BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut World Health Organization (WHO), anak usia sekolah adalah anak yang berumur 7 sampai 15 tahun, mulai dari tingkat sekolah dasar hingga awal remaja. Di Indonesia, anak biasanya mulai sekolah pada usia 6 tahun dan menyelesaikan sekolah dasar sekitar usia 12 tahun. Masa sekolah adalah masa yang penting bagi anak. Pada masa ini, anak belajar pengetahuan dasar yang akan menjadi bekal saat dewasa. Mereka juga belajar berbagai keterampilan, seperti membaca, menulis, berhitung, bekerja sama, dan bertanggung jawab. Selain itu, anak mengalami banyak hal baru setiap hari dan terus tumbuh, baik secara fisik maupun secara mental. Seiring dengan proses pertumbuhan tersebut, pemenuhan gizi yang tepat menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan, karena akan berpengaruh terhadap kesehatan dan kemampuan belajar anak di sekolah (Marpaung ., 2022)

Masalah gizi pada anak usia sekolah merupakan persoalan yang terjadi di berbagai negara di dunia dan juga masih banyak ditemukan pada anak usia sekolah di Indonesia. Bentuk masalah gizi yang sering terjadi antara lain gizi kurang, malnutrisi, gizi lebih, hingga obesitas atau kegemukan (Febriana M, 2024). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menyoroti beban ganda malnutrisi pada anak usia 5-12 tahun, dengan angka overweight/obesitas mencapai 19,7% secara nasional (11,9% overweight, 7,8% obesitas) dan masalah gizi kurang (3,5% sangat kurus, 7,5% kurus). Di Sumatera Utara, prevalensi mencakup 4,2% sangat kurus, 5,2% kurus, 11,8% overweight, dan 6,5% obesitas. Masalah gizi ini berisiko tinggi terhadap kesehatan dan kecerdasan.

Masalah gizi seseorang dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor langsung seperti asupan makanan dan adanya penyakit infeksi, serta faktor tidak langsung seperti pengetahuan tentang gizi, tingkat pendidikan, dan pendapatan (Punjastuti, 2023). Status gizi yang sering dialami anak, terutama gizi kurang dapat disebabkan oleh rendahnya pendapatan keluarga dan asupan makanan yang tidak

seimbang, yang pada akhirnya memengaruhi pola makan anak (Lehan, 2023). Masalah gizi bisa muncul jika asupan makanan anak tidak seimbang, baik terlalu sedikit maupun terlalu banyak. Kondisi ini dapat memengaruhi kesehatan dan pertumbuhan anak. Kebutuhan energi anak usia sekolah lebih tinggi dibandingkan usia lain, yaitu sekitar 80–90 kkal/kgBB/hari dengan protein 1 gram/kgBB/hari. Hal ini karena anak sering melakukan aktivitas fisik sehingga membutuhkan lebih banyak energi (Irvania, 2021).

Preferensi makanan pada anak Sekolah Dasar (SD) sering kali menjadi salah satu penyebab terjadinya kekurangan asupan gizi, karena pada usia ini anak cenderung memilih makanan berdasarkan rasa, warna, dan bentuk yang menarik tanpa mempertimbangkan kandungan nutrisinya. Kebiasaan memilih jajanan manis, makanan instan, atau camilan rendah zat gizi membuat kebutuhan karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral tidak terpenuhi secara optimal. Akibatnya, anak berisiko mengalami berbagai masalah gizi seperti berat badan kurang, anemia, menurunnya daya tahan tubuh, serta gangguan konsentrasi belajar di sekolah, terutama karena masa pertumbuhan mereka membutuhkan asupan gizi yang seimbang dan cukup setiap hari (Mufidah., 2024).

Preferensi makanan pada anak Sekolah Dasar yang cenderung memilih makanan kurang bergizi dapat menyebabkan kekurangan asupan nutrisi dan berdampak pada kesehatan serta konsentrasi belajar di sekolah. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, pemerintahan Presiden Prabowo Subianto meluncurkan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang bertujuan meningkatkan status gizi anak-anak melalui penyediaan makanan bergizi di sekolah. Program ini diharapkan mampu memenuhi kebutuhan nutrisi siswa secara lebih merata sehingga kesehatan, semangat belajar, dan hasil akademik mereka dapat meningkat secara optimal (Andreas., 2025).

