

SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SISA MAKANAN
PADA PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) PADA ANAK
SMP NEGERI 9 PONTIANAK



WIANDA PUSPITASARI
NIM 211041067

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN
KESEHATAN PONTIANAK JURUSAN
GIZI PRODI SARJANA TERAPAN
GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2025

HALAMAN JUDUL

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SISA MAKANAN
PADA PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) PADA ANAK
SMP NEGERI 9 PONTIANAK**



Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan
Kemenkes Pontianak

WIANDA PUSPITASARI

NIM 211041067

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN
KESEHATAN PONTIANAK JURUSAN
GIZI PRODI SARJANA TERAPAN
GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2025**

VISI DAN MISI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA JURUSAN
GIZI POLTEKKES KEMENKES PONTIANAK

VISI

Menjadi Program Studi menghasilkan lulusan sebagai Enterpreneur di bidang Gizi sebagai rujukan nasional Berkualitas Global.

MISI

1. Menyelenggarakan kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika berkualitas global.
2. Menyelenggarakan Pendidikan Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika berintelektualitas tinggi, berbudi luhur dan mampu bersaing di tingkat global.
3. Mengembangkan tata kelola Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika yang transparan, akuntabel dan kolaboratif.
4. Berperan aktif dalam kerjasama pengembangan peningkatan sistem pendidikan Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di tingkat global.
5. Menghasilkan lulusan Sarjana Terapan Gizi sebagai Enterpreneur di bidang gizi.

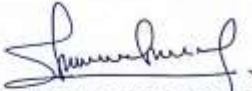
HALAMAN PERSETUJUAN
SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SISA MAKANAN
PADA PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) PADA ANAK
SMP NEGERI 9 PONTIANAK

Diusulkan Oleh:

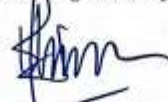
WIANDA PUSPITASARI
NIM 211041067

disetujui
Pontianak, 11 September 2025

Pembimbing Utama


IR. MARTINUS GINTING, M.KES
NIDN. 4021086001

Pembimbing Pendamping


NOPRIANTINI, SP, M.Pd
NIDN. 4018116701

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

DESI, SKM, M.Gizi
NIP. 197708252000031002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SISA MAKANAN
PADA PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) PADA ANAK
SMP NEGERI 9 PONTIANAK**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

WIANDA PUSPITASARI

NIM 211041067

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal, 28 Agustus 2025

Tim Penguji

- | | |
|------------------------|--------------------------------|
| 1. Ketua Dewan Penguji | : Yanuarti Petrika, S. Gz, MPH |
| 2. Anggota Penguji I | : Ayu Rafiony, S.Gz, MPH |
| 3. Anggota Penguji II | : Ir. Martinus Ginting, M.Kes |
| 4. Anggota Penguji III | : Nopriantini, SP, M.Pd |



Pontianak, 28 Agustus 2025

Mengetahui,
Ketua Jurusan Gizi

Ketua Prodi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan

JURIANTO GAMBIR, S.SiT, M.Kes
NIP. 197001061992031003

DESI, SKM, M.GIZI
NIP. 197709182000031002

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Wianda Puspitasari

Nim : 211041067

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Pontianak

Jurusan : Gizi

Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Pontianak

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Skripsi saya yang berjudul :

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SISA MAKANAN PADA PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) PADA ANAK SMP NEGERI 9 PONTIANAK

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pontianak, 24 Maret 2025

Penulis

Wianda Puspitasari

NIM. 211041067



BIODATA PENULIS

Nama : WIANDA PUSPITASARI
Tempat, Tanggal Lahir : Sambas, 1 September 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Desa Sungai Baru Dusun Rasau RT 07 RW 04
Kab. Sambas Teluk Keramat
Nomor HP : 083826948706

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 04 SUNGAI BARU
2. SLTP : PONPES M. BASIUNI IMRAN
3. SLTA : SMA MUHAMMADIYAH SAMBAS

ABSTRAK

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SISA MAKANAN PADA PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) PADA ANAK SMP NEGERI 9 PONTIANAK

Wianda Puspitasari¹⁾, Ir. Martinus Ginting, M.Kes²⁾,

Nopriantini, SP, M.Pd³⁾

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Email: wiandapuspitasari073@gmail.com

Latar belakang: Pengetahuan gizi yang baik berperan penting dalam membentuk perilaku makan sehat dan mengurangi sisa makanan. Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) bertujuan memenuhi kebutuhan gizi siswa, namun masih ditemukan sisa makanan yang cukup tinggi.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan sisa makanan pada siswa SMP Negeri 9 Pontianak yang mengikuti program MBG.

