KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN KONTRIBUSINYA TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI ANAK DI TK HOLISTIK INTEGRATIF AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL CABANG LUBUK PAKAM

MAULIDA FITRI RANGKUTI
P01031123069

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

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN KONTRIBUSINYA TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI ANAK DI TK HOLISTIK INTEGRATIF AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL CABANG 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

MAULIDA FITRI RANGKUTI
P01031123069

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 KONTRIBUSINYA TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI ANAK DI TK HOLISTIK INTEGRATIF AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL CABANG LUBUK PAKAM

Disusun Oleh

MAULIDA FITRI RANGKUTI
P01031123069

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

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN KONTRIBUSINYA TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI ANAK DI TK HOLISTIK INTEGRATIF AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL CABANG LUBUK PAKAM

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

MAULIDA FITRI RANGKUTI

P01031123069

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 : Berlin Sitanggang,SST,M.Kes : .....
3. Anggota 2 : Rumida,SP,M.kes : .....

Lubuk Pakam 5 Oktober 2026
Mengetahui
Ketua Prodi

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

Dipindai dengan CamScanner

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Maulida Fitri Rangkuti

NIM : P01031123069

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 KONTRIBUSINYA TERHADAP ASUPAN DAN ZAT GIZI ANAK DI TK HOLISTIK INTEGRATIF AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL CABANG 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,



Maulida Fitri Rangkuti

P01031123069

Dipindai dengan CamScanner



BIODATA PENULIS

Nama	: Maulida Fitri Raangkuti
Tempat/Tgl Lahir	: Panyabungan 14 Nopember 2004
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat Rumah	: Jl.H.Mahmud Lubis No.20
Nomor Hp	: 081375110759

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : MIS Model Panyabungan
2. SLTP : MTsN 2 Panyabungan
3. SLTA : MAN 1 Mandailing Natal

ABSTRAK

GAMBARAN PENERIMAAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DAN KONTRIBUSINYA TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI ANAK DI TK HOLISTIK INTEGRATIF AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL CABANG LUBUK PAKAM

Maulida Fitri Rangkuti, Tetty Herta Doloksaribu
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)
Email : maulidafitri1173@gmail.com

Anak usia dini berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga memerlukan asupan zat gizi yang memadai. Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dirancang untuk menyediakan makanan sehat dan bergizi bagi kelompok sasaran prioritas, termasuk peserta didik. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran penerimaan MBG dan kontribusinya terhadap asupan zat gizi anak di TK Holistik Integratif Aisyiyah Bustanul Athfal Cabang Lubuk Pakam. Jenis penelitian ini adalah observasional deskriptif dengan desain *cross-sectional*. Sampel berjumlah 30 orang anak TK usia 5–7 tahun. Data penerimaan MBG diperoleh melalui metode *food weighing* selama 5 hari, sedangkan asupan zat gizi diperoleh menggunakan *food recall* 2×24 jam. Analisis data dilakukan secara univariat dengan penyajian distribusi frekuensi, persentase, nilai minimum dan maksimum, rata-rata, serta standar deviasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata persentase penerimaan MBG, yaitu makanan pokok 94% (kategori tinggi), lauk hewani 86% (kategori tinggi), lauk nabati 83% (kategori tinggi), sayuran 71% (kategori rendah), dan buah 99% (kategori tinggi). Persentase kontribusi menu MBG terhadap AKG untuk anak usia 5–6 tahun, energi sebesar 26%, protein sebesar 65%, lemak sebesar 20%, dan karbohidrat sebesar 24%, sementara untuk anak usia 7 tahun energi sebesar 22%, protein sebesar 41%, lemak sebesar 20%, dan karbohidrat sebesar 21%. Asupan zat gizi harian anak menunjukkan bahwa asupan energi dengan kategori defisit berat sebesar 60%, protein dengan kategori lebih sebesar 73,3%, lemak dengan kategori defisit berat sebesar 60% dan karbohidrat dengan kategori defisit berat sebesar 83,3%.

Kelompok pangan pada menu MBG dengan kategori penerimaan tinggi yaitu makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan buah. Persentase kontribusi asupan energi, lemak, dan karbohidrat sesuai dengan angka rujukan yang ditetapkan (20–25% AKG), namun kontribusi asupan protein berada diatas rujukan tersebut untuk anak usia 5–7 tahun. Asupan zat gizi harian anak yang berada di bawah normal (<70% AKG) adalah asupan energi, lemak, dan karbohidrat masing-masing pada kategori defisit berat. 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 dan orang tua diharapkan mendukung pemenuhan asupan zat gizi anak di rumah.

Kata kunci : Asupan zat gizi, penerimaan MBG.

ABSTRACT

DESCRIPTION OF FREE NUTRITIOUS MEAL ACCEPTANCE AND ITS CONTRIBUTION TO CHILDREN'S NUTRIENT INTAKE AT TK HOLISTIK INTEGRATIF AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL LUBUK PAKAM BRANCH

Maulida Fitri Rangkuti, Tetty Herta Doloksaribu
Medan Health Polytechnic, Ministry of Health, Indonesia
Email : maulidafitri1173@gmail.com

Early childhood is a critical period of rapid growth and development that requires adequate nutrient intake. The Free Nutritious Meal (Makan Bergizi Gratis/MBG) Program is designed to provide healthy and nutritious meals to priority target groups, including students. This study aimed to describe MBG acceptance and its contribution to children's nutrient intake at TK Holistik Integratif Aisyiyah Bustanul Athfal, Lubuk Pakam Branch.

