KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENGETAHUAN KEAMANAN PANGAN, MAKANAN JAJANAN DAN STATUS GIZI SISWA PENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS DI SMP SWASTA KARYA JAYA

PUTRI AISYAH
P01031123127

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI DIPLOMA III
TAHUN 2026

GAMBARAN PENGETAHUAN KEAMANAN PANGAN, MAKANAN JAJANAN DAN STATUS GIZI SISWA PENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS DI SMP SWASTA KARYA JAYA

Karya Tulis Ilmiah

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

PUTRI AISYAH
P01031123127

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI DIPLOMA III
TAHUN 2026

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENGETAHUAN KEAMANAN PANGAN, MAKANAN JAJANAN DAN STATUS GIZI SISWA PENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS DI SMP SWASTA KARYA JAYA

Diusulkan Oleh

PUTRI AISYAH

P01031123127

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 22 September 2026

Pembimbing Utama

Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

NIP 196503081988031003

Ketua Prodi Diploma III Gizi

Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes

NIP. 197704262001122002

HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN PENGETAHUAN KEAMANAN PANGAN, MAKANAN JAJANAN DAN STATUS GIZI SISWA PENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS DI SMP SWASTA KARYA JAYA

Telah dipersiapkan dan disusun oleh
PUTRI AISYAH
P01031123127

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 09 Juni 2026

Tim Penguji:

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN .....
2. Anggota 1 : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes .....
3. Anggota 2 : Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes .....

Lubuk Pakam, 22 September 2026
Mengetahui
Ketua Prodi

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



BIODATA PENULIS

Nama	: Putri Aisyah
Tempat/Tgl Lahir	: Tegal Rejo, 06 Desember 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat Rumah	: Link 1 Tegal Rejo
Nomor HP	: 0895322355238

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. PAUD	: Adinda
2. SD	: MIS Air Tawar
3. SMP	: MTsN 1 Langkat
4. SMA	: MAN 1 Langkat

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Putri Aisyah
NIM : P01031123127
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 Pengetahuan Keamanan Pangan, Makanan Jajanan Dan Status Gizi Siswa Penerima Makan Bergizi Gratis Di SMP Swasta Karya Jaya"

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, 22 September 2026

Penulis,



Putri Aisyah

P01031123127

ABSTRAK

GAMBARAN PENGETAHUAN KEAMANAN PANGAN, MAKANAN JAJANAN DAN STATUS GIZI SISWA PENERIMA MAKAN BERGIZI GRATIS DI SMP SWASTA KARYA JAYA

Putri Aisyah, Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)
Email: putriaisyah201918@gmail.com

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan upaya pemerintah dalam meningkatkan status gizi anak usia sekolah. Keberhasilan program ini juga dipengaruhi oleh pengetahuan siswa mengenai keamanan pangan dan makanan jajanan. Pengetahuan yang rendah dapat meningkatkan risiko konsumsi makanan tidak aman yang berdampak pada kesehatan dan status gizi siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan keamanan pangan, pengetahuan makanan jajanan, dan status gizi siswa penerima program MBG di SMP Swasta Karya Jaya.

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif observasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 62 siswa dengan teknik sampling jenuh. Data pengetahuan keamanan pangan dan makanan jajanan diperoleh melalui kuesioner 10 pertanyaan. Status gizi diukur melalui berat dan tinggi badan menggunakan timbangan digital dan stadiometer, lalu dianalisis berdasarkan IMT/U dan TB/U. Data dianalisis secara univariat dan disajikan dalam distribusi frekuensi serta persentase.

Sebagian besar memiliki pengetahuan keamanan pangan kategori kurang baik (83,9%) dan pengetahuan makanan jajanan kurang baik (71,0%). Berdasarkan IMT/U, mayoritas memiliki status gizi baik (77,4%), diikuti gizi lebih (16,1%), gizi kurang (4,8%), dan sangat kurang (1,6%). Berdasarkan TB/U, sebagian besar berstatus normal (83,9%), sedangkan lainnya pendek (12,9%) dan sangat pendek (3,2%). Rata-rata tinggi badan siswa laki-laki 156,8 cm (6,2 cm di bawah standar AKG 2019), sedangkan perempuan 150,8 cm (5,2 cm di bawah standar AKG 2019).

