

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep MBG

2.2.1 Definisi MBG

Program (MBG) merupakan bentuk intervensi gizi berbasis sekolah yang diinisiasi sebagai kebijakan nasional untuk mengatasi permasalahan gizi serta meningkatkan kualitas sumber daya manusia sejak usia dini. Program ini menjadi salah satu inisiatif unggulan Presiden Prabowo Subianto yang menyasar kelompok rentan, khususnya anak usia sekolah dan ibu hamil, sebagai upaya preventif dan promotif dalam pembangunan kesehatan dan pendidikan (Azzahra, 2025).

Selain berorientasi pada peningkatan status gizi, MBG juga memiliki dimensi sosial-ekonomi melalui pemberdayaan Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM), koperasi, serta produsen pangan lokal. Keterlibatan pelaku ekonomi lokal dalam penyediaan bahan pangan diharapkan mampu memperkuat ketahanan pangan masyarakat sekaligus mendukung keberlanjutan program intervensi gizi di tingkat sekolah (Azzahra, 2025)

Anak usia sekolah merupakan kelompok anak berusia sekitar 6–12 tahun yang sedang menjalani pendidikan formal dan berada pada fase pertumbuhan serta perkembangan yang cepat, baik secara fisik, kognitif, maupun sosial-emosional (Aulia, 2022) Periode anak usia sekolah juga menandai masa transisi dari prasekolah menuju pendidikan formal, yang

ditandai dengan perkembangan yang pesat pada berbagai aspek, meliputi aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Perkembangan pada tahap ini sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar, interaksi sosial, serta pembentukan perilaku anak di masa selanjutnya. Pada fase usia sekolah, anak cenderung memiliki aktivitas fisik yang tinggi, baik selama kegiatan belajar di sekolah maupun aktivitas di luar sekolah, sehingga membutuhkan asupan energi dan zat gizi yang lebih besar untuk menunjang aktivitas dan proses pertumbuhan mereka (K. Putri et al., 2025).

Berdasarkan pengertian di atas peneliti menyimpulkan bahwa, anak usia sekolah merupakan kelompok anak berusia sekitar 6–12 tahun yang sedang menjalani pendidikan formal dan berada pada fase pertumbuhan serta perkembangan yang pesat, baik dari aspek fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Pada periode ini, anak memiliki tingkat aktivitas yang relatif tinggi sehingga memerlukan asupan energi dan zat gizi yang cukup untuk mendukung proses pertumbuhan, perkembangan, serta kemampuan belajar dan interaksi sosial secara optimal.

2.2.2 Komponen Gizi dan Standar Pangan dalam Program MBG

Program Makan Bergizi Gratis dirancang untuk menyediakan makanan dengan komposisi gizi seimbang yang meliputi sumber karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral. Menu MBG umumnya terdiri dari nasi sebagai sumber energi utama, lauk-pauk sebagai sumber protein hewani dan nabati, sayur dan buah segar sebagai sumber serat,

vitamin, dan mineral, serta susu sebagai pelengkap kebutuhan gizi anak. Selain komposisi zat gizi, aspek kebersihan, keamanan pangan, dan pemenuhan standar nutrisi menjadi bagian penting dalam pelaksanaan program MBG. (Mamahit, 2025)

MBG berfungsi sebagai strategi nasional dalam mengatasi rendahnya konsumsi sayur dan buah serta ketidakseimbangan pola makan pada anak usia sekolah. Pola konsumsi yang tidak sehat diketahui dapat menghambat pertumbuhan dan menurunkan performa belajar, sehingga intervensi gizi berbasis sekolah menjadi pendekatan yang relevan dan berkelanjutan. Berikut kandungan yang ada di dalam MBG

1. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber energi utama bagi tubuh untuk mendukung aktivitas fisik dan mental. Dalam program MBG, sumber karbohidrat umumnya berasal dari bahan pangan pokok seperti nasi, jagung, sagu, atau ubi. Asupan karbohidrat yang cukup penting bagi anak usia sekolah karena berperan dalam menjaga energi, konsentrasi belajar, serta keseimbangan metabolisme tubuh (Rahmiwati et al., 2026).

2. Protein

Protein berperan dalam pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh. Pada program MBG, protein diperoleh dari sumber hewani maupun nabati seperti ikan, ayam, telur, tahu, tempe, dan

susu. Zat gizi ini penting untuk pembentukan sel, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, serta mendukung pertumbuhan anak (Rahmiwati et al., 2026).

3. Lemak

Lemak merupakan sumber energi dengan kepadatan energi tinggi serta berfungsi sebagai cadangan energi, pelindung organ tubuh, dan membantu penyerapan vitamin larut lemak. Dalam program MBG, lemak biasanya berasal dari ikan, daging, telur, kacang-kacangan, dan minyak dalam proses pengolahan makanan.

4. Vitamin

Vitamin merupakan zat gizi mikro yang berperan dalam proses metabolisme tubuh, menjaga sistem imun, serta mendukung pertumbuhan dan kesehatan tubuh. Dalam program MBG, vitamin umumnya diperoleh dari sayuran dan buah-buahan yang disajikan dalam menu makanan (Juliani & Novianti, 2026).

5. Mineral

Mineral seperti kalsium, zat besi, dan seng berperan dalam menjaga fungsi tubuh. Kalsium penting untuk pembentukan tulang dan gigi, sedangkan zat besi berfungsi dalam pembentukan hemoglobin. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan anemia yang berdampak pada penurunan konsentrasi belajar.

6. Serat

Serat berasal dari bahan pangan nabati seperti sayuran dan buah-buahan. Serat berperan dalam menjaga kesehatan sistem pencernaan, membantu mengontrol kadar gula darah dan kolesterol, serta mencegah gangguan pencernaan (Juliani & Novianti, 2026).

2.2.3 Tujuan MBG

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memiliki tujuan utama untuk masyarakat, khususnya pada anak usia sekolah, melalui penyediaan makanan yang mengandung gizi seimbang. Program ini dirancang sebagai upaya pemenuhan kebutuhan energi serta berbagai zat gizi esensial yang diperlukan dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal (Jati et al., 2025).