This descriptive observational study employed a cross-sectional design. The sample consisted of 30 kindergarten children aged 5–7 years. MBG acceptance data were collected using the food weighing method over five days, while nutrient intake was assessed using two 24-hour food recalls. 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 94% for staple foods (high category), 86% for animal-source side dishes (high category), 83% for plant-source side dishes (high category), 71% for vegetables (low category), and 99% for fruits (high category). The percentage contribution of the MBG menu to the Recommended Dietary Allowance (RDA) among children aged 5–6 years was 26% for energy, 65% for protein, 20% for fat, and 24% for carbohydrates, while among 7-year-old children, the contributions were 22% for energy, 41% for protein, 20% for fat, and 21% for carbohydrates. Daily nutrient intake showed that 60% of children had a severe energy deficit, 73.3% had excessive protein intake, 60% had a severe fat deficit, and 83.3% had a severe carbohydrate deficit.

The food groups with high acceptance in the MBG menu were staple foods, animal-source side dishes, plant-source side dishes, and fruits. The contributions of energy, fat, and carbohydrate intake were within the recommended range of 20–25% of the RDA, whereas protein contribution exceeded this reference among 7-year-old children. Daily nutrient intakes below the normal level (<70% of the RDA) included energy, fat, and carbohydrates, all of which were classified as severe deficits. Teachers are encouraged to accompany and motivate children to consume MBG meals at school. Teachers are also expected to coordinate with the SPPG regarding food groups with low acceptance to improve their consumption, while parents are encouraged to support the fulfillment of children's nutrient requirements at home.

Keywords: Nutrient intake, MBG acceptance.

PROOF READING OF TRANSLATION
TRANSLATION VERIFIED
25 SEP 2020

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas melimpahnya berkat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul " Gambaran Penerimaan Makanan Bergizi Gratis Dan Kontribusinya Terhadap Asupan Zat Gizi Anak di Tk Holistik Integratif Aisyiyah Bustanul Athfal Cabang Lubuk Pakam " dapat terselesaikan.

Selanjutnya terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM selaku pembimbing 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 kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH, selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Ibu Dr. Yenny Zuraidah, SP, M.Kes, selaku Ketua Prodi Diploma III Jurusuan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
4. Bapak Sri Heriyanto, SST, MKM selaku Pembimbing Akademik.
5. Bapak Berlin Sitanggang, SST, M.Kes, Dosen Penguji I.
6. Ibu Rumida, SP, M.Kes, Dosen Penguji II .
7. Ibu Melnita, S.Pd, Pimpinan Sekolah di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Cabang Lubuk Pakam
8. Bapak Syafrul Rangkuti dan Ibu Nurasyiah kedua orang tua tercinta,serta adik laki-laki saya Luthfi, Faiz, dan Naufal.
9. Dongan Magodang, Healthy, Kartini, Fouza, Muthia, dan Ilmi teman membantu penelitian ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah, penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Atas perhatiannnya penulis mengucapkan terimakasih.

Maulida Fitri Rangkuti

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iv**
BIODATA PENULIS ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 2
C. Tujuan Penelitian 3
D. Manfaat Penelitian 3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **4**
A. Makanan Bergizi Gratis 4
B. Pendidikan Anak Usia Dini Holistik Integratif (HI) 10
C. Penerimaan Makanan Pada Anak 11
D. Asupan Zat Gizi Pada Anak 12
E. Definisi Operasional 14
BAB III METODE PENELITIAN **15**
A. Jenis dan Desain Penelitian **15**
B. Lokasi dan Waktu Penelitian **15**
C. Populasi dan Sampel Penelitian **15**
D. Tehnik dan Instrument Pengumpulan Data **15**
E. Analisis Data **19**
F. Tahapan Penelitian **20**
BAB IV **22**
A. Hasil Penelitian 22

B. Pembahasan.....26
BAB V 30
KESIMPULAN DAN SARAN 30
A. Kesimpulan 30
B. Saran 30
DAFTAR PUSTAKA.....31
LAMPIRAN.....33

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1.Rujukan Angka Kecukupan Gizi Satu Kali MBG 8
Tabel 2 Angka Kecukupan Gizi.....13
Tabel 3 Definisi Operasional 14
Tabel 4 Distribusi Berdasarkan Umur 22
Tabel 5 Kandungan Zat Gizi Menu MBG* 22
Tabel 6 Kategori Penerimaan Makanan Pokok.....23
.Tabel 7 Kategori Penerimaan Lauk Hewani 23
Tabel 8 Kategori Penerimaan Lauk Nabati.....24
Tabel 9 Kategori Penerimaan Sayuran.....24
Tabel 10 Kategori Penerimaan Buah 25
Tabel 11 Asupan Zat Gizi 25

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1 Alternatif implementasi layanan TK HI.....11

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian 33
Lampiran 2. Surat Keterangan Etical Clearence 34
Lampiran 3. Bukti Bimbingan 35
Lampiran 4. Informed Consent 37
Lampiran 5. Lembar Pengamatan 38
Lampiran 6. Formulir Food Weighing 39
Lampiran 7.Formulir Food Recall 40
Lampiran 8.Daftar Nama Anak TK HI Aisyiyah Bustanul Athfal Cabang Lubuk Pakam 41
Lampiran 9. Master Tabel Penerimaan MBG 42
Lampiran 10. Master Tabel Food Recall 2 x 24 Jam 47
Lampiran 11. Master Tabel Rata Rata Presentase Kontribusi MBG Terhadap AKG 48
Lampiran 12. Hasil SPSS 49
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian 53