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu inisiatif utama pemerintah yang dirancang untuk mengatasi masalah stunting dan meningkatkan kualitas gizi anak-anak di Indonesia. Kebijakan ini memiliki tujuan mulia dalam menangani stunting serta memperbaiki nutrisi anak-anak Indonesia.(Aprillia et al., 2025). Program Makan Bergizi Gratis tersebut dirancang untuk meningkatkan

tingkat asupan nutrisi bagi anak-anak sekolah dasar, khususnya yang berasal dari keluarga berpenghasilan rendah (Lestari., 2025).

Menurut Badan Gizi Nasional (2024), capaian asupan menunjukkan bahwa dari tiga makronutrien yang diamati, hanya karbohidrat yang telah melampaui Angka Kecukupan Gizi (AKG) harian. Sementara itu, protein, lemak, dan total energi masih berada di bawah rekomendasi. Rata-rata asupan energi baru mencapai 71% AKG, sehingga porsi dan komposisi MBG perlu disesuaikan dengan kebutuhan energi anak usia 10–12 tahun, yakni sekitar 531 kkal per kali makan (Moridu ., 2025).

Daya terima makan merupakan aspek krusial dalam pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Konsep ini mengacu pada tingkat penerimaan konsumen terhadap makanan yang disajikan, dimana keberhasilan penyediaan makanan diukur dari kemampuan makanan tersebut untuk diterima dan dikonsumsi hingga habis tanpa meninggalkan sisa. Secara spesifik, daya terima makan menggambarkan kemampuan seseorang untuk menghabiskan makanan yang disediakan sesuai dengan kebutuhannya.Dengan demikian, keberhasilan penyelenggaraan makanan dapat diukur dari seberapa baik makanan diterima konsumen dan dikonsumsi sepenuhnya tanpa ada sisa (Wayansari, Anwar, & Amri, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SD Insan Ikhlas *Islamic School* di Kecamatan Medan Tuntungan, yang melibatkan 63 siswa, mengungkapkan bahwa mayoritas siswa menunjukkan preferensi yang baik terhadap Program Makan Siang Bergizi Gratis (MBG). Secara spesifik, 42 (66,7%) siswa menyatakan suka dengan makanan yang disediakan, 12 (19,0) siswa menyatakan biasa saja dan 9 (14,3%) siswa menyatakan tidak suka. Namun demikian, penelitian ini juga menunjukkan bahwa penerimaan siswa terhadap makanan masih kurang, dengan sebagian besar responden meninggalkan sebagian makanan mereka tanpa dimakan. Secara Spesifik 37 (58,7%) siswa kurang menerima, 23 (36,5%) siswa cukup dan 3 (4,8%) siswa menerima dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun makanan MBG umumnya disukai, beberapa menu tertentu, khususnya hidangan sayuran dan pilihan protein nabati, tidak

sepenuhnya diterima. Hal tersebut dipengaruhi bahwa faktor-faktor seperti rasa, tekstur, dan penyajian mungkin tidak sesuai dengan preferensi siswa sekolah dasar.

B. Perumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat preferensi makanan dan daya terima makan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada anak Sekolah Dasar Insan Ikhlas *Islamic School* Kecamatan Medan Tuntungan ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui gambaran tingkat preferensi makanan dan daya terima makan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada anak Sekolah Dasar Insan Ikhlas *Islamic School* Kecamatan Medan Tuntungan.

2. Tujuan Khusus
   a. Menilai tingkat preferensi makanan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada anak Sekolah Dasar Insan Ikhlas *Islamic School*.
   b. Menilai daya terima makan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada anak Sekolah Dasar Insan Ikhlas *Islamic School.*

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

   Penelitian ini memberikan pengalaman langsung dalam mengamati tingkat preferensi dan daya terima anak terhadap program Makan Bergizi Gratis (MBG), sekaligus meningkatkan kemampuan dalam mengumpulkan, menganalisis, dan menyajikan data penelitian.

2. Bagi Masyarakat

   Hasil penelitian dapat menjadi informasi penting mengenai penerimaan anak terhadap menu MBG, sehingga orang tua dan masyarakat lebih menyadari pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan dan kesehatan anak.

3. Bagi Institusi

   Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian di atas.