Selain itu, program MBG juga diarahkan untuk menurunkan berbagai permasalahan gizi yang masih sering ditemukan pada anak, seperti stunting, kekurangan gizi, dan anemia. Permasalahan gizi tersebut berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap pertumbuhan fisik maupun perkembangan (Mirojul, 2025).

Program ini juga diharapkan dapat berkontribusi terhadap peningkatan kualitas pendidikan melalui perbaikan konsentrasi belajar serta motivasi siswa di sekolah. Anak yang memperoleh asupan gizi yang cukup umumnya memiliki tingkat konsentrasi yang lebih baik,

sehingga mampu mengikuti proses pembelajaran secara lebih efektif dan optimal (Eka et al., 2025).

Selain itu, program MBG bertujuan untuk mengurangi kesenjangan akses terhadap pangan bergizi, terutama bagi anak-anak yang berasal dari keluarga dengan kondisi sosial ekonomi rendah. Dengan adanya program ini, diharapkan setiap anak memiliki kesempatan yang lebih merata untuk memperoleh asupan gizi yang memadai guna menunjang kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan mereka (Qomarrullah et al., 2025).

2.2.4 Sasaran MBG

Sasaran utama dari program Makan Bergizi Gratis (MBG) adalah anak usia sekolah yang berada pada jenjang pendidikan dasar hingga menengah. Kelompok usia ini menjadi prioritas karena pada masa sekolah anak memerlukan asupan gizi yang memadai guna menunjang aktivitas belajar serta mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif secara optimal (Agustini & Mulyani, 2025).

Selain anak usia sekolah, program MBG juga menargetkan kelompok rentan lainnya, seperti balita, ibu hamil, dan ibu menyusui. Kelompok tersebut memiliki kebutuhan gizi yang relatif tinggi karena berkaitan dengan proses pertumbuhan dan perkembangan, baik bagi janin maupun anak pada masa awal kehidupan, serta untuk menjaga kesehatan ibu (Mirojul, 2025).

Program ini juga diarahkan kepada masyarakat yang tinggal di wilayah dengan tingkat kerawanan pangan yang tinggi serta keluarga dengan kondisi sosial ekonomi rendah. Penyediaan makanan bergizi bagi kelompok sasaran tersebut diharapkan dapat membantu mengurangi kesenjangan dalam akses terhadap pangan yang sehat dan bergizi di masyarakat (Qomarrullah et al., 2025).

Melalui penetapan sasaran tersebut, program MBG diharapkan mampu memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan status gizi masyarakat sekaligus mendukung pembangunan sumber daya manusia yang sehat, produktif, dan berkualitas pada masa mendatang (Jati et al., 2025).

2.2 Konsep Anak Usia Sekolah

2.2.1 Definisi Anak Usia Sekolah

Anak usia sekolah merupakan kelompok anak berusia sekitar 6–12 tahun yang sedang menjalani pendidikan formal dan berada pada fase pertumbuhan serta perkembangan yang cepat, baik secara fisik, kognitif, maupun sosial-emosional (Aulia, 2022) Periode anak usia sekolah juga menandai masa transisi dari prasekolah menuju pendidikan formal, yang ditandai dengan perkembangan yang pesat pada berbagai aspek, meliputi aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Perkembangan pada tahap ini sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar, interaksi sosial, serta pembentukan perilaku anak di masa selanjutnya. Pada fase usia sekolah, anak cenderung memiliki aktivitas fisik yang tinggi, baik

selama kegiatan belajar di sekolah maupun aktivitas di luar sekolah, sehingga membutuhkan asupan energi dan zat gizi yang lebih besar untuk menunjang aktivitas dan proses pertumbuhan mereka (K. Putri et al., 2025).

Berdasarkan pengertian diatas peneliti menyimpulkan bahwa, anak usia sekolah merupakan kelompok anak berusia sekitar 6–12 tahun yang sedang menjalani pendidikan formal dan berada pada fase pertumbuhan serta perkembangan yang pesat, baik dari aspek fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Pada periode ini, anak memiliki tingkat aktivitas yang relatif tinggi sehingga memerlukan asupan energi dan zat gizi yang cukup untuk mendukung proses pertumbuhan, perkembangan, serta kemampuan belajar dan interaksi sosial secara optimal.

2.2.2 Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Sekolah

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah merupakan proses yang berlangsung secara berkesinambungan dan saling berkaitan serta dipahami sebagai perubahan biologis yang bersifat kuantitatif, ditandai dengan peningkatan ukuran fisik tubuh seperti berat badan dan tinggi badan, yang dipengaruhi oleh asupan gizi serta kondisi kesehatan anak (Danar, 2022). Perkembangan merupakan proses perubahan kualitatif yang mencakup peningkatan kemampuan fungsi tubuh anak, meliputi aspek fisik, kognitif, bahasa, emosional dan sosial, proses perkembangan akan berlangsung optimal apabila sesuai dengan tahap dan tugas perkembangan pada masing-masing fase usia, meskipun

setiap anak memiliki pola perkembangan yang berbeda-beda karena dipengaruhi oleh budaya, pengalaman, pendidikan, dan lingkungan (Zakiyah et al., 2024).

Pada masa usia sekolah dasar, anak mengalami perkembangan yang signifikan pada berbagai aspek (Sitoayu et al., 2016), antara lain:

a. Perkembangan Motorik

a. Motorik kasar

Keterampilan motorik kasar anak usia sekolah tercermin dari partisipasi dalam berbagai aktivitas fisik, misalnya bermain sepatu roda, serta adanya peningkatan progresif dalam kemampuan berlari dan melompat

b. Motorik halus

Perkembangan motorik halus pada anak usia sekolah dapat diamati melalui kemampuan menulis yang semakin terstruktur, seperti menulis surat tanpa kesulitan dalam merangkai huruf. Peningkatan kemampuan ini menunjukkan kematangan motorik, sehingga orang tua perlu terus memberikan bimbingan kepada anak dalam menghadapi situasi baru.

b. Perkembangan psikososial

a. Anak usia sekolah pada umumnya telah berhasil menyelesaikan tiga tahap perkembangan psikososial sebelumnya, yaitu otonomi (*autonomy*), inisiatif (*initiative*), dan kepercayaan (*trust*). Pada tahap ini, anak memasuki fase *industry versus*

inferiority, yang ditandai dengan fokus pada pencapaian kompetensi, produktivitas, serta penguasaan berbagai keterampilan akademik dan sosial.

