BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Anak Sekolah Dasar

1. Definisi Anak Sekolah Dasar

Anak-anak pada tahap sekolah dasar, yakni usia 6 sampai 12 tahun, menunjukkan kemajuan yang besar dalam berbagai aspek, seperti kemampuan berpikir, interaksi sosial, pengelolaan emosi, dan pertumbuhan fisik. Selain itu, mereka biasanya menyukai aktivitas bermain, bergerak aktif, bekerja sama dalam tim, serta menikmati pengalaman praktis saat melakukan berbagai tugas (Nurmala Syahfitri 2025).

Perkembangan anak pada usia sekolah dasar mencakup berbagai aspek penting, seperti kognitif, sosial, emosional, fisik, dan bahasa. Meskipun setiap anak tumbuh dan berkembang dengan cara yang berbeda-beda, terdapat pola perkembangan umum yang biasanya terlihat pada anak usia 6 hingga 12 tahun. Dari segi fisik, anak mengalami pertumbuhan tubuh yang cukup cepat, serta peningkatan kemampuan motorik halus dan motorik kasar. Dalam aspek kognitif, anak mulai menunjukkan kemampuan berpikir yang lebih maju dan kompleks. Pada perkembangan sosial, anak semakin mampu memahami serta terlibat dalam interaksi sosial yang lebih beragam dan mendalam. Sementara itu, secara emosional, anak belajar mengendalikan emosi dengan lebih baik serta mampu mengenali dan mengekspresikan perasaan secara lebih tepat (Sinta Zakiyah., 2024).

2. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Perkembangan karakter anak memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap masa depan mereka. Oleh karena itu, guru dan orang tua perlu memberikan perhatian khusus dalam upaya mengembangkan karakter anak di sekolah dasar. Terdapat beberapa alasan penting mengapa pemahaman tentang perkembangan anak perlu dimiliki oleh guru dan orang tua. Memahami berbagai aspek perkembangan peserta didik merupakan salah satu kompetensi yang wajib dimiliki seorang guru. Dengan memahami aspek-aspek perkembangan serta faktor-faktor yang memengaruhinya, guru dan orang tua dapat merancang langkah-langkah yang

tepat untuk mendukung perkembangan anak, baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Selain itu, pemahaman tersebut juga membantu dalam melakukan pencegahan terhadap berbagai permasalahan yang berpotensi menghambat perkembangan anak, khususnya pada usia sekolah dasar (Farhana., 2020).

3. Pola Makan Anak Sekolah Dasar

Pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal sangat dipengaruhi oleh status gizinya, sedangkan status gizi yang baik diperoleh dari pola makan yang sehat dan seimbang. Berdasarkan penelitian (Anzarkusuma et al., 2014), anak sekolah dasar yang memiliki pola makan baik cenderung mempunyai status gizi yang baik pula. Anak usia sekolah dasar termasuk kelompok yang rentan mengalami kekurangan gizi. Hal ini dapat disebabkan oleh rendahnya tingkat ekonomi keluarga, asupan makanan yang tidak seimbang, serta kurangnya pengetahuan orang tua mengenai gizi. Sebaliknya, anak yang menerapkan pola makan seimbang umumnya memiliki kondisi gizi yang lebih baik. Pada usia ini, pola makan anak masih sangat bergantung pada orang tua karena makanan disediakan oleh mereka. Oleh sebab itu, kebiasaan makan anak dipengaruhi oleh kondisi orang tua, termasuk tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, dan pendapatan keluarga (Asmin., 2021).

4. Masalah Gizi Anak Sekolah Dasar

Di era globalisasi saat ini, Indonesia masih dihadapkan pada masalah gizi ganda, yaitu kombinasi antara kekurangan dan kelebihan gizi yang dapat menimbulkan berbagai risiko penyakit. Pada dasarnya, masalah gizi ganda ini berkaitan erat dengan perilaku masyarakat (Kesehatan, 2018). Anak usia sekolah berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan, sehingga mereka cukup rentan terhadap masalah gizi. Risiko jangka pendek yang mungkin muncul antara lain anak menjadi apatis, mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, serta gangguan perkembangan lainnya. Sedangkan risiko jangka panjang meliputi penurunan IQ, menurunnya kemampuan kognitif, gangguan integrasi sensorik, masalah dalam fokus dan perhatian, rendahnya rasa percaya diri, serta berkurangnya prestasi belajar anak (Saputri et al., 2021).

