
Lampiran 19 Master Tabel Pengamatan Makanan Bergizi Gratis 62
Lampiran 20 Master Tabel Pengetahuan Keragaman Pangan 67
Lampiran 21 Master Tabel Status Gizi 68
Lampiran 22 Hasil SPSS 69
Lampiran 23 Menu Makanan Bergizi Gratis 73
Lampiran 24 Sisa Makanan Bergizi Gratis 74
Lampiran 25 Dokumentasi Penelitian 75