- b. Perasaan inferioritas dapat muncul sebagai akibat dari ekspektasi yang tidak realistis atau ketidakmampuan anak dalam memenuhi standar yang ditetapkan oleh lingkungan sekitarnya, baik oleh orang tua, guru, maupun teman sebaya. Ketika anak mengalami kegagalan atau merasa tidak kompeten, tingkat kepercayaan diri cenderung menurun. Pada tahap ini, penilaian diri anak sangat dipengaruhi oleh keberhasilannya dalam menyelesaikan tugas dan aktivitas yang diberikan.
- c. Pada masa usia sekolah, anak mulai menginternalisasi berbagai aturan sosial serta mengembangkan kemampuan untuk bekerja sama dan berkompetisi secara sehat dengan teman sebaya dalam rangka mencapai tujuan tertentu. Proses ini berperan penting dalam pembentukan keterampilan sosial dan penyesuaian diri dalam lingkungan kelompok.
- d. Anak usia sekolah juga rentan mengalami berbagai bentuk rasa takut dan stresor yang bersumber dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun interaksi sosial. Faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi proses adaptasi serta perkembangan psikologis anak, sehingga diperlukan dukungan emosional yang memadai dari lingkungan terdekat

e. Perkembangan kognitif

Perkembangan kognitif merujuk pada kapasitas anak dalam berpikir, mengolah informasi, serta memecahkan masalah. Selama masa usia sekolah, anak mengalami kemajuan kognitif yang signifikan, termasuk kemampuan berpikir logis dan sistematis, pemahaman terhadap konsep ruang dan waktu, peningkatan kapasitas memori, serta perluasan wawasan mengenai lingkungan sekitarnya. Tahap ini sejalan dengan fase operasional konkret.

f. Perkembangan bahasa

Perkembangan bahasa pada anak usia sekolah berlangsung secara pesat dan mencakup peningkatan penguasaan kosakata, pemahaman terhadap struktur tata bahasa, serta kemampuan komunikasi yang lebih efektif, baik secara lisan maupun tulisan. Anak juga menunjukkan kemampuan yang semakin baik dalam menggunakan kata kerja dan menyusun kalimat secara gramatikal untuk menggambarkan berbagai aktivitas dan pengalaman.

g. Perkembangan moral

Perkembangan moral mencerminkan kemampuan anak dalam memahami dan menginternalisasi aturan, norma, serta nilai-nilai etika yang berlaku dalam masyarakat. Anak mulai mampu membedakan perilaku yang benar dan salah, memahami

konsekuensi dari setiap tindakan, serta mengembangkan kesadaran sosial. Proses ini dipengaruhi oleh pendidikan, pola asuh orang tua, serta interaksi dengan lingkungan sosial. Tahap ini sejalan dengan teori perkembangan moral Kohlberg, khususnya pada tingkat konvensional.

h. Perkembangan emosi

Perkembangan emosional melibatkan kemampuan anak dalam mengenali, memahami, mengekspresikan, dan mengatur berbagai emosi, seperti marah, takut, senang, dan sedih. Selain itu, anak mulai mengembangkan empati serta sensitivitas terhadap perasaan orang lain, yang berperan penting dalam pembentukan hubungan interpersonal yang sehat.

i. Perkembangan sosial

Perkembangan sosial berkaitan dengan kemampuan anak untuk berinteraksi dan berkomunikasi secara efektif dengan orang lain. Anak usia sekolah belajar bekerja sama dengan teman sebaya, mengembangkan keterampilan sosial seperti berbagi, empati, dan toleransi, serta memahami dan mematuhi norma-norma sosial yang berlaku dalam keluarga, masyarakat, dan lingkungan sekolah. Proses ini berkontribusi terhadap pembentukan identitas sosial dan kemampuan penyesuaian diri anak.

2.2.3 Kebiasaan Konsumsi Makan Anak

Kebiasaan konsumsi makan anak merupakan pola perilaku makan yang terbentuk melalui kebiasaan konsumsi makanan sehari-hari yang meliputi jenis makanan, frekuensi makan, waktu makan, serta preferensi terhadap makanan tertentu (Henriques et al., 2025). Kebiasaan makan pada anak usia sekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti preferensi rasa, ketersediaan makanan, lingkungan keluarga, serta pengaruh teman sebaya dan lingkungan sekolah (Sartika et al., 2025). Pada masa anak usia sekolah, kebiasaan makan yang terbentuk cenderung menetap dan dapat memengaruhi pola konsumsi hingga masa remaja bahkan dewasa, sehingga periode ini menjadi tahap penting dalam pembentukan perilaku makan yang sehat (de Menezes et al., 2023). Oleh karena itu, pembentukan kebiasaan konsumsi makanan yang seimbang sejak usia sekolah sangat penting untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta pencegahan berbagai masalah gizi pada anak (Rizka Erpina Dewi, 2024).

Kebiasaan konsumsi makan anak juga berkaitan erat dengan pemilihan makanan yang dikonsumsi sehari-hari, termasuk kebiasaan sarapan, konsumsi makanan utama, serta kebiasaan mengonsumsi jajanan di lingkungan sekolah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Anak usia sekolah sering kali menunjukkan kecenderungan memilih makanan berdasarkan rasa dan daya tarik makanan dibandingkan dengan pertimbangan nilai gizi, sehingga dapat

memengaruhi kualitas pola makan mereka (Sartika et al., 2025). Selain itu, kebiasaan konsumsi jajanan yang tinggi serta rendahnya konsumsi makanan bergizi dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi seperti kekurangan gizi maupun kelebihan berat badan pada anak usia sekolah (World Health Organization, 2021). Oleh karena itu, pemahaman mengenai kebiasaan konsumsi makan anak menjadi aspek penting dalam perencanaan intervensi gizi dan program makanan di sekolah untuk meningkatkan kualitas pola makan dan status gizi anak (de Menezes et al., 2023).