Data dari UNICEF pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sekitar 3 dari 10 anak di bawah 5 tahun mengalami stunting, 1 dari 10 anak mengalami kekurangan berat badan, dan sekitar 20% mengalami kelebihan berat badan. Anak usia sekolah, yang masih berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, juga termasuk kelompok yang cukup rentan terhadap masalah gizi (Aulia,Jinan, 2022). Seorang anak yang mengalami gangguan gizi cenderung lebih mudah terserang penyakit dan mengalami penurunan prestasi akademik. Masalah gizi ini dapat timbul akibat ketidaktepatan dalam memilih jenis makanan maupun konsumsi makanan yang berlebihan (Saifah., 2019).

5. Kebutuhan Gizi Anak Sekolah Dasar

Tabel 1Kebutuhan Gizi Anak Sekolah Berdasarkan AKG 2019

Zat gizi	**Anak 4-6 tahun**	**Anak 7-9 tahun**	**Anak 10-12 tahun**	
			Laki Laki	Perempuan
Energi (kkal)	1400	1650	2000	1900
Protein (gr)	25	40	50	55
Lemak (gr)	50	55	65	65

Sumber : (AKG,2019)

B. Preferensi Makan Anak SD

1. Definisi Preferensi Makan

Preferensi makanan dapat diartikan sebagai tingkat kesukaan seseorang terhadap suatu jenis makanan, yang biasanya digambarkan dalam bentuk urutan atau peringkat dari berbagai pilihan yang tersedia. Perubahan dalam preferensi ini dapat menyebabkan meningkatnya atau menurunnya keinginan untuk mengonsumsi makanan tertentu, sehingga pada akhirnya memengaruhi jumlah makanan yang dikonsumsi. Preferensi makanan juga memiliki hubungan yang terukur dengan jumlah asupan, sehingga dapat berdampak pada kecukupan gizi seseorang. Meskipun demikian, kesukaan terhadap suatu makanan tidak selalu berarti individu tersebut bersedia atau benar-benar akan mengonsumsinya (Lova & Symond, 2024)

Preferensi makanan mengalami perkembangan sepanjang kehidupan dan berperan penting dalam membentuk kebiasaan makan seseorang. Pada masa anak-anak, mereka cenderung menyukai makanan yang sudah dikenal atau familiar, sementara orang tua menjadi faktor utama dalam membentuk perilaku makan mereka. Seiring dengan semakin banyaknya waktu yang dihabiskan di sekolah, lingkungan makanan di sekolah serta pengaruh teman sebaya semakin berperan dalam membentuk pola makan dan preferensi anak. Pengaruh teman dan model sosial dalam perilaku makan umumnya terjadi di luar lingkungan keluarga, terutama melalui interaksi dengan teman di sekolah maupun dalam kegiatan ekstrakurikuler. Anak-anak cenderung mengamati pilihan serta kebiasaan makan teman-temannya, yang kemudian memengaruhi keputusan mereka dalam memilih makanan (Rian & Nanda, 2025).

2. Faktor-Faktor Preferensi Makan

Preferensi makanan memegang peranan penting dalam pemilihan makanan siswa karena menentukan jenis makanan yang akan dikonsumsi secara berulang. Preferensi makan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor utama yang saling berinteraksi, yaitu karakteristik individu, karakteristik makanan, dan karakteristik lingkungan (Lova & Symond, 2024).

1. Karakteristik Individu

Karakteristik individu mencakup faktor biologis, psikologis, dan sosial yang melekat pada diri siswa. Faktor biologis meliputi usia, jenis kelamin, kondisi kesehatan, serta sensitivitas indera perasa dan penciuman. Anak sekolah dasar umumnya memiliki preferensi terhadap rasa manis dan gurih karena perkembangan indera pengecap yang masih berlangsung. Selain itu, faktor psikologis seperti pengalaman makan sebelumnya, kebiasaan sejak kecil, serta sikap terhadap makanan juga memengaruhi tingkat kesukaan. Anak yang terbiasa mengonsumsi makanan tertentu sejak dini cenderung lebih menyukai makanan tersebut dibandingkan makanan baru.

