

## RINGKASAN

**ZAHIDA AZMI ZAQIA ZULFANI.** Pengaruh Pemberian Makan Bergizi Gratis terhadap Status Gizi, Kadar Hemoglobin, Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Remaja Putri di Kota Bogor. Dibimbing oleh **IKEU TANZIHA,** dan **HADI RIYADI.**

---

Pertumbuhan dan perkembangan pada remaja secara optimal didukung dengan kecukupan gizi yang tepat. Sebaliknya, ketidakcukupan pemenuhan gizi pada remaja maka akan menyebabkan pertumbuhan tertunda bahkan terhambat (Salam *et al.* 2016). Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Kota Bogor (2024), prevalensi anemia pada remaja di Kota Bogor tercatat sebesar 16,3%. Klasifikasi signifikansi anemia pada populasi berdasarkan prevalensi yang diperkirakan dari kadar hemoglobin dalam darah, Kota Bogor termasuk ke dalam kategori tingkat ringan (WHO 2024).

Permasalahan gizi pada masa remaja akan menyebabkan dampak kesehatan yang buruk dikemudian hari. Hal ini akan menimbulkan kerugian langsung maupun tidak langsung bagi individu, keluarga, dan negara. Permasalahan dikemudian hari yang dimaksud adalah risiko penyakit tidak menular, penurunan kualitas sumber daya manusia, biaya pengobatan yang lebih tinggi, gangguan kognitif (Panel 2016). Kekurangan gizi, kelebihan gizi dan defisiensi mikronutrien memiliki potensi untuk terjadinya anemia terutama pada remaja putri yang dalam pemenuhan zat gizi makro dan mikronya tidak terpenuhi dengan baik (Aisyaroh *et al.* 2023)

Prevalensi status gizi kurang dan anemia pada remaja putri perlu untuk ditangani karena kondisi ini sangat mempengaruhi kesehatan dan perkembangan fisik serta kognitif mereka. Salah satu intervensi yang dapat membantu mengatasi masalah ini adalah melalui program pemberian makan siang gratis di sekolah. Program makan siang sekolah sering kali dirancang untuk meningkatkan asupan gizi siswa, terutama di kalangan anak-anak dan remaja yang rentan terhadap kekurangan gizi. Penelitian menunjukkan bahwa program makan sekolah yang menyediakan makanan bergizi dapat mengurangi prevalensi anemia. Sebuah studi di Uganda menemukan bahwa program makan sekolah yang menyediakan makanan yang diperkaya dengan mikronutrien secara signifikan mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri (Adelman *et al.* 2019).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak program pemerintah terkait makan bergizi gratis (MBG) terhadap status gizi, kadar hemoglobin, pola makan, pengetahuan, sikap dan praktik gizi seimbang pada remaja putri di SMA PGRI 3 Kota Bogor. Penelitian ini merupakan *quasi eksperimental* dengan *desain one group pre post intervention*. Intervensi yang diberikan berupa pemberian makan siang sesuai gizi seimbang dengan porsi makan siang memenuhi 30-35% kebutuhan. Tujuan untuk mengeksplorasi lebih lanjut tentang efek pemberian makan siang gratis terhadap kadar hemoglobin, status gizi, pola makan, pengetahuan, sikap dan praktik gizi seimbang pada remaja putri. Dengan demikian, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kebijakan gizi di sekolah serta mengatasi masalah anemia di kalangan remaja putri

Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Juli 2025 – Agustus 2025, dan akan dilakukan SMA PGRI 3 Kota Bogor. Penelitian ini dilakukan pada hanya pada satu kelompok dan belum pernah mendapatkan makan bergizi gratis sebelumnya. 6 minggu berikutnya akan diukur status gizi berdasarkan IMT/U, kadar hemoglobin dengan *hemocue*, pola konsumsi dengan SQ-FFQ, pengetahuan dan sikap gizi seimbang dengan pengisian kuesioner yang telah di validasi sebelumnya.

Proses pengolahan data ini akan dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 25,0 yang meliputi analisis data univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk melihat sebaran karakteristik subjek dan akan disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Sebelum dilakukan analisis maka dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji Kolomogorov-Smirnov dikarenakan jumlah data yang melebihi 30 subjek. Uji beda yang akan digunakan yaitu dependent t-test apabila data terdistribusi normal dan wilcoxon apabila data tidak terdistribusi normal.

Kata kunci: Remaja putri, Program Makan Bergizi Gratis, Kadar Hemoglobin, Status Gizi, Pola Konsumsi, Pengetahuan Gizi, Sikap Gizi