2.3 Konsep Respon Konsumsi

2.3.1 Definisi Respon Konsumsi

Respon konsumsi merupakan gambaran perilaku individu terhadap makanan yang disediakan, yang tercermin melalui tingkat penerimaan (*acceptability*), tingkat kesukaan (*preference*). Respon ini merupakan hasil interaksi antara karakteristik makanan, seperti aspek sensorik (warna, rasa, aroma, dan tekstur), dengan faktor individu, kebiasaan makan, pengalaman sebelumnya, serta faktor sosial dan psikologis. Respon konsumsi tidak hanya menunjukkan asupan zat gizi aktual, tetapi juga merefleksikan sikap dan perilaku makan individu, sehingga sering digunakan sebagai indikator keberhasilan intervensi pangan atau program makanan berbasis institusi, khususnya pada anak usia sekolah (Ispriantari et al., 2025; Rusdi et al., 2021; Telaumbanua et al., 2024)

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa respon konsumsi merupakan perilaku individu terhadap makanan yang disediakan yang dapat dilihat dari tingkat penerimaan, tingkat kesukaan. Respon ini dipengaruhi oleh karakteristik makanan, faktor individu, kebiasaan makan, serta faktor sosial dan psikologis, sehingga dapat digunakan sebagai indikator untuk menilai keberhasilan suatu program penyediaan makanan, terutama pada anak usia sekolah.

2.3.2 Komponen Respon Konsumsi

a. Penerimaan Makanan (*food acceptability*)

Penerimaan makanan adalah tingkat kesediaan individu, khususnya anak usia sekolah, untuk menerima dan mengonsumsi makanan yang disediakan, yang dipengaruhi oleh persepsi sensorik, preferensi individu, dan pengalaman makan sebelumnya. Penerimaan makanan dinilai melalui indikator tingkat kesukaan terhadap warna, aroma, rasa, tekstur makanan, dan kesukaan keseluruhan terhadap makanan (Intan, 2024).

b. Kesukaan terhadap makanan (*food preference*)

Kesukaan terhadap makanan adalah respons afektif individu yang menunjukkan tingkat suka atau tidak suka terhadap makanan yang disajikan, yang bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh pengalaman makan, kebiasaan konsumsi, serta preferensi terhadap karakteristik

makanan. Tingkat kesukaan digunakan sebagai indikator awal penerimaan makanan karena berpengaruh terhadap pilihan makanan dan jumlah makanan yang dikonsumsi (Intan, 2024).

2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Respon Konsumsi

1. Faktor Individu Anak

Faktor individu anak adalah karakteristik personal yang melekat pada anak sebagai konsumen akhir yang memengaruhi preferensi, penerimaan makanan dan frekuensi konsumsi. Faktor ini berperan sebagai determinan biologis dan psikologis dalam pembentukan respon konsumsi sebagai berikut:

a. Usia

Usia adalah tahap perkembangan biologis dan kognitif anak yang memengaruhi kemampuan menerima variasi rasa, tekstur, dan jenis makanan.

b. Selera (*taste preference*)

Selera adalah respons afektif anak terhadap cita rasa makanan, yang menjadi determinan utama dalam pembentukan respon konsumsi dan tingkat penerimaan makanan.

c. Status gizi dan kebutuhan nutrisi

Status gizi dan kebutuhan nutrisi berkaitan dengan kondisi pertumbuhan anak yang memengaruhi sikap orang tua dalam pemilihan makanan serta kecenderungan konsumsi anak.

d. Tingkat penerimaan anak terhadap produk

Tingkat penerimaan anak adalah respons anak terhadap karakteristik makanan, seperti tekstur, bentuk, dan variasi produk, yang memengaruhi keberlanjutan konsumsi.

2. Faktor Makanan

Faktor makanan adalah karakteristik intrinsik dan ekstrinsik makanan yang dinilai oleh konsumen dan berpengaruh terhadap sikap serta keputusan konsumsi. Indikator faktor makanan meliputi:

a. Cita rasa

Cita rasa adalah karakteristik sensori utama yang memengaruhi tingkat kesukaan dan penerimaan makanan.

b. Kandungan gizi

Kandungan gizi merupakan atribut rasional yang menjadi pertimbangan dalam pemilihan makanan, terutama terkait pertumbuhan dan kesehatan anak.

c. Jenis dan variasi menu

Jenis dan variasi menu menggambarkan keberagaman produk makanan yang tersedia, yang memengaruhi minat dan frekuensi konsumsi.

d. Porsi makanan

Porsi adalah jumlah makanan yang disajikan dapat mempengaruhi kemampuan anak dalam menghabiskan makanan.

e. Tekstur, warna, dan aroma

Karakteristik sensori makanan yang memengaruhi pengalaman makan dan tingkat penerimaan anak.

3. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan adalah kondisi eksternal di luar individu dan keluarga yang memengaruhi perilaku konsumsi anak. Indikator faktor lingkungan meliputi:

a. Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah mencakup kondisi tempat makan, ketersediaan makanan, dan pengaruh institusional terhadap pilihan konsumsi anak.

b. Pengaruh teman sebaya

Teman sebaya berperan dalam membentuk preferensi dan kecenderungan konsumsi melalui proses peniruan sosial.

c. Peran guru

Guru berfungsi sebagai agen edukasi yang dapat memengaruhi sikap dan perilaku makan anak.

d. Ketersediaan jajanan

Ketersediaan jajanan menggambarkan pilihan makanan di lingkungan sekitar anak yang memengaruhi konsumsi harian.

e. Kemudahan akses dan promosi informasi

Akses distribusi dan paparan informasi memengaruhi persepsi dan keputusan konsumsi.

f. Kondisi sosial ekonomi dan gaya hidup

Kondisi ekonomi dan gaya hidup keluarga memengaruhi preferensi terhadap jenis makanan praktis atau siap saji.

