



**PERBEDAAN STATUS GIZI DAN STATUS ANEMIA PADA
SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) PENERIMA
DAN TIDAK PENERIMA PROGRAM MAKANAN
BERGIZI GRATIS (MBG) TAHUN 2026**

SKRIPSI

**FADHILLAH MEILYANA MANNAN
2210714075**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**



**PERBEDAAN STATUS GIZI DAN STATUS ANEMIA PADA
SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) PENERIMA
DAN TIDAK PENERIMA PROGRAM MAKANAN
BERGIZI GRATIS (MBG) TAHUN 2026**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Gizi**

FADHILLAH MEILYANA MANNAN

2210714075

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Fadhillah Meilyana Mannan
NIM : 2210714075
Tanggal : 17 Juli 2026

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 17 Juli 2026

Yang Menyatakan,

A 10,000 Rupiah Indonesian postage stamp is placed over the signature. The stamp features a Garuda emblem, the text 'SEMI LUN RIBU RUPIAH', the value '10000', and the serial number '8B0ACAOX105043120'. The signature 'Fadhillah Meilyana Mannan' is written in black ink across the stamp.

Fadhillah Meilyana Mannan

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan skripsi ini, saya menggunakan teknologi Kecerdasan Buatan (AI) dengan platform Claude dan ChatGPT untuk tujuan *brainstorming* serta perbaikan tata bahasa atau penulisan dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan, orisinalitas, dan integritas seluruh skripsi ini.

Nama : Fadhillah Meilyana Mannan
NIM : 2210714075
Tanggal : 3 Agustus 2026

Jakarta, 3 Agustus 2026

Yang menyatakan



Fadhillah Meilyana Mannan

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,
saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fadhillah Meilyana Mannan

NIM : 2210714075

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “ Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Perbedaan Status Gizi Dan Status Anemia Pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) Penerima Dan Tidak Penerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Tahun 2026”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Jakarta

Pada tanggal: 3 Agustus 2026

Yang menyatakan,



Fadhillah Meilyana Mannan

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

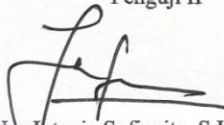
Nama : Fadhillah Meilyana Mannan
NIM : 2210714075
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : Perbedaan Status Gizi dan Status Anemia Pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) Penerima dan Tidak Penerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Tahun 2026

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

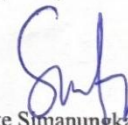
Penguji I (Ketua Penguji)


Dr. dr. Yessi Chosita Octaria, MIH.
NIP.198010182025212020

Penguji II


Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM.
NIP.198410202021212005

Penguji III (Pembimbing)


Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM.
NIP. 199101152025062002

Mengetahui

Koordinator Program Studi Gizi
Program Sarjana


Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si.
NIP. 199109042019032017



Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 17 Juli 2026

PERBEDAAN STATUS GIZI DAN STATUS ANEMIA PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) PENERIMA DAN TIDAK PENERIMA PROGRAM MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) TAHUN 2026

Fadhillah Meilyana Mannan

ABSTRAK

Status gizi dan anemia pada remaja masih menjadi permasalahan kesehatan yang memerlukan perhatian. Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan akses siswa terhadap makanan bergizi, namun bukti mengenai perbedaan kondisi gizi antara siswa penerima dan tidak menerima MBG pada jenjang SMA masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis perbedaan status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U), status anemia, konsumsi *ultra-processed food/sugar-sweetened beverages* (UPF/SSB), keragaman pangan (DDS-9), dan status sosial ekonomi antara siswa SMA penerima dan tidak menerima MBG, serta mendeskripsikan kepatuhan konsumsi MBG. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* dengan 431 siswa, terdiri atas 263 siswa penerima MBG dan 168 siswa yang tidak menerima MBG. Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri, pemeriksaan hemoglobin, dan kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan Pearson Chi-square, Mann-Whitney, serta analisis lanjutan Kruskal-Wallis dan Dunn. Hasil menunjukkan tidak terdapat perbedaan status gizi berdasarkan IMT/U antara kedua kelompok ($p=0,166$), tetapi terdapat perbedaan status anemia ($p=0,002$), DDS-9 ($p<0,001$), SES ($p<0,001$), dan konsumsi UPF/SSB ($p<0,001$). Pada kelompok MBG, 41,4% responden tidak patuh dan 29,7% patuh. Kesimpulannya, status gizi berdasarkan IMT/U tidak berbeda, sedangkan status anemia, keragaman pangan, status sosial ekonomi, dan konsumsi UPF/SSB menunjukkan perbedaan antara kelompok penerima dan tidak menerima MBG.

