**KARYA TULIS ILMIAH**

# GAMBARAN DAYA TERIMA REMAJA TERHADAP MENU DALAM KEGIATAN PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS DI UPT SMP N 1 DOLOKSANGGUL


**GIAT SURYAWAN TAHIR GULTOM**

**P01031123063**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN**

**JURUSAN GIZI**

**PRODI DIPLOMA lll GIZI**

**2026**

# GAMBARAN DAYA TERIMA REMAJA TERHADAP MENU DALAM KEGIATAN PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS DI UPT SMP N 1 DOLOKSANGGUL

**KARYA TULIS ILMIAH**

karya tulis ilmiah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian dan menyelesaikan program studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan


**GIAT SURYAWAN TAHIR GULTOM**

**P01031123063**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN**

**JURUSAN GIZI**

**PRODI DIPLOMA lll GIZI**

**2026**

## PERNYATAAN PESETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN DAYA TERIMA REMAJA TERHADAP MENU DALAM KEGIATAN PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS DI UPT SMP N 1 DOLOKSANGGUL**

**Disusun Oleh :**

**GIAT SURYAWAN TAHIR GULTOM**

P01031123063

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal / /2026

Menyetujui :

Pembimbing Utama /Ketua Penguji

**Dr.Oslida Martony,SKM,M,Kes**

NIP.196403121987031003

Ketua Jurusan

**Dr.Yeni Zuraidah,SP,M,Kes**

NIP.197704026200112200 2



ii

**HALAMAN PENGASAHAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN DAYA TERIMA REMAJA TERHADAP MENU DALAM KEGIATAN PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS DI UPT SMP N 1 DOLOKSANGGUL**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh :

**GIAT SURYAWAN TAHIR GULTOM**

P01031123063

Telah dipetahankan di depanTim Penguji

Pada Tanggal 11 Mei 2026

Tim Penguji :

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes : .....
2. Anggota 1 : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes : .....
3. Anggota 2 : Siti Gabena Sir, SKM,M.KM : .....

Lubuk Pakam , September 2026

Mengetahui

Ketua Prodi

**Dr.Yenni Zuraidah S.P M.Kes**

Nip. 197770426200112200 2



## BIODATA PENULIS

| | |
|---|---|
| Nama | : Giat Suryawan Tahir Gultom |
| Tempat/Tgl lahir | : Doloksanggul, 11 september 2005 |
| Jenis Kelamin | : Laki-Laki |
| Agama | : Kristen |
| Alamat Rumah | : Kompleks HKI T.lapang, Desa, Pasiribu, Kec, Doloksanggul, Kab, Humbanghasundutan |
| Nomor HP | : 087846725196 |

## RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Negeri 173395 Doloksanggul
2. SMP : SMP Negeri 1 Doloksanggul
3. SMA : SMA Negeri 1 Doloksanggul

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

| | |
|---|---|
| Nama | : Giat Suryawan Tahir Gultom |
| Nim | : P01031123063 |
| Program Studi | : Diploma III |
| Jurusan | : Gizi |
| Program Sutudi | : Poltekkes Kemekes Medan |

Menyatakan bahwa saya tidak melakuka kegiatan Plagiat Dalam Penulisan Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

Gambaran Daya Terima Remaja Terhadap Menu Dalam Kegiatan Program Makanan Bergizi Gratis Di Upt Smp N 1 Doloksanggul

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan timdakan plgiat,maka saya bersedi menerima sesuai degan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat degan sebenar-benarnya

Lubuk Pakam, September,2026

Penulis




Giat Suryawan Tahir Gultom

P01031123063

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti ucapkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul "Gambaran Daya Terima Remaja Terhadap Menu Dalam Kegiatan Program Makanan Bergizi Gratis Di UPT SMP N 1 Doloksanggul" dapat terselesaikan.

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

1. Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr.Yenni Zuraidah S.P M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
3. Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes selaku Ketua Dosen Pembimbing utama yang telah banyak memberi saran, motivasi dan dukungan kepada penulis
4. Dr. Mahdiah, DCN, M,Kes selaku penguji pertama dan Siti Gabena Sir, SKM, M,KM selaku penguji kedua
5. Bapak Arlebbis Gultom dan Edita Marbun selaku orangtua saya kepada Yosefan,Tiffany, dan Ridho selaku Abang dan kakak saya yang telah memberikan banyak dukungan dan doa selama menempuh pendidikan hingga dalam penyusunan karya tulis ilmiah
6. Teman-teman satu bimbingan saya Tri, Shintia, Fazira, Rahel yang selalu memberi semangat dan turut ikut serta membantu dalam proses penyusunan proposal.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun KARYA TULIS ILMIAHini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Giat Suryawan Tahir Gultom