4. Faktor Keluarga

Faktor keluarga adalah determinan sosial utama yang membentuk preferensi, kebiasaan, dan pola konsumsi anak melalui proses sosialisasi dalam rumah tangga.

Indikator faktor keluarga meliputi:

a. Kebiasaan makan di rumah

Kebiasaan makan di rumah adalah pola rutin konsumsi makanan dalam keluarga yang memengaruhi preferensi rasa, keteraturan makan, dan variasi makanan anak.

b. Bekal dari rumah

Bekal dari rumah adalah bentuk kontrol orang tua terhadap jenis, kualitas, dan kandungan gizi makanan yang dikonsumsi anak, khususnya di lingkungan sekolah.

c. Pola asuh orang tua

Pola asuh orang tua adalah pendekatan dalam mengarahkan dan mengontrol perilaku makan anak, yang memengaruhi sikap, penerimaan makanan, dan kebiasaan konsumsi jangka panjang.

Secara umum, pola asuh dalam konteks konsumsi makanan dapat dikategorikan menjadi:

- 1) Otoritatif: pengendalian seimbang antara aturan dan responsivitas
- 2) Otoriter: pengendalian ketat tanpa mempertimbangkan preferensi anak
- 3) Permisif: kebebasan penuh dalam pemilihan makanan

2.3.4 Dampak Respon Konsumsi

Respon konsumsi menentukan implikasi kesehatan jangka panjang, karena pola konsumsi yang terbentuk akan berdampak pada kecukupan gizi dan status kesehatan individu. Pemahaman terhadap respon konsumsi menjadi dasar dalam perumusan intervensi gizi dan kebijakan pangan, karena faktor-faktor pembentuk respon konsumsi dapat dimanfaatkan untuk merancang strategi edukasi gizi dan promosi pangan sehat. Dengan demikian, respon konsumsi merupakan variabel strategis yang menghubungkan aspek psikologis, ekonomi, dan kesehatan masyarakat (Karadas & Ayhanci, 2026). Terdapat 2 klasifikasi tentang dampak respon konsumsi :

1. Dampak Respon Konsumsi yang Baik

Respon konsumsi yang baik ditandai dengan sikap positif terhadap atribut pangan bergizi, pemilihan produk yang tepat, serta penerapan pola konsumsi yang seimbang. Respon konsumsi yang positif mendorong individu untuk mempertimbangkan kualitas gizi makanan,

sehingga berkontribusi terhadap berbagai aspek kesehatan (Food and Agriculture Organization, 2019; World Health Organization, 2020).

a. Asupan Gizi Terpenuhi

Respon konsumsi yang baik mendorong pemilihan makanan berdasarkan kandungan gizi, tidak semata-mata berdasarkan cita rasa. Individu yang memiliki kesadaran terhadap nilai nutrisi cenderung mampu memenuhi kebutuhan makronutrien, seperti karbohidrat, protein, dan lemak, serta mikronutrien berupa vitamin dan mineral. Dalam kajian perilaku konsumen, perhatian terhadap kandungan gizi mencerminkan proses evaluasi rasional terhadap manfaat produk. Pemenuhan asupan gizi yang adekuat berperan penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan fungsi fisiologis tubuh secara optimal.

b. Status Gizi Baik

Status gizi merupakan cerminan keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh. Respon konsumsi yang baik menghasilkan pola makan yang proporsional sehingga dapat mencegah terjadinya defisit maupun kelebihan energi. Status gizi yang baik ditandai dengan berat badan sesuai umur, tinggi badan sesuai umur, serta indeks massa tubuh berada dalam rentang normal. Secara konseptual, pola konsumsi yang terarah dan terkontrol dalam keluarga berperan sebagai faktor protektif terhadap berbagai masalah gizi.

c. Daya Tahan Tubuh Meningkat

Asupan protein, vitamin, dan mineral yang memadai memiliki peran penting dalam meningkatkan fungsi sistem imun. Respon konsumsi yang memperhatikan kualitas gizi makanan berkontribusi terhadap peningkatan produksi antibodi dan fungsi sel imun. Dalam konteks keluarga, pemilihan makanan bergizi mencerminkan keputusan konsumsi yang tidak hanya didasarkan pada preferensi rasa, tetapi juga mempertimbangkan manfaat kesehatan jangka panjang.

d. Konsentrasi Belajar Lebih Baik

Kecukupan energi serta asupan zat gizi mikro, seperti zat besi dan vitamin B kompleks, berpengaruh terhadap fungsi kognitif. Anak dengan asupan gizi seimbang cenderung memiliki kemampuan konsentrasi dan daya ingat yang lebih baik. Secara teoretis, respon konsumsi yang rasional mendukung peningkatan kualitas sumber daya manusia melalui perbaikan performa akademik anak.