Kesimpulan menunjukkan bahwa meskipun status gizi siswa relatif baik, pengetahuan keamanan pangan dan makanan jajanan masih rendah. Diperlukan edukasi gizi secara berkala untuk meningkatkan pengetahuan siswa dan mendukung keberhasilan Program Makan Bergizi Gratis

Kata kunci: keamanan pangan, makanan jajanan, status gizi, siswa, MBG.

ABSTRACT

FOOD SAFETY KNOWLEDGE, SNACK FOOD KNOWLEDGE, AND NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS RECEIVING THE FREE NUTRITIOUS MEAL PROGRAM AT KARYA JAYA PRIVATE JUNIOR HIGH SCHOOL

Putri Aisyah, Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: putriaisyah201918@gmail.com

The Free Nutritious Meal (MBG) Program is a government initiative designed to improve the nutritional status of school-aged children. The effectiveness of this program is influenced not only by the nutritional quality of the meals provided but also by students' knowledge of food safety and snack food selection. Inadequate knowledge may increase the risk of consuming unsafe foods, thereby adversely affecting students' health and nutritional status. This study aimed to describe food safety knowledge, snack food knowledge, and the nutritional status of students participating in the MBG Program at Karya Jaya Private Junior High School.

This descriptive observational study employed a cross-sectional design. A total of 62 students were included using a total sampling technique. Data on food safety knowledge and snack food knowledge were collected using two 10-item structured questionnaires. Nutritional status was assessed by measuring body weight and height using a digital weighing scale and a stadiometer, and subsequently classified according to body mass index-for-age (BMI-for-age) and height-for-age. Data were analyzed using univariate analysis and presented as frequencies and percentages.

Most students demonstrated poor food safety knowledge (83.9%) and poor snack food knowledge (71.0%). Based on BMI-for-age, the majority had normal nutritional status (77.4%), followed by overweight (16.1%), underweight (4.8%), and severely underweight (1.6%). Based on height-for-age, 83.9% of students had normal stature, while 12.9% were classified as stunted and 3.2% as severely stunted. The mean height of male students was 156.8 cm, which was 6.2 cm below the 2019 Indonesian Recommended Dietary Allowance (RDA) reference, whereas the mean height of female students was 150.8 cm, 5.2 cm below the corresponding reference value.

Although most students had normal nutritional status, their knowledge of food safety and snack food selection remained inadequate. Regular nutrition education focusing on food safety and healthy snack choices is recommended to improve students' knowledge and support the successful implementation of the Free Nutritious Meal (MBG) Program.

Keywords: food safety; snack foods; nutritional status; students; Free Nutritious Meal Program (MBG).

PROOF OF TRANSLATION
Kemenkes Poltekkes Medan
TRANSLATION VERIFIED

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas Berkat dan Anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul ”Gambaran Pengetahuan Keamanan Pangan, Makanan Jajanan Dan Status Gizi Siswa Penerima Makan Bergizi Gratis Di SMP Swasta Karya Jaya”

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Dr. Herta Masthalina, S.KM,M.PH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes selaku ketua Prodi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Medan
4. Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN selaku Dosen Pembimbing Utama.
5. Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes selaku penguji I yang telah banyak memberikan saran dan motivasi.
6. Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes selaku penguji II yang telah banyak memberikan saran dan motivasi.
7. Bapak yusra dan ibu lina sebagai orang tua, rizkon dan nur aulia sebagai saudara, serta ratih dan erni sebagai bibi yang telah memberikan doa dan dukungan material maupun motivasi kepada penulis dalam penulisan karya tulis ilmiah.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih ada kekurangan. Untuk itu, penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun untuk melengkapi karya tulis ilmiah ini.

Putri Aisyah

DAFTAR ISI

Hal

HALAMAN PERSETUJUAN ii

HALAMAN PENGESAHAN ..... Error! Bookmark not defined.

BIODATA PENULIS..... iv

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN v

ABSTRAK vi

ABSTRACT ..... Error! Bookmark not defined.

KATA PENGANTAR..... vii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL xi

DAFTAR LAMPIRAN xii

BAB I PENDAHULUAN ..... Error! Bookmark not defined.