2. Karakteristik Makanan

Karakteristik makanan merupakan faktor yang berkaitan langsung dengan sifat fisik dan sensorik makanan. Rasa, aroma, tekstur, warna, bentuk, dan suhu makanan sangat berpengaruh terhadap preferensi makan siswa. Makanan dengan

rasa enak, tampilan menarik, dan tekstur yang mudah dikunyah cenderung lebih disukai oleh anak sekolah. Selain itu, cara pengolahan dan penyajian makanan juga memengaruhi penerimaan anak terhadap makanan tersebut. Meskipun makanan bergizi, jika karakteristik sensoriknya kurang menarik, kemungkinan besar akan kurang disukai oleh siswa.

3. Karakteristik Lingkungan

Karakteristik lingkungan meliputi pengaruh keluarga, sekolah, teman sebaya, budaya, serta media. Lingkungan keluarga berperan penting dalam membentuk kebiasaan dan preferensi makan anak melalui pola makan di rumah dan contoh dari orang tua. Di lingkungan sekolah, ketersediaan makanan, kebiasaan jajan, serta pengaruh teman sebaya dapat memengaruhi pilihan makanan siswa. Selain itu, paparan iklan makanan dan budaya masyarakat juga turut membentuk preferensi makanan anak. Lingkungan yang mendukung konsumsi makanan sehat dapat meningkatkan penerimaan anak terhadap makanan bergizi.

3. Penilaian Preferensi Makanan

Preferensi makanan dapat diartikan sebagai tingkat kesukaan individu terhadap suatu jenis makanan yang dinyatakan dalam bentuk urutan atau skala ordinal dari berbagai pilihan yang tersedia. Perubahan dalam preferensi makanan dapat memengaruhi tingkat keinginan seseorang untuk mengonsumsi makanan tertentu, baik meningkat maupun menurun, yang pada akhirnya berdampak pada jumlah konsumsi makanan tersebut. Preferensi makanan juga memiliki hubungan yang bersifat kuantitatif dengan jumlah asupan makanan, sehingga turut berperan dalam menentukan kecukupan gizi individu (Lova & Symond, 2024).

Penilaian preferensi makanan adalah proses untuk mengukur tingkat kesukaan seseorang terhadap makanan tertentu. Metode ini sering digunakan dalam penelitian gizi untuk mengetahui penerimaan makanan, termasuk dalam program intervensi seperti Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di sekolah. Salah satu metode yang umum digunakan dalam penilaian preferensi makanan adalah menggunakan skala likert. Pengukuran preferensi makanan dapat dikaitkan dengan perencanaan menu. Mulai tahun 1970-an, para pemodel telah menghitung kontribusi berbagai komponen makanan terhadap penerimaan makanan secara keseluruhan. Data preferensi subjek dikumpulkan sebagai “sangat tidak suka” (nilai

1), “tidak suka” (nilai 2), “biasa saja ” (nilai 3), “suka” (nilai 4), dan “sangat suka” (nilai 5) (Amalia & Endro, 2012).

C. Daya Terima Makan Anak SD

1. Pengertian Daya Terima Makan

Daya terima makanan merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengonsumsi makanan yang disajikan sesuai dengan kebutuhan tubuhnya. Secara umum, hal ini dapat diamati melalui jumlah makanan yang dikonsumsi, dan juga dapat dievaluasi berdasarkan jawaban terhadap pertanyaan yang berkaitan dengan makanan yang telah dikonsumsi (Meriana, 2023).

Penerimaan makanan bagi individu dapat didefinisikan sebagai kemampuan mereka untuk mengonsumsi dan memperoleh kesenangan dari makanan yang disiapkan. Kemampuan ini menonjol sebagai salah satu elemen terpenting dalam organisasi yang berkaitan dengan makanan. Tanggapan positif dari konsumen terhadap penawaran organisasi tersebut berfungsi sebagai indikator utama keberhasilan mereka secara keseluruhan (Prisila dkk., 2020).

Metode Comstock merupakan salah satu pendekatan untuk menghitung sisa makanan, yang berguna dalam mengukur daya terima makanan. Metode estimasi visual, yang dikenal sebagai visual Comstock, diterapkan dalam pengawasan konsumsi makanan. Pendekatan ini melibatkan pengamatan langsung terhadap sisa makanan. Para ahli gizi menggunakan metode visual Comstock sebagai dasar utama untuk menilai secara visual jumlah makanan yang tersisa pada setiap kelompok makanan selama waktu makan. Praktik umumnya adalah menyatakan nilai estimasi dalam bentuk gram atau skor pada skala pengukuran (Iqbal & Ervira, 2018).

2. Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Makan

a. Faktor Eksternal

1) Bentuk, Porsi, dan Kualitas Makanan

Kemampuan seseorang untuk mengonsumsi dan menyelesaikan makanan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satu aspek penting adalah tampilan luar makanan, yang mencakup warna, tekstur, dan bentuk. Secara khusus, penggunaan warna pada makanan berperan sebagai alat estetika yang efektif. Makanan yang memiliki warna yang menarik serta tampilan alami umumnya memberikan rasa

yang lebih baik dan lebih memikat bagi konsumen. Berdasarkan pedoman yang ditetapkan oleh lembaga terkait, ukuran porsi didefinisikan sebagai jumlah kategori makanan yang seharusnya dikonsumsi pada setiap kali makan, dan ditentukan melalui unit pertukaran (Roziana & Fitriani, 2021).

2) Penyajian Makanan

Tujuan dari penyajian makanan yang baik adalah untuk memastikan bahwa pengunjung dapat menikmati setiap suapan sekaligus menghargai hidangan secara menyeluruh. Komposisi hidangan dirancang secara cermat untuk membangkitkan selera, dengan memanfaatkan perpaduan warna yang menarik secara visual dalam proses penataan dan penyajiannya sehingga tampak lebih menggugah dan estetis(Syariah et al., 2018)

3) Penyedap Makanan

Mengabaikan cita rasa dalam proses pengolahan makanan merupakan suatu kekeliruan. Tingkat penerimaan dan kesukaan pelanggan terhadap suatu hidangan sangat dipengaruhi oleh rasanya. Cita rasa terbentuk dari perpaduan yang harmonis antara bahan utama, bahan pelengkap, serta rempah-rempah yang digunakan. Selain berfungsi sebagai penambah rasa, beberapa bumbu yang umum digunakan di Indonesia juga termasuk bahan herbal yang memiliki manfaat fungsional bagi kesehatan. Aroma khas yang dihasilkan oleh bumbu turut berperan dalam merangsang selera makan (Gardjito, 2018).

4) Jadwal Penyajian Makanan

Jadwal penyajian makanan merupakan pedoman yang mengatur waktu dan tata cara penyajian makanan kepada pelanggan. Pengaturan ini mencakup waktu makan pada pagi, siang, dan malam hari, serta jenis hidangan yang disajikan pada masing-masing waktu tersebut.Secara umum, paket makan standar terdiri atas lima kali waktu makan, yaitu tiga kali makan utama dan dua kali selingan. Interval antarwaktu makan berkisar antara tiga hingga empat jam, menyesuaikan dengan waktu yang dibutuhkan tubuh untuk mengosongkan lambung. Pengaturan ini bertujuan untuk mencegah rasa lapar berlebihan yang dapat memicu konsumsi makanan secara berlebihan (Kurniawan, 2021)

b. Faktor Internal

1) Kondisi Fisik

Kondisi fisik merupakan keadaan tubuh seseorang yang meliputi tingkat kesehatan, kebugaran, dan fungsi organ tubuh, yang secara langsung memengaruhi kebutuhan serta respons terhadap makanan. Individu dengan kondisi fisik yang baik cenderung memiliki nafsu makan yang stabil dan proses metabolisme yang optimal, sedangkan kondisi seperti sakit, kelelahan, atau gangguan kesehatan tertentu dapat menurunkan selera makan, memengaruhi persepsi rasa, serta menghambat proses pencernaan dan penyerapan zat gizi (Tanuwijaya 2018).

2) Kebiasaan Makan

Kebiasaan makan adalah pola perilaku seseorang dalam mengonsumsi makanan yang dilakukan secara berulang dan berlangsung dalam jangka waktu tertentu. Kebiasaan ini mencakup jenis makanan yang dipilih, frekuensi makan, porsi, waktu makan, serta cara penyajian dan pengolahan makanan. Kebiasaan makan dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, seperti kondisi fisik, budaya, lingkungan sosial, dan pengetahuan gizi, yang pada akhirnya dapat berdampak pada status kesehatan seseorang(Hanung et al., 2018)

3) Usia

Usia mempengaruhi minat seseorang dalam makan. Akibatnya, banyak ibu yang memberikan penekanan khusus pada nilai gizi dan penyajian makanan saat memberi makan bayi dan balita mereka. Seiring bertambahnya usia, anak-anak dan remaja mulai mengenal serta terbiasa mengonsumsi beragam jenis makanan dan memiliki kendali yang lebih besar dalam menentukan pilihan makanannya. Pada kelompok usia ini, makanan cepat saji dan berbagai produk pangan modern cenderung lebih diminati karena rasanya yang menarik serta kandungan kalori, lemak, dan karbohidrat yang relatif tinggi (Sudargo, 2018).