2. Dampak Respon Konsumsi yang Kurang

Respon konsumsi yang kurang ditandai dengan pemilihan makanan yang tidak mempertimbangkan nilai gizi, frekuensi konsumsi yang tidak terkontrol, serta dominasi preferensi rasa dibandingkan manfaat kesehatan (Food and Agriculture Organization, 2019; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Kondisi ini berpotensi menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan diantaranya :

a. Asupan Gizi Tidak Adekuat

Asupan gizi yang tidak adekuat dapat berupa kekurangan maupun kelebihan zat gizi. Kekurangan protein dan mikronutrien berpotensi menghambat pertumbuhan dan perkembangan, sedangkan kelebihan energi dapat menyebabkan penumpukan lemak tubuh. Respon konsumsi yang berorientasi pada rasa atau kemudahan tanpa mempertimbangkan kandungan gizi meningkatkan risiko terjadinya ketidakseimbangan asupan.

b. Risiko Gangguan Kesehatan

Pola konsumsi yang tidak seimbang meningkatkan risiko terjadinya berbagai gangguan kesehatan, seperti anemia akibat kekurangan zat besi, obesitas akibat kelebihan kalori, serta penyakit metabolik dalam jangka panjang. Dalam perspektif perilaku konsumen, kondisi ini menunjukkan dominasi faktor afektif dibandingkan pertimbangan rasional dalam proses pengambilan keputusan konsumsi.

c. Masalah Pencernaan

Konsumsi makanan yang rendah serat atau tinggi lemak dapat menyebabkan gangguan pencernaan, seperti konstipasi dan gangguan lambung. Selain itu, ketidakteraturan jadwal makan juga dapat memengaruhi fungsi sistem gastrointestinal. Hal ini menunjukkan bahwa respon konsumsi tidak hanya berdampak pada

status gizi, tetapi juga berpengaruh terhadap kesehatan sistem organ tertentu.

d. Status Gizi Kurang atau Lebih

Respon konsumsi yang tidak tepat dapat mengakibatkan status gizi kurang, seperti underweight atau stunting akibat defisit energi dan protein, maupun status gizi lebih, seperti overweight dan obesitas akibat konsumsi berlebihan makanan tinggi kalori. Ketidakseimbangan ini mencerminkan pola konsumsi yang tidak sesuai dengan kebutuhan fisiologis tubuh.

2.3.5 Cara mengukur Respon Konsumsi

Pengukuran respon konsumsi dapat diukur menggunakan skala Hedonik. Instrumen penerimaan makanan untuk mengukur respon subjektif anak terhadap makanan yang diberikan. Instrumen ini disusun dalam bentuk pertanyaan tertutup menggunakan skala Likert atau skala hedonik (Santana et al., 2023)

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner dengan pendekatan uji hedonik (sensory evaluation) untuk menilai tingkat kesukaan dan penerimaan responden terhadap makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Metode uji hedonik pertama kali diperkenalkan oleh David R. Peryam dan F. J. Pilgrim (1957) sebagai teknik untuk mengukur preferensi konsumen terhadap produk pangan melalui skala tingkat kesukaan. Selanjutnya, konsep ini dikembangkan lebih lanjut dalam kajian evaluasi sensori oleh

Harry T. Lawless dan Hildegard Heymann (2010), yang menjelaskan bahwa uji hedonik digunakan untuk menilai tingkat penerimaan makanan berdasarkan atribut sensorik, seperti warna, aroma, rasa, tekstur dan, penerimaan keseluruhan.

Dalam penelitian ini, instrumen menggunakan skala ordinal 1–5, yaitu 1 = sangat tidak suka hingga 5 = sangat suka. Skala tersebut digunakan untuk mengukur respon konsumsi anak terhadap makanan yang disajikan, kemudian hasil penilaian diolah untuk mengetahui tingkat respon konsumsi berdasarkan skor yang diberikan oleh responden.

Dalam penelitian ini, alat ukur yang digunakan berupa kuesioner skala hedonik yang telah melalui proses uji validitas pada penelitian sebelumnya. Kuesioner tersebut telah disesuaikan dan diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia sehingga lebih mudah dipahami oleh responden, khususnya anak usia sekolah. Skala ini digunakan untuk menilai tingkat kesukaan anak terhadap makanan yang disajikan, yang mencakup beberapa aspek seperti rasa, aroma, warna, tekstur, dan penerimaan keseluruhan.

Selanjutnya, kuesioner tersebut diadopsi dan disesuaikan dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengukur respon konsumsi anak usia sekolah terhadap program (MBG). Dengan menggunakan instrumen yang telah diuji validitasnya, diharapkan data yang diperoleh dalam penelitian ini memiliki tingkat keandalan dan

ketepatan yang baik dalam menggambarkan respon konsumsi anak terhadap makanan yang diberikan.

Skala penilaian Kesukaan terhadap makanan (Skala Hedonik/Likert 1-5)

Kategori

1 = Sangat tidak suka

2 = Tidak suka

3 = Netral

4 = Suka

5 = Sangat suka

2.4 Jurnal Penelitian Terkait

Respon konsumsi anak usia sekolah terhadap Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu aspek yang penting untuk diketahui dalam menilai keberhasilan pelaksanaan program tersebut. Respon konsumsi mencerminkan bagaimana anak menerima, menyukai, dan mengonsumsi makanan yang disediakan di sekolah. Aspek ini banyak diteliti karena tingkat penerimaan dan konsumsi makanan oleh anak dapat memengaruhi efektivitas program dalam memenuhi kebutuhan gizi anak usia sekolah. Adapun jurnal penelitian yang terkait disajikan pada Tabel 2.1

tabel 2. 1 Jurnal Penelitian Terkait

No	Judul	Tujuan Penelitian	Metodologi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Hubungan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan Tingkat Kehadiran Siswa Sekolah Dasar (A. (2024). Putri, 2024).	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan program Makanan Bergizi Gratis dengan tingkat kehadiran siswa sekolah dasar	Desain = Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain cross sectional. Sampel = populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar dan sampel diambil menggunakan teknik simple random sampling. Instrumen = kuesioner dan lembar observasi kehadiran siswa. Analisis Data = Menggunakan analisa data Chi-Square	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti program MBG memiliki tingkat kehadiran yang lebih baik dibandingkan yang tidak mengikuti program. Respon konsumsi dalam penelitian ini didefinisikan sebagai reaksi siswa terhadap makanan yang diberikan yang meliputi tingkat penerimaan, kesukaan, serta perilaku dalam mengonsumsi makanan seperti menghabiskan atau menyisakan makanan. Siswa dengan respon konsumsi yang baik cenderung memiliki kehadiran yang lebih tinggi. Terdapat hubungan yang signifikan antara program MBG dengan tingkat kehadiran siswa dengan nilai $p < 0,05$.
2	Dampak Program Makan Bergizi Gratis terhadap Konsentrasi Siswa Sekolah Dasar (Rahman, 2024).	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak program MBG terhadap konsentrasi belajar siswa sekolah dasar	Desain = Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel = siswa sekolah dasar penerima program MBG. Instrumen = kuesioner dan lembar penilaian konsentrasi. Analisis Data = uji statistik deskriptif dan bivariat	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang mengonsumsi makanan dari program MBG memiliki tingkat konsentrasi yang lebih baik. Respon konsumsi diartikan sebagai bentuk penerimaan siswa terhadap makanan yang disediakan, yang dapat dilihat dari kesediaan mengonsumsi dan jumlah makanan yang dihabiskan. Siswa dengan respon