A. Latar Belakang .....**Error! Bookmark not defined.**

B. Rumusan Masalah .....**Error! Bookmark not defined.**

C. Tujuan Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**

D. Manfaat Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**

BAB II TINJAUAN PUSTAKA ..... Error! Bookmark not defined.

A. Remaja.....**Error! Bookmark not defined.**

1. Pengertian Remaja .....**Error! Bookmark not defined.**

3. Kebutuhan Zat Gizi Remaja.....**Error! Bookmark not defined.**

4. Masalah Gizi pada Remaja.....**Error! Bookmark not defined.**

B. Pengetahuan.....**Error! Bookmark not defined.**

1. Pengertian Pengetahuan .....**Error! Bookmark not defined.**

2. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan .**Error! Bookmark not defined.**

C. Keamanan Pangan .....**Error! Bookmark not defined.**

1. Pengertian Keamanan Pangan.....**Error! Bookmark not defined.**

2. Prinsip-Prinsip Keamanan Pangan.....**Error! Bookmark not defined.**

3. Kontaminasi pangan (biologis, kimia, dan fisik) ..... **Error! Bookmark not defined.**

4. Metode Pengukuran Pengetahuan Keamanan Pangan .... **Error! Bookmark not defined.**

D. Makanan Jajanan .....**Error! Bookmark not defined.**

1. Definisi Makanan Jajanan ..... **Error! Bookmark not defined.**

2. Karakteristik Makanan Jajanan ..... **Error! Bookmark not defined.**

4. Kriteria Pemilihan Jajanan Yang Sehat ..... **Error! Bookmark not defined.**

5. Metode Pengukuran Pengetahuan Makanan Jajanan **Error! Bookmark not defined.**

E. Status Gizi..... **Error! Bookmark not defined.**

1. Pengertian Status Gizi ..... **Error! Bookmark not defined.**

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi..... **Error! Bookmark not defined.**

3. Metode Penilaian Status Gizi ..... **Error! Bookmark not defined.**

4. Klasifikasi Status Gizi..... **Error! Bookmark not defined.**

F. Program Makan Bergizi Gratis (MBG)..... **Error! Bookmark not defined.**

1. Pengertian Program MBG..... **Error! Bookmark not defined.**

2. Tujuan program MBG ..... **Error! Bookmark not defined.**

3. Dampak Program MBG Terhadap Status Gizi ..... **Error! Bookmark not defined.**

G. Definisi Operasional..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB III METODE PENELITIAN ..... Error! Bookmark not defined.

A. Jenis dan Desain Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**

B. Lokasi dan Waktu Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**

C. Populasi dan Sampel..... **Error! Bookmark not defined.**

D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .... **Error! Bookmark not defined.**

E. Pengolahan dan Analisis Data ..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN ..... Error! Bookmark not defined.

A. Hasil ..... **Error! Bookmark not defined.**

B. Pembahasan ..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN ..... Error! Bookmark not defined.

A. Kesimpulan..... **Error! Bookmark not defined.**

B. Saran ..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA..... Error! Bookmark not defined.

LAMPIRAN..... Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Hal

Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi Untuk Usia 13-18 Tahun.. **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2. Klasifikasi Status Gizi IMT/U.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. Klasifikasi Status Gizi TB/U.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. Defenisi Operasional.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5. Rencana Kegiatan Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Jenis Kelamin...**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Umur ..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Kelas ..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Uang saku/Hari **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Pekerjaan Orang Tua..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Pengetahuan Keamanan Pangan .....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Pengetahuan Makanan Jajanan .....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Sampel Status Gizi dengan indeks IMT/U ... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Sampel Status Gizi dengan indeks TB/U..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 15. Tabel Rata-Rata TB Menurut Jenis Kelamin..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

Hal

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 2 Surat Balasan Sekolah .....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 3 Ethical Clearence.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 4 Bukti Bimbingan.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 5 Informed Consent .....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 6 Informed Consent Sampel Penelitian .**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 7 Master Tabel .....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 8 Hasil Olah Data .....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 9 Kuesioner Pengetahuan Keamanan Pangan ..... **Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 10 Hasil Jawaban Kuesioner Keamanan Pangan. **Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 11 Kuesioner Pengetahuan Makanan Jajanan..... **Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 12 Hasil Jawaban Kuesioner Makanan Jajanan... **Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup.....**Error! Bookmark not defined.**