Seiring bertambahnya usia, nafsu makan secara alami cenderung menurun akibat penurunan fungsi organ tubuh dan, pada beberapa kasus, adanya penyakit kronis. Kondisi tersebut turut memengaruhi pemilihan bahan pangan dan variasi menu yang dikonsumsi (Sudargo, 2021)

4) Jenis Kelamin

Jenis kelamin memengaruhi penerimaan dan pola konsumsi makanan. Secara umum, pria cenderung mengonsumsi makanan dalam porsi yang lebih besar dan memiliki asupan kalori lebih tinggi dibandingkan wanita, yang berkaitan dengan tingkat aktivitas fisik yang umumnya lebih tinggi. Pada kelompok remaja, pola konsumsi makanan juga dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya, ketersediaan makanan cepat saji, serta padatnya aktivitas sehari-hari. Berbagai faktor tersebut dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam memilih dan menikmati hidangan yang tersedia dalam suatu menu (Umur et al., 2022).

3. Indikator Daya Terima Makan

Daya terima seseorang terhadap makanan yang disajikan sangat dipengaruhi oleh cita rasa makanan tersebut. Cita rasa sendiri mencakup dua aspek utama, yaitu penampilan dan rasa makanan. Aspek penampilan meliputi ukuran, porsi, warna, dan bentuk penyajian makanan, sedangkan aspek rasa mencakup aroma, penggunaan bumbu, tingkat kematangan, serta tekstur makanan saat dikonsumsi. Kedua aspek ini sama pentingnya untuk diperhatikan agar makanan yang disajikan dapat diterima dan memuaskan bagi konsumen, daya terima merupakan kemampuan seseorang menerima makanan yang disajikan sesuai dengan kebutuhan dan sisa makanan yaitu ≤ 20%. (Fitriani & Sulistiyani, 2024).

Metode penilaian daya terima makan digunakan untuk mengetahui sejauh mana makanan yang disajikan diterima atau disukai oleh konsumen, khususnya anak-anak. Untuk menilai ini secara ilmiah, berbagai penelitian menggunakan metode penilaian sensori yang sistematis dan terstandarisasi, tingginya angka sisa makanan dapat mengakibatkan asupan gizi tidak adekuat hingga malnutrisi pada penerima makanan (Lestari ., 2023).

a. Skala Hedonik (Hedonic / Likert Scale)

Skala hedonic adalah metode yang paling sering digunakan untuk menilai daya terima makanan, termasuk dalam penelitian menu sekolah. Dalam metode ini, anak-anak diminta menilai beberapa aspek makanan, seperti rasa, aroma, tekstur, warna, dan penampilan, menggunakan skala angka, misalnya dari 1 hingga 5. Metode ini menghasilkan data kuantitatif yang bisa dianalisis secara statistik untuk mengetahui

sejauh mana makanan disukai atau tidak disukai. Berdasarkan tinjauan sistematis internasional, sekitar 70% penelitian daya terima makanan menggunakan skala hedonic 5 poin karena dianggap mudah dipahami dan digunakan oleh anak-anak.

b. Penilaian Konsumsi Aktual (Plate Waste / Sisa Makanan)

Selain penilaian subjektif menggunakan skala hedonic, daya terima makanan juga dapat diukur secara objektif melalui persentase sisa makanan setelah makan, yang dikenal dengan metode plate waste. Semakin sedikit sisa makanan yang tertinggal, semakin tinggi tingkat keterimaan makanan tersebut. Metode ini berguna untuk menilai jumlah nutrien yang benar-benar dikonsumsi dan diserap oleh tubuh anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa selain menilai kesukaan secara subjektif, pengukuran sisa makanan memberikan gambaran nyata mengenai konsumsi gizi anak. Karena itu, indikator ini semakin banyak digunakan dalam penelitian sekolah dan program pemberian makanan.

c. Preferensi Spesifik Aspek Sensorik

Indikator daya terima makanan juga dapat dinilai melalui penilaian aspek sensorik tertentu, seperti:

1) Rasa: sejauh mana anak menyukai rasa makanan.
2) Aroma: apakah aroma makanan memberikan kesan positif.
3) Tekstur: kelembutan atau kenikmatan tekstur sesuai preferensi anak.
4) Warna & Tampilan: penampilan visual makanan yang menarik dapat meningkatkan minat anak untuk mencicipi.

