

SKRIPSI
ANALISIS STATUS GIZI ANAK DENGAN KRITERIA *UNDERWEIGHT*
YANG MENERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG)
DI SD NEGERI NO 101953 PANTAI CERMIN
KABUPATEN SERDANG BEDAGAI



SHADRINA SYIFA RAHIEM
P01031222174

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

**ANALISIS STATUS GIZI PADA ANAK DENGAN KRITERIA *UNDERWEIGHT*
YANG MENERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG)
DI SD NEGERI NO 101953 PANTAI CERMIN
KABUPATEN SERDANG BEDAGAI**

Sebagai ini salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika (S.Tr.Gz)
pada Program Studi D-IV Gizi Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**SHADRINA SYIFA RAHIEM
P01031222174**

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

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**Analisis Status Gizi anak dengan kriteria Underweight
Yang menerima Makanan Bergizi Gratis (MBG)
Di SD Negeri No 101953 Pantai Cermin
Kabupaten Serdang Bedagai**

Diusulkan Oleh:

SHADRINA SYIFA RAHIEM

P01031222174

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 10 Agustus 2026

Pembimbing Utama



Dini Lestrina, DCN, M.Kes

NIP. 19700522199203200

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

**Analisis Status Gizi pada anak dengan kriteria Underweight
yang menerima Makanan Bergizi Gratis (MBG)
di SD Negeri No 101953 Pantai Cermin
KabupatenSerdang Bedagai**

Telah diperoleh dan disusun oleh:

SHADRINA SYIFA RAHIEM

P01031222174

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 6 february 2026

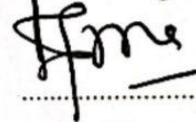
Tim Penguji:

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

2. Anggota 1 : Dr. Mahdiah, DCN, M. Kes

3. Anggota 2 : Fauzi Romeli, SKM, M. Kes

Tanda Tangan







Lubuk Pakam, 13 Agustus 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



Dr. Rina Dorahna Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

BIODATA PENULIS



Nama : Shadrina Syifa Rahiem
Tempat/Tgl Lahir : Medan/ 24 April 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jl Jermal 7 komplek Veteran No 5
Nomor HP : 081372270406

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Al-Ikhkas Taqwa
2. SMP : SMP Muhammdiyah 01 Medan
3. SMA : MAN 3 Medan

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Shadrina Syifa Rahiem
NIM : P01031222174
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:

Analisi Status Gizi Pada anak dengan kriteria *Underweight*

Yang menerima Makanan Bergizi Gratis (mbg)

Di SD Negeri No 101953 Pantai Cermin

Kabupaten 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, 18 Agustus 2026

Penulis,



SHADRINA SYIFA RAHIEM

P01031222174

ABSTRAK

ANALISIS STATUS GIZI PADA ANAK DENGAN KRITERIA *UNDERWEIGHT* YANG MENERIMA MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI SD NEGERI NO 101953 PANTAI CERMIN KABUPATEN SERDANG BEDAGAI

Shadrina Syifa Rahiem

Dibawah Bimbingan Dini Lestrina, DCN, M. Kes, RD

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan

Email: syifarahiem@gmail.com

Underweight adalah kondisi berat badan anak yang berada di bawah standar normal menurut umur (BB/U). Masalah *underweight* masih banyak ditemukan pada anak usia sekolah dan dapat berdampak pada pertumbuhan, perkembangan, daya tahan tubuh, serta kemampuan belajar anak. Program Makanan Bergizi Gratis bertujuan meningkatkan asupan gizi anak sekolah.

Merupakan penelitian observasional dengan rancangan Prospective Cohort Study menggunakan two group pretest-posttest control group design. Sampel dipilih secara purposive sampling, yaitu 30 anak *underweight* pada kelompok intervensi dan 30 anak *underweight* pada kelompok kontrol. Kelompok kontrol adalah sekolah yang belum melaksanakan MBG. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Independent T-Test dengan tingkat signifikansi $p \leq 0,05$.