# ABSTRAK

## GAMBARAN DAYA TERIMA REMAJA TERHADAP MENU DALAM KEGIATAN PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATISDI UPTSMP N1 DOLOKSANGGUL

Giat Suryawan Tahir Gultom, Oslida Martony
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)
Emai: gultomgiat5@gmail.com

Remaja merupakan kelompok usia yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat sehingga membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang. Salah satu upaya pemerintah dalam memenuhi kebutuhan gizi remaja adalah melalui Program Makanan Bergizi Gratis (MBG). Keberhasilan program dapat dinilai dari daya terima siswa terhadap makanan yang diberikan melalui pengukuran sisa makanan menggunakan metode Comstock. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran daya terima remaja terhadap Program MBG berdasarkan sisa makanan menggunakan metode Comstock di UPT SMP Negeri 1 Doloksanggul.

Penelitian ini menggunakan desain survei deskriptif dengan sampel sebanyak 67 siswa kelas VII dan VIII yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan selama lima hari pengamatan tanpa intervensi. Daya terima siswa dinilai berdasarkan estimasi visual sisa makanan menggunakan metode Comstock. Data dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi serta persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata siswa yang menyisakan makanan selama lima hari pengamatan sebanyak 51 orang (76,1%), sedangkan siswa yang menghabiskan makanan sebanyak 16 orang (23,9%). Berdasarkan jenis hidangan, sisa makanan terbanyak terdapat pada sayur sebanyak 79 porsi, diikuti lauk hewani 49 porsi, lauk nabati 36 porsi, makanan pokok 35 porsi, dan buah 33 porsi. Tingginya sisa makanan pada sayur dan lauk hewani menunjukkan daya terima siswa terhadap kedua komponen tersebut masih rendah dibandingkan komponen lainnya.

Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa daya terima siswa terhadap Program MBG masih belum optimal. Evaluasi terhadap variasi menu, cita rasa, tekstur, dan penyajian perlu dilakukan untuk meningkatkan daya terima siswa serta mengurangi sisa makanan.

**Kata Kunci :** Remaja, Program Makanan Bergizi Gratis MBG, Daya Terima, Sisa Makanan, Metode Comstock

## ABSTRACT

# AN OVERVIEW OF ADOLESCENTS' ACCEPTABILITY OF MENUS IN THE FREE NUTRITIOUS MEALS PROGRAM AT UPT SMP N 1 DOLOKSANGGUL



Giat Suryawan Tahir Gultom, Oslida Martony
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: gultomgiat5@gmail.com



Adolescents are experiencing rapid growth and development and require adequate and balanced nutritional intake. One government effort to meet adolescents' nutritional needs is the Free Nutritious Meals (MBG) Program. The success of the program can be assessed through students' acceptability of the meals provided by measuring food waste using the Comstock method. This study aimed to describe adolescents' acceptability of the MBG Program based on food waste using the Comstock method at UPT SMP Negeri 1 Doloksanggul.

This study used a descriptive survey design with a sample of 67 Grade VII andIII students selected using purposive sampling. Data were collected over five observation days without intervention. Students' acceptability was assessed through visual estimation of food waste using the Comstock method. Data were analyzed descriptively and presented as frequency distributions and percentages.

Results An average of 51 students (76.1%) left food uneaten during the five observation days, while 16 students (23.9%) finished their meals. By food type, the highest amount of food waste was found in vegetables (79 portions), followed by animal-based side dishes (49 portions), plant-based side dishes (36 portions), staple foods (35 portions), and fruit (33 portions). The high amount of vegetable and animal-based side-dish waste indicated that students' acceptability of these components was lower than that of the other components.

Conclusion Students' acceptability of the MBG Program was not yet optimal.Evaluation of menu variety, taste, texture, and presentation is needed to improve students' acceptability and reduce food waste.



