

SKRIPSI

**ANALISIS STATUS GIZI ANAK *STUNTING* DAN *UNDERWEIGHT* YANG
MENDAPAT MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SDN NO. 106190
KOTA PARI, PANTAI CERMIN, SERDANG BEDAGAI**



DEASY AYU OCTAVIA SIHOMBING

P01031222075

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

**ANALISIS STATUS GIZI ANAK *STUNTING* DAN *UNDERWEIGHT* YANG
MENDAPAT MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SDN NO. 106190
KOTA PARI, PANTAI CERMIN, SERDANG BEDAGAI**

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Program Studi D-IV Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



DEASY AYU OCTAVIA SIHOMBING

P01031222075

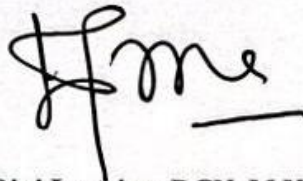
**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN
SKRIPSI
ANALISIS STATUS GIZI ANAK *STUNTING* DAN *UNDERWEIGHT* YANG
MENDAPAT MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SDN NO. 106190
KOTA PARI, PANTAI CERMIN, SERDANG BEDAGAI

Diusulkan Oleh :
DEASY AYU OCTAVIA SIHOMBING
P01031222075

Telah disetujui di Lubuk Pakam
Pada tanggal 28 Agustus 2026

Pembimbing Utama,



Dini Lestrina, DCN, M.Kes
NIP. 197005221992032001



Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**ANALISIS STATUS GIZI ANAK *STUNTING* DAN *UNDERWEIGHT* YANG
MENDAPAT MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SDN NO. 106190
KOTA PARI, PANTAI CERMIN, SERDANG BEDAGAI**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh :

DEASY AYU OCTAVIA SIHOMBING

P01031222075

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 12 September 2025

Tim Penguji:

Tanda tangan

1. Ketua : Dini Lestrina, DCN, M.Kes,

2. Anggota 1 : Ginta Siahaan, DCN, M.Kes

3. Anggota 2 : Mincu Manalu, S.Gz, M.kes



Lubuk Pakam, 04 September 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

BIODATA PENULIS



Nama : Deasy Ayu Octavia Sihombing
Tempat/Tgl lahir : Karawang, 03 Oktober 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Griya Pesona Asri Blok B2/03 RT04/009, Desa
Cibalongsari, Kecamatan Klari, Kab. Karawang,
Jawa Barat
Nomor HP : 082162702737

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN No. 173146 Sipoholon
2. SMP : SMPN 3 Klari
3. SMA : SMAN 1 Klari

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Deasy Ayu Octavia Sihombing
NIM : P01031222075
Program Studi : Diploma IV
Jurusan : Gizi dan Dietetika
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

Analisis Status Gizi Anak *Stunting* Dan *Underweight* Yang Mendapat Makanan Bergizi Gratis (MBG) Di SDN No. 106190 Kota Pari, Pantai Cermin, Serdang Bedagai

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, 04 September 2026

Penulis,



DEASY AYU OCTAVIA SIHOMBING

P01031222075

ABSTRAK

ANALISIS STATUS GIZI ANAK *STUNTING* DAN *UNDERWEIGHT* YANG MENDAPAT MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SDN NO. 106190 KOTA PARI, PANTAI CERMIN, SERDANG BEDAGAI

Deasy Ayu Octavia Sihombing
Dibawah Bimbingan Dini Lestrina DCN, M.Kes
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
Email: deasyyaos03@gmail.com

Stunting dan *underweight* masih menjadi permasalahan gizi utama pada anak sekolah dasar yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Salah satu upaya pemerintah untuk mengatasinya adalah melalui pemberian Makanan Bergizi Gratis (MBG). Penelitian ini bertujuan menganalisis perubahan status gizi anak *stunting* dan *underweight* sebelum dan sesudah mendapat MBG serta membandingkannya dengan kelompok kontrol.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 5 Mei hingga 10 Juni 2025 dengan desain observasional *prospective cohort study* menggunakan dua kelompok dengan pengukuran awal dan akhir. Subjek terdiri dari 35 siswa kelompok kasus penerima MBG SDN No. 106190 Kota Pari dan 38 siswa kelompok kontrol SDN No. 106192 KP. Besar yang belum menerima MBG. Status gizi dinilai berdasarkan indeks TB/U dan BB/U.

Hasil menunjukkan prevalensi *stunting* pada kelompok kasus menurun dari 71,4% menjadi 62,9% dan *underweight* dari 68,6% menjadi 42,9%. Asupan energi, protein, dan karbohidrat meningkat signifikan ($p=0,000$). Rata-rata tinggi badan meningkat 0,63 cm dan berat badan 0,78 kg setelah intervensi. Meskipun perbedaan akhir antar kelompok tidak signifikan ($p>0,05$), kelompok kasus menunjukkan perbaikan lebih baik dibandingkan kontrol.

Hal ini menunjukkan bahwa MBG berkontribusi terhadap peningkatan asupan zat gizi dan perbaikan pertumbuhan, meskipun pertumbuhan linear memerlukan waktu lebih panjang serta dipengaruhi faktor genetik, kesehatan, dan pola asuh.