Kata Kunci: Program Makan Bergizi Gratis (MBG), Status Gizi, Status Anemia, Remaja

DIFFERENCES IN NUTRITIONAL STATUS AND ANEMIA STATUS AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS WHO DID AND DID NOT PARTICIPATE IN THE FREE NUTRITIOUS MEAL PROGRAM (MBG) IN 2026

Fadhillah Meilyana Mannan

ABSTRACT

Nutritional status and anemia among adolescents remain health issues requiring attention. The Free Nutritious Meal Program (MBG) is a government effort to improve students' access to nutritious food; however, evidence on differences in nutritional conditions between high school students receiving and not receiving MBG remains limited. This study aimed to analyze differences in nutritional status based on Body Mass Index-for-Age (BMI-for-age), anemia status, ultra-processed food/sugar-sweetened beverage (UPF/SSB) consumption, dietary diversity (DDS-9), and socioeconomic status between high school students receiving and not receiving MBG, and to describe adherence to MBG consumption. A cross-sectional design was used among 431 students, comprising 263 MBG recipients and 168 non-recipients. Data were collected through anthropometric measurements, hemoglobin testing, and questionnaires, then analyzed using Pearson's chi-square, Mann-Whitney U, and additional Kruskal-Wallis and Dunn tests. No difference was found in nutritional status based on BMI-for-age between the two groups ($p=0.166$), whereas differences were found in anemia status ($p=0.002$), DDS-9 ($p<0.001$), socioeconomic status ($p<0.001$), and UPF/SSB consumption ($p<0.001$). Among MBG recipients, 41.4% were non-adherent and 29.7% adherent. In conclusion, nutritional status based on BMI-for-age did not differ, whereas anemia status, dietary diversity, socioeconomic status, and UPF/SSB consumption differed between students receiving and not receiving MBG.

Keywords: *Free Nutritious Meal Program (MBG), Nutritional Status, Anemia Status, Adolescents*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sehingga skripsi yang berjudul "Perbedaan Status Gizi dan Status Anemia pada Siswa SMA Penerima dan Tidak Penerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Tahun 2026" ini dapat diselesaikan. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari doa, dukungan, bantuan, serta bimbingan berbagai pihak.

Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada kedua orang tua dan kedua kakak penulis yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, semangat, serta bantuan moral maupun material selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Ibu Sintha selaku dosen pembimbing atas arahan, masukan, perhatian, serta dukungan selama proses penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Ibu Yessi dan Ibu Intan selaku dosen penguji atas kritik, saran, dan masukan yang diberikan, sehingga skripsi ini dapat disempurnakan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen dan tenaga kependidikan Program Studi Gizi Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta atas ilmu, pengalaman, dan bantuan selama masa studi penulis. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah, puskesmas, seluruh responden, serta semua pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca.

Depok, 3 Juli 2026

Penulis



Fadhillah Meilyana Mannan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	6
I.3 Tujuan Penelitian	7
I.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1 Status Gizi pada Anak Usia Sekolah dan Remaja	9
II.2 Anemia pada Remaja.....	12
II.3 Program Makan Bergizi Gratis (MBG)	16
II.4 Faktor-Faktor yang Berkaitan dengan Status Gizi dan Status Anemia.....	21
II.5 Hubungan Status Gizi dengan Anemia.....	29
II.6 Matriks Penelitian Terdahulu	31
II.7 Kerangka Teori	34
II.8 Kerangka Konsep.....	34
II.9 Hipotesis Penelitian	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	36
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	36
III.2 Desain Penelitian	37
III.3 Populasi dan Sampel.....	38
III.4 Pengumpulan Data.....	41
III.5 Etik Penelitian.....	49
III.6 Definisi Operasional.....	50
III.7 Analisis Data.....	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	56
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	56
IV.2 Gambaran Karakteristik Responden	62
IV.3 Hasil Analisis Uji Univariat.....	64
IV.4 Hasil Analisis Bivariat.....	78
IV.5 Keterbatasan Penelitian	99