Metode: Desain yang digunakan adalah observasional dengan pendekatan *Cross sectional*. Variabel penelitian ini adalah Pengetahuan Gizi dan Sisa Makanan, instrumen penelitian ini adalah Formulir Kuesioner Pengetahuan Gizi dan Formulir Visual Comstock. Analisa data univariat adalah usia, jenis kelamin, kelas, dan Analisa bivariat yaitu hubungan Pengetahuan Gizi dan Sisa Makanan menggunakan uji *chi-square*.

Hasil: Mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi kurang (65,0%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dengan sisa makanan pokok ($p=0,002$), lauk hewani ($p=0,000$), lauk nabati ($p=0,007$), sayuran ($p=0,002$), namun tidak signifikan pada buah ($p=0,087$). Siswa dengan pengetahuan gizi baik cenderung memiliki sisa makanan lebih sedikit dibandingkan siswa dengan pengetahuan gizi kurang.

Kesimpulan: Pengetahuan gizi berhubungan dengan sisa makanan pada sebagian besar komponen menu MBG, kecuali buah. Edukasi gizi perlu ditingkatkan untuk mengurangi sisa makanan dan mengoptimalkan manfaat program MBG.

Kata kunci: Pengetahuan gizi, sisa makanan, program makanan bergizi gratis, remaja.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITION KNOWLEDGE AND PLATE WASTE IN THE FREE NUTRITIOUS MEAL PROGRAM (MBG) AMONG STUDENTS AT SMP NEGERI 9 PONTIANAK

Wianda Puspitasari¹⁾, Ir. Martinus Ginting, M.Kes²⁾,

Nopriantini, SP, M.Pd³⁾

Department of Nutrition, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Email: wiandapuspitasari073@gmail.com

Background: Good nutrition knowledge plays an important role in shaping healthy eating behavior and reducing plate waste. The Free Nutritious Meal Program (MBG) aims to meet students' nutritional needs, yet a relatively high amount of plate waste is still found.

Objective: To determine the relationship between nutrition knowledge and plate waste among students at SMP Negeri 9 Pontianak participating in the MBG program.

Methods: This study used an observational design with a cross-sectional approach. The research variables were Nutrition Knowledge and Plate Waste. The instruments used were a Nutrition Knowledge Questionnaire and the Comstock Visual Estimation Form. Univariate analysis included age, sex, and class; while bivariate analysis examined the relationship between Nutrition Knowledge and Plate Waste using the Chi-Square test.

Results: The majority of respondents had low nutrition knowledge (65.0%). Chi-Square test results showed a significant relationship between nutrition knowledge and plate waste of staple foods ($p=0.002$), animal-based side dishes ($p=0.000$), plant-based side dishes ($p=0.007$), and vegetables ($p=0.002$), but not for fruits ($p=0.087$). Students with good nutrition knowledge tended to have less plate waste compared to those with low knowledge.

Conclusion: Nutrition knowledge is associated with plate waste in most components of the MBG menu, except for fruits. Strengthening nutrition education is necessary to reduce plate waste and optimize the benefits of the MBG program.