				konsumsi baik menunjukkan konsentrasi belajar yang lebih optimal dibandingkan siswa dengan respon konsumsi kurang.
3	Pengaruh Program Makan Bergizi Gratis terhadap Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar (Lestari, 2024)	Untuk mengetahui pengaruh program MBG terhadap minat belajar siswa sekolah dasar	Desain = Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel = siswa sekolah dasar. Instrumen = kuesioner minat belajar. Analisis Data = uji regresi	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara program MBG dengan minat belajar siswa. Respon konsumsi dalam penelitian ini mencerminkan tingkat penerimaan siswa terhadap makanan yang disediakan. Siswa dengan respon konsumsi yang baik, ditandai dengan menghabiskan makanan dan menyukai menu yang diberikan, memiliki minat belajar yang lebih tinggi dibandingkan siswa dengan respon konsumsi kurang baik.
4	Persepsi Warga Sekolah terhadap Program Makanan Bergizi Gratis pada Siswa Sekolah Dasar (Wahyuni, 2024)	Untuk mengetahui persepsi warga sekolah terhadap program MBG pada siswa sekolah dasar	Desain = Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Sampel = guru dan siswa sekolah dasar. Instrumen = kuesioner persepsi. Analisis Data = Hasil analisis deskriptif	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi positif terhadap program MBG. Respon konsumsi siswa berkaitan dengan persepsi terhadap makanan yang disajikan, dimana persepsi yang baik akan meningkatkan penerimaan dan konsumsi makanan. Siswa yang memiliki persepsi positif cenderung menunjukkan respon konsumsi yang baik, seperti menghabiskan makanan yang diberikan.

5	Hubungan sikap dengan konsumsi buah dan sayur pada anak usia dini (Nur et al., 2024)	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara persepsi terhadap konsumsi buah dan sayur dengan tingkat asupan buah dan sayur pada anak usia dini.	Desain = Studi cross-sectional Sampel = seluruh 67 anak di TK Zainul Hasan Genggong Probolinggo yang berusia antara 4 dan 6 tahun, Instrumen = Pemilihan acak sederhana Analisis Data = Chi kuadrat	Temuan penelitian mengindikasikan bahwa sikap orang tua berperan dalam memengaruhi pola konsumsi buah dan sayur pada anak usia dini. Orang tua dengan sikap positif cenderung memiliki anak yang mengonsumsi buah dan sayur dengan baik (2,7%), sedangkan sikap negatif orang tua berkaitan dengan rendahnya tingkat konsumsi buah dan sayur pada anak (43,47%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,010$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap orang tua dan konsumsi buah serta sayur pada anak usia dini.
6.	The impact of a free nutritious meal program on elementary school students' concentration levels (Arifin et al., 2025)	Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh Program Makan Bergizi Gratis terhadap tingkat konsentrasi siswa sekolah dasar. Desain	Desain = Desain penelitian menggunakan quasi-eksperimen dengan rancangan pre- test dan post-test serta kelompok kontrol Sampel = 83 siswa kelompok intervensi Instrumen = Grid Concentration Test Analisis data = Chi-Square	Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada konsentrasi siswa kelompok intervensi antara baseline dan endline ($p = 0,020$), yang menandakan program memiliki dampak positif. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan ($p = 0,328$). Program

7.	Adequate Food and Nutrition in School: Acceptability and Consumption by Students of a Brazilian Municipality (Henriques et al., 2025)	Studi ini bertujuan untuk mengevaluasi penerimaan terhadap suatu sajian menu tertentu yang berbasis makanan olahan minimal dan faktor-faktor yang terkait dengan konsumsi makanan sekolah oleh siswa di sekolah negeri Brazil.	Desain = uji regresi logistik binomial Sampel = 1080 responden Instrumen = kuesioner konsumsi Analisis data = perangkat lunak Jamovi 2022	Sebanyak 1080 siswa berpartisipasi, dengan 630 siswa mengikuti tes penerimaan, dan 450 siswa menyelesaikan kuesioner konsumsi.
8.	Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Siswa Di Smpn Bogor Tahun 2022 (Danar, 2022)	Tujuan dari penelitian ini ingin mengetahui faktor yang berhubungan dengan konsumsi sayur dan buah pada siswa SMPN 3 Cileungsi Bogor tahun 2022.	Desain = pendekatan kuantitatif dengan desain cross sectional Sampel = sampel berjumlah 249 responden Instrumen = A kuesioner dan wawancara menggunakan formulir FFQngket/kuesioner tertutup menggunakan skala Likert yang disusun berdasarkan model SERVQUAL (Tangibles, Reliability, Responsiveness, Assurance, Empathy) serta wawancara sebagai data pendukung. Analisis data = dianalisis secara univariat dan bivariat	Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan konsumsi sayur dan buah (p-value = 0,03), serta tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin, preferensi, dan peran teman sebaya dengan konsumsi sayur dan buah.
9.	Efektivitas dan Tantangan Kebijakan Program Makan Bergizi Gratis sebagai Intervensi Pendidikan di Indonesia (Agustini & Mulyani, 2025)	Penelitian ini dimaksudkan untuk menginvestigasi efektivitas serta hambatan yang dihadapi dalam penyelenggaraan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) guna meningkatkan kualitas pendidikan dan status	Desain = Kualitatif dengan pendekatan analisis dokumen kebijakan Sampel/Data = Dokumen kebijakan MBG, laporan WFP, BPS, World Bank, serta literatur terkait Instrumen : Studi dokumen Analisis data = Analisis deskriptif-	Implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) berpotensi memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan status gizi anak, tingkat kehadiran siswa, kemampuan konsentrasi belajar, serta prestasi akademik. Di samping