BAB V PENUTUP.....	102
V.1 Kesimpulan.....	102
V.2 Saran.....	103
DAFTAR PUSTAKA	106
RIWAYAT HIDUP	114
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Matriks Penelitian Terdahulu	31
Tabel 2	Perhitungan Sampel	39
Tabel 3	Definisi Operasional.....	50
Tabel 4	Sebaran Sampel Penelitian di SMAN 6 Depok	57
Tabel 5	Sebaran Sampel Penelitian di SMAN 9 Depok	59
Tabel 6	Sebaran Sampel Penelitian di SMAS Bakti Idhata	61
Tabel 7	Karakteristik Responden	62
Tabel 8	Status Gizi	64
Tabel 9	Status Anemia	66
Tabel 10	Dietary Diversity Score (DDS)	67
Tabel 11	Status Sosial Ekonomi (SES)	68
Tabel 12	Distribusi Komponen Status Sosial Ekonomi Menurut Kelompok Penelitian.....	69
Tabel 13	Distribusi Jumlah dan Penggunaan Uang Saku Menurut Kelompok Penelitian.....	70
Tabel 14	Konsumsi Ultra-processed food (UPF) / Sugar-Sweetened Beverages (SSB)	72
Tabel 15	Distribusi Kepatuhan MBG.....	74
Tabel 16	Distribusi Frekuensi Konsumsi Program MBG Selama Satu Minggu Terakhir (F01)	75
Tabel 17	Distribusi Porsi Konsumsi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) (F02)	76
Tabel 18	Lima Alasan Terbanyak Tidak Menghabiskan atau Tidak Mengonsumsi MBG (F03).....	76
Tabel 19	Tindakan Responden Apabila Tidak Mengonsumsi MBG (F04)	77
Tabel 20	Gambaran Deskriptif Nilai Kadar Hb, DDS, Konsumsi UPF/SSB, Jumlah Uang Saku, dan MMAS Berdasarkan Kelompok Penelitian..	79
Tabel 21	Hasil Uji Bivariat Status Gizi Kelompok MBG dengan Kelompok Non-MBG.....	81
Tabel 22	Hasil Uji Bivariat Status Anemia Kelompok MBG dengan Kelompok Non-MBG.....	83
Tabel 23	Hasil Uji Kruskal-Wallis Kadar Hemoglobin Berdasarkan Kelompok Kepatuhan MBG	85
Tabel 24	Hasil Uji Dunn Post-Hoc Kadar Hb Berdasarkan Kelompok Kepatuhan MBG.....	86
Tabel 25	Hasil Uji Bivariat DDS-9 Kelompok MBG dengan Kelompok.....	87
Tabel 26	Hasil Uji Kruskal-Wallis Skor Dietary Diversity Score-9 (DDS-9) Berdasarkan Kelompok Penelitian	89
Tabel 27	Hasil Uji Dunn Post-Hoc Skor Dietary Diversity Score-9 (DDS-9) Berdasarkan Kelompok Penelitian	89
Tabel 28	Hasil Uji Bivariat Status Sosial Ekonomi (SES) Kelompok MBG dengan Kelompok Non-MBG	90
Tabel 29	Hasil Uji Kruskal-Wallis Jumlah Uang Saku Berdasarkan Kelompok Penelitian.....	92

Tabel 30	Hasil Uji Dunn Post-Hoc Jumlah Uang Saku Berdasarkan Kelompok Penelitian.....	92
Tabel 31	Hasil Uji Bivariat Konsumsi Ultra-processed food (UPF) / Sugar Sweetened Beverages (SSB) Kelompok MBG dengan Kelompok Non-MBG.....	94
Tabel 32	Hasil Uji Kruskal-Wallis Konsumsi UPF/SSB Berdasarkan Kelompok Penelitian.....	95
Tabel 33	Hasil Uji Dunn Post-Hoc Konsumsi UPF/SSB Berdasarkan Kelompok Penelitian.....	96
Tabel 34	Hasil Uji Kruskal-Wallis Skor MMAS pada Kelompok Penerima MBG Berdasarkan Kepatuhan Konsumsi MBG	98

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Prevalensi Status Gizi Anak Usia Sekolah dan Remaja.....	10
Gambar 2	Kategori Indeks Massa Tubuh (BMI)	12
Gambar 3	Status Gizi dan Anemia Remaja Indonesia	13
Gambar 4	Contoh Sajian Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di	16
Gambar 5	Gambaran Masalah Gizi di Indonesia sebagai Dasar	19
Gambar 6	Contoh Produk Makanan Ultra-Processed Food (UPF) dan	23
Gambar 7	Ilustrasi Keragaman Kelompok Pangan	25
Gambar 8	Ilustrasi Perbedaan Status Sosial Ekonomi	26
Gambar 9	Aktivitas Fisik Siswa di Sekolah.....	27
Gambar 10	Ilustrasi Persepsi Body Image	28
Gambar 11	Dampak Anemia Akibat Defisiensi Zat Besi pada Remaja	30
Gambar 12	Kerangka Teori.....	34
Gambar 13	Kerangka Konsep	34
Gambar 14	Prosedur Pengambilan Data	46
Gambar 15	Gerbang Sekolah SMAN 6 Depok	56
Gambar 16	Pengambilan Data di SMAN 6 Depok	57
Gambar 17	Halaman Sekolah SMAN 9 Depok	58
Gambar 18	Pengambilan Data di SMAN 9 Depok	59
Gambar 19	Gerbang Sekolah SMAS Bakti Idhata.....	60
Gambar 20	Pengambilan Data di SMAS Bakti Idhata	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Studi Pendahuluan
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 3	Surat Persetujuan Etik
Lampiran 4	Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Subjek
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	Hasil Olah Data Statistik
Lampiran 8	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 9	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 10	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 11	Hasil Uji Turnitin