Peningkatan asupan zat gizi pada anak yang menerima Program Makanan Bergizi Gratis (MBG). Rata-rata asupan energi meningkat dari 1.147,4 kkal menjadi 1.408,4 kkal, protein dari 34,5gram menjadi 53,6 gram, karbohidrat dari 193,5gram menjadi 213,5 gram, dan lemak dari 35,4gram menjadi 42,8 gram. Peningkatan ini menunjukkan bahwa program MBG mampu membantu memenuhi kebutuhan gizi harian anak yang sebelumnya masih kurang. Setelah menerima MBG, sebagian besar responden mengalami perbaikan status gizi menjadi normal, sehingga program ini dapat membantu mengatasi masalah gizi kurang pada anak usia sekolah.

Penelitian ini bahwa Program Makanan Bergizi Gratis efektif dalam meningkatkan asupan gizi, berat badan, dan status gizi anak *underweight*. Disarankan agar Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) terus dilaksanakan dan ditingkatkan kualitas menunya karena terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan berat badan dan status gizi anak.

Kata Kunci: Anak sekolah, Berat Badan, Program makanan bergizi gratis, Status gizi, *Underweight*

ABSTRACT

NUTRITIONAL STATUS ANALYSIS OF UNDERWEIGHT CHILDREN RECEIVING FREE NUTRITIOUS MEALS (MBG) AT SD NEGERI NO. 101953 PANTAI CERMIN, SERDANG BEDAGAI REGENCY

Shadrina Syifa Rahiem, Supervision of Dini Lestrina, DCN, M. Kes, RD
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: syifarahiem@gmail.com

Underweight is a condition where a child's body weight is below the standard normal range for their age (Weight-for-Age/W/A). The issue of underweight remains prevalent among school-aged children and can adversely affect their growth, development, immune system, and learning capabilities. The Free Nutritious Meal (Makanan Bergizi Gratis - MBG) Program aims to improve the nutritional intake of schoolchildren.

This study was an observational study with a Prospective Cohort design using a two-group pretest-posttest control group design. The sample was selected via purposive sampling, comprising 30 underweight children in the intervention group and 30 in the control group. The control group consisted of schools that had not yet implemented the MBG program. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses employing the Independent T-Test with a significance level of $p < 0.05$.

There was a significant increase in nutrient intake among children receiving the Free Nutritious Meal (MBG) Program. The mean energy intake increased from 1,147.4 kcal to 1,408.4 kcal, protein from 34.5 grams to 53.6 grams, carbohydrates from 193.5 grams to 213.5 grams, and fat from 35.4 grams to 42.8 grams. These findings indicate that the MBG program helps meet the children's daily nutritional needs, which were previously insufficient. Following the MBG intervention, the majority of respondents experienced a return to normal nutritional status, suggesting that this program can help address undernutrition among school-aged children.

The Free Nutritious Meal (MBG) Program is effective in increasing nutrient intake, body weight, and nutritional status of underweight children. It is recommended that the MBG program continue to be implemented and that the menu quality be enhanced, as it has been shown to positively impact children's weight and nutritional status.

Keywords: Body weight, Free nutritious meal program, Nutritional status, School children, Underweight.



2

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Analisis Status Gizi pada anak dengan kriteria underweight yang menerima makanan bergizi gratis (MBG) DI sd Negeri No 101953 Pantai Cermin Kabupaten 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 terimakasih yang sebesar besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan
2. Ibu Herta Mastalina, SKM., MPH, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
3. Ibu Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
4. Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes selaku dosen penguji I yang telah memberikan saran dan masukan berharga dalam penyempurnaan skripsi
5. Fauzi Romeli, SKM, M.Kes selaku dosen penguji II yang telah memberikan saran dan masukan berharga dalam penyempurnaan skripsi
6. Kedua orang tua yang penulis sayangi, dan abang yang saya selalu mendoakan, memberikan semangat, dukungan moral maupun materi, serta kasih sayang yang tiada henti.
7. Sahabat seperjuangan, Jesica, Ribka, Putri, Maria, Vebi, terima kasih telah berjalan bersama sejak semester 2 hingga akhir perjalanan ini. Banyak suka duka, tawa tangis yang sudah kita lewatin sama sama, semoga kita kedepan di penuhi dengan kesuksesan dan kebahagiaan.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	i
BIODATA PENULIS	iii
RIWAYAT PENDIDIKAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat penelitian	4
1. Bagi peneliti.....	4
2. Bagi Sampel	4
3. Bagi Pelaksana Program MBG	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Status Gizi	5
1. Pengertian Status Gizi	5
2. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	5
3. Cara Penilaian Status Gizi.....	7
B. Underweight	10
1. Pengertian Underweight	10
2. Faktor underweight	11
3.Dampak Underweight	12

