

## RINGKASAN

**Rr DEWI NGAISYAH.** Pengaruh Edukasi Gizi selama Pemberian MBG terhadap Perilaku Menghabiskan Makan, Kehadiran, Asupan Gizi, Status Gizi, dan Daya Ingat Siswa. Dibimbing oleh **LILIK KUSTIYAH, DRAJAT MARTIANTO, FARIT MOCHAMAD AFENDI.**

---

Indonesia mengalami *triple burden malnutrition* yang penurunan kasusnya belum sesuai target gizi global seperti telah ditetapkan dalam dekade aksi gizi PBB 2016–2025 (WHO 2022). Prevalensi malnutrisi anak pada umur 5 - 12 tahun, diantaranya sangat pendek (4,6%), pendek (14,1%), gizi buruk (3,5%), gizi kurang (7,5%), gizi lebih (11,9%), obesitas (7,8%), dan anemia (16,3%) (SKI 2023). Pola makan merupakan salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap kondisi malnutrisi. Berdasarkan Indeks Kelaparan Global 2023, Indonesia berada pada peringkat ke -77 dari 125 dengan skor 17,6. Indonesia memiliki tingkat kelaparan yang sedang (Global Hunger Indeks 2023). Anak sekolah di Indonesia tidak sarapan sebanyak 66,8% dan diantara yang sarapan sebanyak 47,7% masih berada dibawah kecukupan energi minimal sarapan (SDT 2014). Prevalensi Ketidacukupan konsumsi pangan di Indonesia pada angka 8,53% (BPS, 2024).

Siswa sekolah dasar (usia 5 - 12 tahun) merupakan kelompok yang membutuhkan makanan bergizi yang diperlukan untuk aktivitas belajar. Anak usia sekolah juga sedang mengalami perkembangan fisiologis, mental, dan sosial yang cepat dan intens sehingga membutuhkan gizi yang tinggi untuk mendukung perubahan tersebut (Drake *et al.* 2020). Investasi pada anak-anak selama 8000 hari kehidupan ini sangat penting untuk menjamin kesejahteraan hingga saat dewasa dan generasi mendatang. Pencapaian pendidikan dan pembentukan modal manusia (*human capital indeks*) pada periode ini bergantung pada pendidikan yang baik dan kesejahteraan anak usia sekolah (Bundy *et al.* 2018).

Pemerintah Indonesia telah mencanangkan komitmen untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia guna mewujudkan Indonesia Emas tahun 2045. Salah satu langkah intervensinya dengan memberikan asupan makan bergizi pada kelompok anak usia sekolah yaitu dengan program pemberian makan bergizi gratis (MBG) di sekolah. Program MBG dianggap sebagai salah satu cara paling efektif untuk berinvestasi pada kesehatan, gizi, dan kinerja pendidikan anak (Bappenas, 2025). *World Food Programme* (WFP) menyatakan bahwa program pemberian makan di sekolah diharapkan mampu memenuhi kebutuhan zat gizi pada siswa sehingga dapat memperbaiki status gizi (WFP 2018). Zat gizi berperan penting terhadap fungsi kognitif, seperti keterampilan motorik, memori dan fungsi eksekutif (Lam dan Lawlis 2017). Studi lain menunjukkan dampak positif program pemberian makan di sekolah terhadap kehadiran di sekolah (Wang *et al.* 2021; Ahmed 2022).

Penelitian terdahulu menjelaskan bahwa program pemberian makan disekolah yang diikuti dengan edukasi gizi efektif meningkatkan pengetahuan gizi, perilaku konsumsi, dan meningkatkan kesehatan siswa (Chakrabarti *et al.* 2021; Rimbawan *et al.* 2023; Raut *et al.* 2024). Menurut Wang (2024) materi edukasi yang paling dominan dalam merubah perilaku konsumsi dan penurunan malnutrisi pada sasaran program pemberian makan disekolah adalah materi tentang gizi dan kesehatan, status gizi, dan higiene sanitasi. Edukasi gizi menggunakan gabungan berbagai media dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik (Wang *et al.* 2021). Intervensi edukasi gizi yang dilakukan menggunakan perpaduan strategi pendidikan disekolah melibatkan guru, dukungan lingkungan keluarga melibatkan orang tua untuk membentuk perilaku sehat baik tingkatan personal, komunitas maupun tingkat kebijakan (Asakura *et al.* 2021). Edukasi gizi pada sasaran anak-anak membutuhkan suasana yang interaktif melalui mendongeng/cerita dan permainan yang diintegrasikan pada kurikulum sekolah merupakan model paling efektif untuk merubah perilaku anak (Zahedi *et al.* 2025; Usfar *et al.* 2019; Jung *et al.* 2019).