Keywords: Nutrition knowledge, plate waste, free nutritious meal program, adolescents.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan penulis kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga Skripsi dengan judul “Hubungan Pengetahuan Gizi Terhadap Sisa Makanan Pada Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) Pada Anak Smp Negeri 9 Pontianak”

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan Kepada Bapak Ir. Martinus Ginting, M.Kes selaku pembimbing utama dan kepada Ibu Nopriantini, SP, M.Pd selaku dosen pembimbing pendamping yang penuh kesabaran serta perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikan nya tugas akhir ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Kelana K. Dharma, S.Kep.,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Pontianak yang berperan memberikan kesempatan sehingga penulis bisa kuliah di Poltekkes Kemenkes Pontianak.
2. Bapak Jurianto Gambir, S.SiT., M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak berperan dalam mendukung kesuksesan jursan gizi.
3. Bapak Desi, SKM. M.Gizi selaku ketua prodi sarjana terapan gizi dan dietetika Poltekkes Kemenkes Pontianak berperan dalam membantu serta memberi dukungan penuh untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini tepat waktu.
4. Bapak H. Lukman Hakim, S. Pd. selaku kepala Sekolah SMP NEGERI 9 PONTIANAK
5. Seluruh dosen, instruktur dan staf Jurusan Gizi serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Tugas akhir ini.
6. Kedua orang tua saya yang berperan sebagai support system terbaik sepanjang hidup saya, terima kasih telah memberikana dukungan serta fasilitas selama saya menempuh pendidikan ini.

Pontianak, 31 Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

BIODATA PENULIS	7
ABSTRAK	8
ABSTRACT.....	9
KATA PENGANTAR	10
DAFTAR ISI.....	11
DAFTAR TABEL	12
DAFTAR GAMBAR	13
DAFTAR LAMPIRAN	14
BAB 1 LATAR BELAKANG	15
A. Pendahuluan	15
B. Rumusan Masalah	17
C. Tujuan Penelitian.....	17
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	18
E. Manfaat Penelitian	18
F. Keaslian Penelitian.....	19
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	22
A. Remaja.....	22
B. Program Makanan Bergizi Gratis (MBG)	24
C. Sisa Makanan	26
D. Pengetahuan Gizi.....	29
E. Kerangka Teori	33
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL	34
A. Kerangka Konsep	34
B. Hipotesis	34
C. Definisi Operasional	34
BAB IV METODE PENELITIAN	36
A. Jenis dan Desain Penelitian	36
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	36
C. Populasi dan Sampel	36
D. Jenis Data	37
E. Teknik dan Instrumen Pengambilan Data.....	37
F. Pengolahan dan Analisis Data	39
G. Alur Penelitian.....	41
H. Penyajian Data.....	42
I. Etika Penelितain.....	42
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan	50
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	62
DOKUMENTASI PENELITIAN	66

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	19
Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Gizi dan Sisa Makanan Pokok di SMP Negeri 9 Pontianak 2025	47
Tabel 3. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Gizi dan Sisa Makanan Lauk Hewani di SMP Negeri 9 Pontianak 2025	47
Tabel 4. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Gizi dan Sisa Makanan Lauk Nabati di SMP Negeri 9 Pontianak 2025	48
Tabel 5. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Gizi dan Sisa Makanan Sayuran di SMP Negeri 9 Pontianak 2025.....	48
Tabel 6. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Gizi dan Sisa Makanan Buah di SMP Negeri 9 Pontianak 2025	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	33
Gambar 2. Kerangka Konsep	34
Gambar 3. Alur Penelitian.....	41
Gambar 4. Umur Responden.....	43
Gambar 5. Jenis Kelamin Responden	43
Gambar 6. Pengetahuan Gizi.....	44
Gambar 7. Makanan Pokok.....	44
Gambar 8. Lauk Hewani	45
Gambar 9. Lauk Nabati	45
Gambar 10. Sayuran.....	46
Gambar 11. Buah	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent	62
Lampiran 2. Lampiran Formulir Visual Comstock.....	63
Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Gizi	64
Lampiran 4. Surat Pra Riset Dinas Pendidikan.....	68
Lampiran 5. Surat Pra Riset Sekolah	69
Lampiran 6. Surat Balasan Dinas Pendidikan.....	70
Lampiran 7. Surat Balasan Pra Riset.....	71
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	72
Lampiran 9. Surat Balasan Izin Penelitian.....	73
Lampiran 10. Master data	60
Lampiran 11. Output SPSS	61