Kata kunci : Anak Sekolah Dasar, Makanan Bergizi Gratis, *Stunting*, *Underweight*

ABSTRACT

ANALYSIS OF NUTRITIONAL STATUS OF STUNTED AND UNDERWEIGHT CHILDREN RECEIVING THE NUTRITIOUS MEALS PROGRAM AT SDN NO. 106190 KOTA PARI, PANTAI CERMIN, SERDANG BEDAGAI

Deasy Ayu Octavia Sihombing, Supervised By Dini Lestrina, DCN, M.Kes
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: deasyyaos03@gmail.com

Stunting and underweight remain major nutritional problems among elementary school children, impacting physical growth and cognitive development. One of the government's efforts to address this issue is through the provision of the Nutritious Meals Program. This study aims to analyze changes in the nutritional status of stunted and underweight children before and after receiving the Nutritious Meals Program, and to compare them with a control group.

This study was conducted from May 5th to June 10th, 2025, using a prospective cohort observational study design with pre- and post-measurement across two groups. The subjects consisted of 35 students in the case group (Nutritious Meals Program recipients) from SDN No. 106190 Kota Pari and 38 students in the control group from SDN No. 106192 KP. Besar, who had not received the Nutritious Meals Program. Nutritional status was assessed based on height-for-age (HAZ) and weight-for-age (WAZ) indices.

The results showed that the prevalence of stunting in the case group decreased from 71.4% to 62.9%, and underweight decreased from 68.6% to 42.9%. Energy, protein, and carbohydrate intake increased significantly ($p=0.000$). The average height increased by 0.63 cm and body weight by 0.78 kg after the intervention. Although the final difference between the groups was not statistically significant ($p>0.05$), the case group showed better improvement compared to the control group.

This study demonstrates that the Nutritious Meals Program contributes to increased nutrient intake and improved growth, although linear growth requires a longer duration and is influenced by genetics, health, and parenting styles.

Keywords: Elementary School Children, Nutritious Meals Program, Stunting, Underweight



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul "Analisis status gizi anak *stunting* dan *underweight* yang mendapat Makanan Bergizi Gratis (MBG) di SDN No. 106190 Kota Pari, Pantai Cermin, Serdang Bedagai" dapat terselesaikan.

Selanjutnya, ucapan terima kasih yang tak terhingga penulis sampaikan kepada Ibu Dini Lestrina, DCN, M.Kes, selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankan pula penulis untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, SsiT, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Dr. Herta Masthalina Tobing, SKM, MPH, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes, selaku Pembimbing Akademik.
5. Ginta Siahaan, DCN, M.Kes, atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
6. Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes, atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
7. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan, serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
8. Kepala Sekolah SDN No. 106190 Kota Pari dan Kepala Sekolah SDN No. 106192 KP. Besar, yang telah memberikan izin penelitian.
9. Kepala SPPG BGN Pantai Cermin, ahli gizi dan staff, yang telah memberikan izin penelitian.
10. Siswa/siswi SDN No. 106190 Kota Pari dan SDN No. 106192 KP. Besar yang telah bersedia menjadi responden penelitian.

11. Orang tua tercinta, Bapak Tonny Rivai Sihombing dan Ibu Demak Simanungkalit, beserta adik-adik tersayang, Bona Mahendro Febrian Sihombing dan Boni Mahendra Febrian Sihombing, yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih karena telah mengajarkan bahwa cinta tidak selalu diucapkan, tetapi selalu dibuktikan. Skripsi ini mungkin hanya sebuah karya, tetapi di dalamnya ada doa, pengorbanan, dan kasih sayang yang telah kalian titipkan di setiap langkah penulis.
12. Alex R. Situmeang, seseorang yang tidak pernah meminta untuk disebut, tetapi selalu menjadi bagian dari setiap langkah yang membawa penulis sampai di titik ini. Semoga semesta selalu membalas segala doa, waktu, dan ketulusan yang pernah engkau berikan, meski mungkin tak semuanya sempat terucap.
13. Kepada teman-teman satu bimbingan, Nova, Riyanta, Nabila, Shadrina, dan Audy yang selalu memberikan semangat dan dorongan dalam menyelesaikan penulisan skripsi.
14. Sahabat kost, Dinda, Liza, dan Putri, terima kasih telah menjadi rumah di perantauan. Terima kasih atas segala perhatian, doa, canda, dan kebersamaan yang tanpa disadari menjadi kekuatan dalam menyelesaikan perjalanan ini.
15. Sahabat seperjuangan, Fahira, Hotriani, Wishal, dan Anggy, terima kasih telah berjalan bersama sejak semester pertama hingga akhir perjalanan ini. Banyak cerita, tawa, dan perjuangan yang telah kita lewati bersama, dan semuanya akan selalu menjadi bagian yang berharga. Semoga langkah kita ke depan dipenuhi kemudahan, kesuksesan, dan kebahagiaan, tanpa pernah menghapus kenangan indah yang telah kita ciptakan bersama.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun skripsi ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Deasy Ayu Octavia Sihombing