4. Klasifikasi Underweight.....	13
C. Indeks Masa Tubuh (IMT)	13
D. Anak Sekolah	14
1. Pengertian Anak Sekolah	14
2. Karakteristik Anak Sekolah	15
3. Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah Dasar.....	15
E. Makan Bergizi Gratis (MBG).....	16
1. Pengertian MBG.....	16
2. Dampak Program MBG Terhadap Status Gizi	16
F. Kerangka Teori	18
G. Kerangka Konsep	19
H. Definisi Operasional.....	20
I. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	22
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	22
C. Populasi Dan Sampel.....	23
1. Populasi	23
2. Sampel.....	23
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data.....	23
1. Jenis Data.....	23
2. Cara Pengumpulan Data	24
E. Pengolahan dan Analisa Data.....	26
1. Pengolahan Data.....	26
2. Analisa Data.....	26
BAB IV HASIL DAN KESIMPULAN	27
A. Hasil	27
1. Gambaran Umum	27
2. Karakteristik Sampel	28
3. Status Gizi	29
4. Makanan Bergizi Gratis	30
5. Berat Badan	34
B. Pembahasan	36
1. Karakteristik Responden	36

2. Analisis Makanan Bergizi Gratis	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks BB/U	13
Tabel 2 Definisi Operasional	20
Tabel 3 Distribusi sampel menurut umur	28
Tabel 4 Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin	29
Tabel 5 Distribusi sampel berdasarkan Status Gizi	29
Tabel 6 Distribusi Asupan Zat gizi Awal dan Akhir menerima MBG	31
Tabel 7 Distribusi Zat gizi Akhir Kelompok Kasus dan Kontrol	33
Tabel 8 Distribusi berat badan	34
Tabel 9 Distribusi Perbedaan Uji berat badan Akhir	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	18
Gambar 2 Kerangka Konsep	19

DAFTAR LAMPIRAN

lampiran 1 Master Tabel Kasus.....	47
lampiran 2 Master Tabel Kontrol.....	51
lampiran 3 Hasil Uji Statistik.....	55
lampiran 4 Bukti Bimbingan Usulan Skripsi	59
lampiran 5 Keterangan Layak Etik	61
lampiran 6 Surat Izin Survey Pendahuluan	62
lampiran 7 Balasan Survei Pendahuluan.....	63
lampiran 8 Balasan Survei Pendahuluan SPPG BGN Pantai Cermin.....	64
lampiran 9 Surat Izin Penelitian	65
lampiran 10 Balasan Surat Izin Penelitian	66
lampiran 11 Balasan Surat Izin Penelitian Kelompok Kontrol.....	67
lampiran 12 Dokumentasi Survei Pendahuluan	68
lampiran 13 Contoh Perhitungan Menu Siang MBG.....	69
lampiran 14 Pengukuran Awal Kelompok Kasus	70
lampiran 15 Pengukuran Awal Kelompok Kontrol	71
lampiran 16 Pengukuran Akhir Kelompok Akhir.....	72
lampiran 17 Pengukuran Akhir Kelompok Kontrol.....	73
lampiran 18 Dokumentasi Dapur MBG Pantai Cermin	74
lampiran 19 Dokumentasi Menu MBG.....	75