**Keywords:** Adolescents, Free Nutritious Meals Program (MBG), Acceptability, Food Waste, Comstock Method.



PROOF READING OF TRANSLATION
TRANSLATION VERIFIED
08 SEP 2020

# DAFTAR ISI

**Halaman**

**PERNYATAAN PESETUJUAN** ..... **ii**
**HALAMAN PENGASAHAN** ..... **iii**
**BIODATA PENULIS** ..... **iv**
**PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN** ..... **v**
**KATA PENGANTAR** ..... **vi**
**DAFTAR ISI** ..... **vii**
**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
D. Manfaat Penelitian ..... 4
**BAB II TINJAUAN PUSTAKA** ..... **5**
A. Remaja ..... 5
1. Definisi Remaja ..... 5
2. Karakteristik Remaja ..... 6
3. Kebutuhan Gizi Pada Masa Remaja ..... 6
B. Makanan Bergizi Gratis ..... 7
1. Definisi Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) ..... 7
2. Tujuan program Makanan Bergizi Gratis (MBG) ..... 7
3. Sasaran Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) ..... 8
4. Prinsip Menu Makanan Bergizi Gratis (MBG) ..... 8
C. Menu Makanan ..... 13
1. Definisi Menu ..... 13
2. Komponen Menu Makanan ..... 13
3. Siklus Menu ..... 15
4. Variasi Menu ..... 16
5. Penyajian Menu ..... 16
D. Daya Terima ..... 17
1. Definisi Daya Terima ..... 17
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Daya Terima Pada Remaja ..... 17

3. Peran Daya Terima Dalam Komsumsi Makanan ..... 19
E. Sisa Makanan ..... 20
1. Definisi Sisa Makanan ..... 20
2. Faktor Yang Mempengaruhi Sisa Makanan ..... 20
F. Metode Comstock ..... 22
1. Definisi Metode Comstock ..... 22
2. Kriteria Penilaian Metode Comstoc ..... 23
G. Kerangka Konsep ..... 24
H. Definisi Operasional ..... 25
**BAB III METODE PENELITIAN ..... 26**
A. Jenis dan Rancangan Penelitian ..... 26
B. Lokasi dan Waktu Penelitian ..... 26
C. Populasi dan Sampel ..... 26
1. Populasi ..... 26
2. Sampel ..... 26
D. Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data ..... 28
1. Teknik Pengumpulan Data ..... 28
3. Cara Pengumpula Data ..... 29
E. Pengolahan Data ..... 31
1. Data Karakteristik Responden ..... 31
2. Data Daya Terima (Metode Comstock) ..... 31
F. Analisis Data ..... 34
**BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN ..... 35**
A. Hasil ..... 35
1. Gambaran Umum Lokasi ..... 35
2. Karakteristik Sampel ..... 36
3. Daya Terima Remaja Terhadap Program Makanan Bergizi Gratis ..... 38
4. Gambaran Siklus Menu Program MBG ..... 39
5. Persentase Sisa Makanan Berdasarkan Jenis Hidangan pada Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) ..... 41
B. Pembahasan ..... 43
**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN ..... 46**
A. Kesimpulan ..... 46
B. Saran ..... 47
**DAFTAR PUSTAKA ..... 48**

# DAFTAR TABEL

**Halaman**

Table 1.Karakteristik Remaja ..... 6
Table 2.Angka Kecukupan Gizi ..... 7
Table 3.Kriteria Penilaian Metode Comstock ..... 23
Table 4.Definisi Operasional ..... 25
Table 5.Distribusi Sampel Berdasarkan Umur ..... 36
Table 6.Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin ..... 37
Table 7.Distribusi Sampel Berdasarkan Kelas ..... 37
Table 8.Distribusi Sampel Berdasarkan Daya Terima Remaja Terhadap Program Makanan Bergizi Gratis ..... 38
Table 9.Distribusi Sampel Berdasarkan Menu Program MBG ..... 39
Table 10.Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Hidagan Pada Program MBG ..... 41

## DAFTAR GAMBAR

**Halaman**

Gambar 1.Kerangka Konsep ..... 24

## DAFTAR LAMPIRAN

**Halaman**


Lampiran 1.Surat Penelitian ..... 51
Lampiran 2.Surat Balasan Survey Penelitian ..... 52
Lampiran 3.Informed Consent ..... 53
Lampiran 4.Kuesioner Penelitian ..... 54
Lampiran 5.Tabel Hasil Observas Survey Pendahuluan ..... 56
Lampiran 6.Angaran Biaya ..... 57
Lampiran 7.Daftar Riwayat Hidup ..... 58
Lampiran 8.Master Tabel ..... 59
Lampiran 9.Hasil SPSS ..... 70
Lampiran 10.Bukti Bimbingan Tugas Akhir ..... 73
Lampiran 11.Dokumentasi Survey Pendahuluan ..... 75
Lampiran 12.Dokumentasi Penelitian ..... 76