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
BIODATA PENULIS.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Ruang Lingkup.....	4
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus.....	5
E. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Peneliti	5
2. Bagi Responden	6
3. Bagi Institusi	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Status Gizi	7
1. Pengertian Status Gizi	7
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Status Gizi	7
3. Penilaian Status Gizi	10
B. Stunting	12

1. Definisi <i>Stunting</i>	12
2. Penyebab <i>Stunting</i>	13
3. Dampak <i>Stunting</i>	15
4. Klasifikasi <i>Stunting</i>	15
C. Underweight.....	16
1. Definisi <i>Underweight</i>	16
2. Penyebab <i>Underweight</i>	17
3. Dampak <i>Underweight</i>	18
4. Klasifikasi <i>Underweight</i>	19
D. Anak Sekolah Dasar	19
1. Pengertian Anak Sekolah Dasar	19
2. Karakteristik Anak Sekolah Dasar	20
3. Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah Dasar	21
E. Makanan Bergizi Gratis (MBG).....	22
1. Pengertian Makanan Bergizi Gratis (MBG)	22
2. Dampak MBG Terhadap Status Gizi.....	23
F. Kerangka Teori.....	25
G. Kerangka Konsep.....	26
H. Definisi Operasional.....	27
I. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Pendekatan penelitian.....	28
B. Desain penelitian.....	28
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
D. Jenis dan Rancangan Penelitian	29
E. Populasi dan Sampel	30
1. Populasi.....	30
2. Sampel.....	30
F. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	31
1. Jenis Data	31
2. Cara Pengumpulan Data.....	31
G. Pengolahan dan Analisis Data.....	33

1. Pengolahan Data.....	33
2. Analisis Data	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Hasil	36
1. Gambaran Umum	36
2. Karakteristik Sampel.....	37
3. Status Gizi	38
4. Makanan Bergizi Gratis	39
5. Tinggi Badan (cm)	43
6. Berat Badan (kg)	45
B. Pembahasan.....	47
1. Karakteristik Responden	47
2. Analisis Makanan Bergizi Gratis	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	58

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Serat, dan Air yang dianjurkan (per orang per hari).....	22
Tabel 2 Definisi Operasional.....	27
Tabel 3 Distribusi sampel menurut umur	37
Tabel 4 Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin	38
Tabel 5 Distribusi sampel berdasarkan status gizi TB/U kelompok kasus dan kontrol	38
Tabel 6 Distribusi sampel berdasarkan status gizi BB/U kelompok kasus dan kontrol	39
Tabel 7 Distribusi zat gizi sebelum dan sesudah kelompok kasus dan kontrol	40
Tabel 8 Distribusi zat gizi akhir kelompok kasus dan kontrol	42
Tabel 9 Distribusi tinggi badan sebelum dan sesudah kelompok kasus dan kontrol	43
Tabel 10 Distribusi tinggi badan sesudah kelompok kasus dan kontrol	44
Tabel 11 Distribusi berat badan sebelum dan sesudah kelompok kasus dan kontrol	45
Tabel 12 Distribusi berat badan sesudah kelompok kasus dan kontrol.....	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kategori dan Ambang Batas Indeks TB/U	15
Gambar 2 Kategori dan Ambang Batas Indeks BB/U.....	19
Gambar 3 Kerangka Teori	25
Gambar 4 Kerangka Konsep	26
Gambar 5 Kategori Tinggi Badan menurut Umur	34
Gambar 6 Kategori Berat Badan menurut Umur	34

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Master Tabel Kasus.....	61
Lampiran 2 Master Tabel Kelompok Kontrol	65
Lampiran 3 Hasil Uji Statistik	69
Lampiran 4 Bimbingan Usulan Proposal	78
Lampiran 5 Keterangan Layak Etik	80
Lampiran 6 Surat Izin Survei Pendahuluan	81
Lampiran 7 Balasan Survei Pendahuluan	82
Lampiran 8 Balasan Survei Pendahuluan SPPG BGN Pantai Cermin	83
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian.....	84
Lampiran 10 Balasan Surat Izin Penelitian.....	85
Lampiran 11 Balasan Surat Izin Penelitian Kelompok Kontrol.....	86
Lampiran 12 Dokumentasi Survei Pendahuluan.....	87
Lampiran 13 Contoh Perhitungan Menu Siang MBG	88
Lampiran 14 Pengukuran Awal Kelompok Kasus	89
Lampiran 15 Pengukuran Awal Kelompok Kontrol.....	90
Lampiran 16 Pengukuran Akhir Kelompok Kasus	91
Lampiran 17 Pengukuran Akhir Kelompok Kontrol.....	92
Lampiran 18 Food Recall Awal Kelompok Kasus	93
Lampiran 19 Food Recall Awal Kelompok Kontrol	94
Lampiran 20 Food Recall Akhir Kelompok Kasus	95
Lampiran 21 Food Recall Akhir Kelompok Kontrol	96
Lampiran 22 Dokumentasi Dapur MBG Pantai Cermin.....	97
Lampiran 23 Dokumentasi Menu MBG	98