Penilaian biasanya dilakukan dengan skala terpisah untuk setiap aspek, sehingga memberikan gambaran yang lebih lengkap mengenai faktor.

d. Metode Taksiran Visual

Pengamatan terhadap konsumsi makanan atau sisa makanan merupakan metode yang sederhana namun sangat penting untuk dilakukan evaluasi. Salah satu metode yang digunakan untuk menilai konsumsi makanan adalah metode taksiran visual skala Comstock. Metode ini dinilai lebih praktis karena mudah diterapkan, tidak memerlukan biaya besar, serta dapat dilakukan dalam waktu yang relatif singkat.

Skala Comstock awalnya dikembangkan oleh ahli dietetik untuk mengukur sisa makanan. Dalam penggunaannya, hasil pengamatan dengan skala tersebut kemudian dikonversi ke dalam bentuk persentase, yang selanjutnya dikalikan

dengan berat awal makanan untuk memperkirakan berat sisa makanan secara lebih akurat. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara hasil taksiran visual dengan persentase sisa makanan (Comstock, 1981).

Metode taksiran visual skala Comstock memiliki beberapa kelebihan dan kekurangan. Kelebihannya antara lain pelaksanaannya cepat, tidak membutuhkan peralatan yang kompleks, lebih hemat biaya, serta mampu mengidentifikasi sisa makanan berdasarkan jenisnya. Namun demikian, metode ini juga memiliki keterbatasan, yaitu memerlukan penaksir yang terlatih, teliti, dan terampil, serta membutuhkan kemampuan observasi yang baik. Selain itu, potensi terjadinya kesalahan penilaian seperti kelebihan taksiran (overestimate) maupun kekurangan taksiran (underestimate) juga cukup besar (Fayasari,).

Tabel 2 Kelemahan dan Keunggulan Metode Visual Comstock

Kelemahan	Keunggulan
1. Diperlukan penaksir (estimator) yang terlatif, teliti,terampil 2. Memerlukan kemampuan dalam menaksir (under estimate	1. Waktu yang singkat 2. Tidak memerlukan alat yang banyak dan rumit 3. Menghemat biaya 4. Dapat mengetahui sisa makanan

(Fayasari, 2018)

4. Perbedaan Preferensi Makan dan Daya Terima Makan

Preferensi makan dan daya terima makan merupakan dua konsep yang saling berhubungan, namun memiliki pengertian yang berbeda dalam bidang gizi dan konsumsi pangan. Preferensi makan menggambarkan tingkat kesukaan seseorang terhadap suatu jenis makanan yang bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh selera individu. Preferensi ini terbentuk melalui berbagai faktor, seperti pengalaman makan sebelumnya, kebiasaan, lingkungan, serta latar belakang budaya. Namun, tingkat kesukaan tersebut tidak selalu sejalan dengan konsumsi nyata, karena seseorang dapat saja menyukai suatu makanan tetapi tidak mengonsumsinya akibat faktor tertentu, seperti ketersediaan atau kondisi tertentu. Di sisi lain, daya terima makan menunjukkan sejauh mana makanan yang disajikan

dapat diterima dan benar-benar dikonsumsi oleh individu. Daya terima umumnya diukur berdasarkan jumlah makanan yang dikonsumsi atau sisa makanan yang ditinggalkan, sehingga lebih mencerminkan perilaku konsumsi secara aktual dibandingkan sekadar penilaian kesukaan.

Perbedaan utama antara preferensi makan dan daya terima makan terletak pada aspek pengukuran dan maknanya. Preferensi makan bersifat subjektif karena didasarkan pada persepsi atau penilaian individu terhadap makanan, yang umumnya diukur menggunakan instrumen seperti skala Likert. Sebaliknya, daya terima makan bersifat lebih objektif karena dinilai berdasarkan konsumsi nyata, misalnya melalui pengukuran jumlah makanan yang dikonsumsi atau sisa makanan dengan metode tertentu seperti skala Comstock.Walaupun memiliki perbedaan, kedua konsep ini saling berkaitan. Preferensi makan yang tinggi cenderung berkontribusi terhadap meningkatnya daya terima makan, namun hubungan tersebut tidak selalu konsisten karena konsumsi makanan juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti kondisi lingkungan, cara penyajian, serta situasi saat makan.