Tes pengetahuan gizi dan perilaku gizi pada anak sekolah dasar menunjukkan 84% anak memiliki pengetahuan gizi rendah (Naqli dan Rizkiriani 2024). Berdasarkan penelitian Chakrabarti (2021) kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang menyebabkan rendahnya kepatuhan terhadap program pemberian makan disekolah. Hal ini termasuk kepatuhan dalam menghabiskan makan, oleh karena itu pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam efektifitas program seperti perubahan perilaku makan dan mengurangi angka kejadian malnutrisi (Chakrabarti *et al.* 2021). Program MBG yang telah berjalan memiliki tantangan didalam implementasinya seperti tingginya siswa yang tidak menghabiskan makan. Berdasarkan studi pelaksanaan program MBG di wilayah Bojong Koneng di beberapa sekolah diantaranya siswa SD kelas 4 – 6 menunjukkan bahwa siswa yang tidak menghabiskan makan MBG menurut jenisnya yaitu nasi terdapat 45,3% siswa, lauk hewani 54,7% siswa, sayur 70,7% siswa, buah 82,6% siswa dan susu 85% siswa (UNICEF 2025).

Tujuan penelitian ini untuk menilai pengaruh edukasi gizi selama pemberian MBG terhadap perilaku menghabiskan makan (pengetahuan, sikap, praktik), kehadiran, asupan gizi, keragaman pangan, status gizi, dan daya ingat jangka pendek siswa. Penelitian ini menggunakan *quasy eksperiment two group design*. Terdapat dua kelompok yang akan dibandingkan yaitu 1) kelompok mendapatkan program MBG dan edukasi gizi, 2) kelompok hanya mendapatkan program MBG saja.

Penelitian menggunakan beberapa tahapan diantaranya tahap pertama melakukan *systematic literature review* (SLR), kemudian dilanjutkan studi pendahuluan menggunakan desain *cross sectional* dengan mengumpulkan data kualitatif dan kuantitatif (*mixed methode*) untuk mengkaji dukungan dan hambatan, identifikasi kebutuhan dan permasalahan gizi. Tahap kedua melakukan pengembangan media edukasi menggunakan pendekatan *theory plan behavior*, dan melakukan uji validitas kepada 3 orang *expert judgement* dibidang gizi dan kesehatan, serta melakukan uji coba media kepada guru, siswa dan orang tua. Media yang digunakan berupa buku cerita, permainan dan buku tugas yang dilengkapi dengan buku panduan untuk orang tua. Tahap ketiga melakukan intervensi. Intervensi lengkap mencakup 2 komponen meliputi program MBG dan edukasi gizi. Tahap keempat melakukan analisis dampak/pengaruh edukasi gizi selama pemberian MBG terhadap perilaku menghabiskan makan, asupan gizi, status gizi, kehadiran dan daya ingat.

Data perilaku (pengetahuan dan sikap) dikumpulkan menggunakan kuesioner dan praktik tidak menghabiskan makan MBG menggunakan *metode food weighing*. Data Asupan gizi menggunakan *7 days food record*, keragaman pangan menggunakan instrumen *individual dietary diversity scores*, data status gizi menggunakan perhitungan *z-score* IMT/U, data kehadiran diperoleh dari catatan administrasi sekolah, data daya ingat diukur menggunakan *short term memory digit span test forward and backward*. Pengamatan terhadap dampak dilakukan secara longitudinal (*cohort*) yakni siswa diikuti selama 1 tahun. Pengamatan dilakukan pada 3 titik meliputi data awal (*baseline*) dilakukan sebelum program/intervensi dimulai, selama program (*midline*) dan data akhir (*endline*).

Penelitian akan dilakukan kaji etik sebelum dimulai penelitian dan seluruh informan diminta untuk pengisian *informed consent* dan untuk siswa mengisi *informed assent* yang ditandatangani oleh orang tua siswa. Analisis data menggunakan *general linier model* metode *repeated measurement* untuk pengujian kemaknaan perbedaan mean (95% CI) pada *baseline*, *midline* dan *endline* antar kelompok.

Kata kunci: asupan gizi , edukasi gizi, MBG, perilaku gizi, status gizi