Pemahaman terhadap perbedaan antara preferensi makan dan daya terima makan sangat penting dalam penelitian gizi, khususnya dalam menilai keberhasilan suatu program pemberian makanan, seperti di lingkungan sekolah. Dengan mengukur kedua aspek tersebut, peneliti dapat memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai tingkat kesukaan sekaligus pola konsumsi aktual responden terhadap makanan yang disediakan

D. Program Makan Bergizi Gratis

1. Definisi Program Makan Bergizi Gratis

Program Makan Bergizi Gratis merupakan salah satu bentuk intervensi pemerintah di bidang kesehatan dan pendidikan yang bertujuan memberikan makanan bergizi secara gratis kepada kelompok sasaran, khususnya anak usia sekolah. Berdasarkan kajian dalam jurnal kesehatan masyarakat, program ini disusun untuk memperbaiki status gizi, mendukung pertumbuhan fisik, serta meningkatkan perkembangan kognitif anak. Pemberian makanan dilakukan secara terencana dengan memperhatikan kebutuhan zat gizi sesuai usia dan kondisi fisiologis penerima manfaat. Selain itu, program ini juga menjadi bagian dari

strategi pencegahan berbagai permasalahan gizi, seperti stunting, wasting, dan anemia (Aprillia et al., 2025).

Program Makan Bergizi Gratis merupakan rencana pembagian makanan bergizi di sekolah yang diharapkan mampu menciptakan pemerataan dalam dunia pendidikan, karena seluruh siswa memperoleh kesempatan yang sama untuk mendapatkan makanan sehat tanpa biaya. Program ini menjadi salah satu kebijakan pemerintah pada masa kepemimpinan Presiden Prabowo Subianto (Eyes & nadia, 2025).

2. Tujuan Program Makan Bergizi Gratis

Tujuan utama Program MBG adalah menurunkan angka malnutrisi dan stunting yang masih menjadi persoalan serius di Indonesia, terutama pada kelompok rentan seperti balita, anak-anak, ibu hamil, dan ibu menyusui. Program ini dirancang untuk memastikan kebutuhan gizi harian masyarakat, khususnya anak dan ibu, terpenuhi sesuai dengan standar Angka Kecukupan Gizi (AKG). Selain itu, Program MBG juga bertujuan meningkatkan prestasi belajar siswa melalui penyediaan makanan bergizi di sekolah. Ketersediaan makanan sehat di lingkungan sekolah diharapkan dapat membantu meningkatkan konsentrasi, partisipasi, dan semangat belajar siswa, sehingga berdampak pada peningkatan mutu pendidikan di Indonesia.Program ini juga diarahkan untuk membentuk sumber daya manusia yang berkualitas melalui pemenuhan gizi yang optimal, terutama bagi anak usia Taman Kanak-Kanak (TK). Dengan adanya program ini, seluruh peserta didik diharapkan dapat lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran tanpa dipengaruhi oleh perbedaan status sosial maupun ekonomi. Pada dasarnya, status gizi yang baik memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan manusia yang sehat dan optimal (Herningtyas., 2025).

Program MBG juga diharapkan dapat menjangkau seluruh wilayah Indonesia, termasuk daerah-daerah terpencil yang seringkali menghadapi kesulitan dalam mendapatkan akses ke pangan bergizi. Dengan demikian, MBG bukan hanya merupakan upaya untuk memperbaiki status gizi masyarakat, tetapi juga untuk menciptakan pemerataan pembangunan di seluruh Indonesia. Program Makan Bergizi Gratis (MBG) juga merupakan upaya strategis yang sangat penting dalam mewujudkan Indonesia Emas 2045. Program ini tidak hanya fokus pada

peningkatan status gizi masyarakat, tetapi juga pada pemberdayaan ekonomi lokal, peningkatan kualitas pendidikan, dan ketahanan pangan nasional. Dengan melibatkan berbagai pihak, baik pemerintah, pelaku usaha, maupun masyarakat, Program MBG diharapkan dapat memberikan kontribusi besar terhadap terwujudnya masyarakat Indonesia yang sehat, cerdas, dan sejahtera.

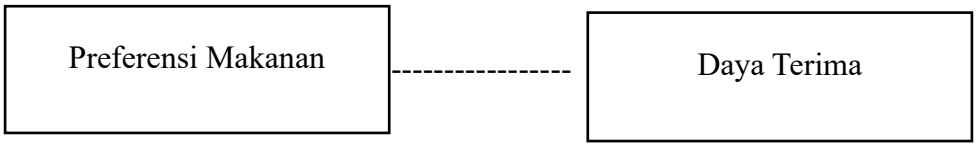
3. Sasaran Program Makan Bergizi Gratis

Program unggulan pemerintahan Presiden Prabowo Subianto adalah Program Makanan Bergizi Gratis (MBG). Program ini berfokus pada ibu hamil dan anak-anak sebagai upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia sekaligus mengatasi permasalahan gizi. Sejak pertama kali diperkenalkan, rencana implementasinya terus menunjukkan perkembangan.

Sasaran program ini meliputi ibu hamil, balita, serta peserta didik mulai dari jenjang TK, SD, SMP, hingga SMA atau sederajat. Kebijakan tersebut memunculkan berbagai tanggapan dan perdebatan di masyarakat, terutama di media sosial. Pelaksanaannya dirancang secara bertahap dengan mempertimbangkan keberlanjutan anggaran, serta akan menjangkau seluruh jenjang pendidikan, mulai dari PAUD hingga SMA/sederajat di berbagai kabupaten dan kota. Dalam proses penyediaannya, program ini juga memanfaatkan sumber pangan lokal sebagai bahan utama pengolahan makanan (Herningtyas ., 2025).

Dengan alokasi anggaran yang cukup besar, Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang dicanangkan oleh Presiden Prabowo Subianto bertujuan meningkatkan kualitas gizi sekaligus memotivasi belajar siswa di Indonesia. Program ini dirancang untuk memberikan makanan bergizi kepada anak-anak sekolah, balita, ibu hamil, dan ibu menyusui. Penelitian yang dilakukan akan menganalisis dampak program ini terhadap peningkatan motivasi belajar siswa dari perspektif sosiologi pendidikan (Andreas et al., 2025).

E. Kerangka Konsep



Gambar 1 Kerangka Konsep

Keterangan = ---------- Tidak diteliti

Preferensi makanan adalah tingkat kesukaan individu terhadap suatu jenis makanan yang dinyatakan dalam bentuk pilihan atau skala penilaian, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti rasa, aroma, tekstur, warna, dan penampilan makanan, serta pengalaman makan, kebiasaan, dan lingkungan, sehingga dapat memengaruhi jumlah konsumsi makanan.

Daya terima makanan adalah kemampuan individu untuk menerima dan mengonsumsi makanan yang disajikan sesuai dengan kebutuhan tubuh, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti rasa, aroma, tekstur, penampilan, dan kondisi individu, serta dapat diukur melalui jumlah makanan yang dikonsumsi atau sisa makanan yang ditinggalkan.

Berdasarkan kerangka konsep dalam penelitian ini adalah bahwa terdapat dua variabel utama yang dikaji, yaitu preferensi makanan dan daya terima makan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Secara teoritis, preferensi makanan dapat memengaruhi daya terima makan, namun dalam penelitian ini hubungan tersebut tidak dianalisis secara langsung. Oleh karena itu, penelitian hanya berfokus pada gambaran masing-masing variabel secara terpisah untuk mengetahui tingkat kesukaan dan tingkat penerimaan siswa terhadap makanan yang disajikan.

F. Definisi Operasional

Tabel 3 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional.	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Preferensi Makanan	Tingkat kesukaan siswa SD terhadap jenis-jenis makanan yang dihidangkan dalam program MBG, mencakup makanan utama (nasi), sumber protein hewani, sumber protein nabati, sayuran, dan buah.	Kuesioner Skala Likert	Sangat tidak suka : 0% - 20% Tidak suka : 21%-40% Biasa saja : 41%-60% Suka : 61%-80% Sangat suka : 81%-100%	Ordinal
2	Daya Terima	Daya terima responden dilihat berdasarkan sisa makanan responden selama 5 hari.	Kuesioner comstock	1. ≤ 20% Baik 2. 21–40% Cukup 3. 41–100% Kurang	Ordinal