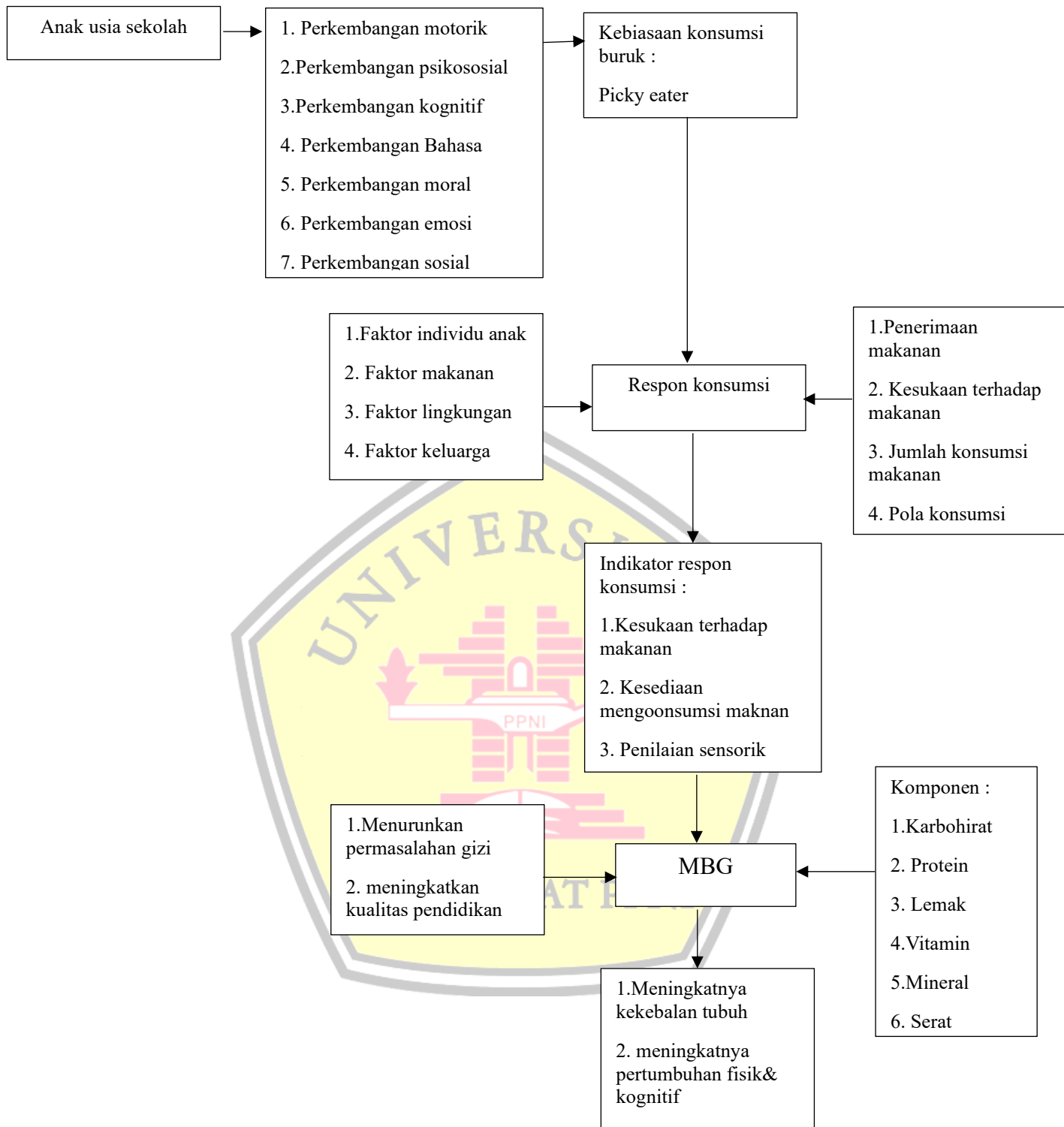
	kesehatan masyarakat.	naratif dan komparasi tematik	itu, program ini turut mendorong pertumbuhan ekonomi lokal melalui pemberdayaan UMKM. Namun demikian, masih terdapat beberapa kendala dalam pelaksanaannya, seperti ketidakmerataan distribusi dan belum optimalnya koordinasi antarinstansi terkait.
10.	Formulasi Kebijakan Pemerintah Tentang Program Makan Bergizi Gratis di Indonesia (Jati et al., 2025)	Penelitian ini dimaksudkan untuk mengevaluasi dinamika perumusan kebijakan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di Indonesia serta berbagai faktor yang berperan dalam penyusunannya.	Desain = Deskriptif kualitatif Sampel/Data = Dokumen kebijakan, laporan pemerintah, dan pernyataan pejabat terkait program MBG Instrumen = Observasi digital dan studi dokumentasi Analisis data = Model interaktif Miles & Huberman serta model proses kebijakan Dunn Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan inisiatif kebijakan yang dirancang sebagai respons strategis terhadap tingginya prevalensi stunting dan keterbatasan akses anak terhadap pangan bergizi. Implementasinya dilaksanakan melalui penyediaan makanan di sekolah serta penguatan kolaborasi dengan UMKM. Meskipun demikian, efektivitas pelaksanaan program masih dihadapkan pada sejumlah hambatan, termasuk keterbatasan infrastruktur pendukung, efisiensi alokasi anggaran, serta optimalisasi mekanisme pengawasan

2.5 Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan representasi konseptual yang disusun berdasarkan satu atau lebih teori dalam bentuk skema alur, yang secara teoritis menggambarkan hubungan antar variabel penelitian (Edyana, 2021).

Kerangka teori disajikan pada Gambar 2.1.

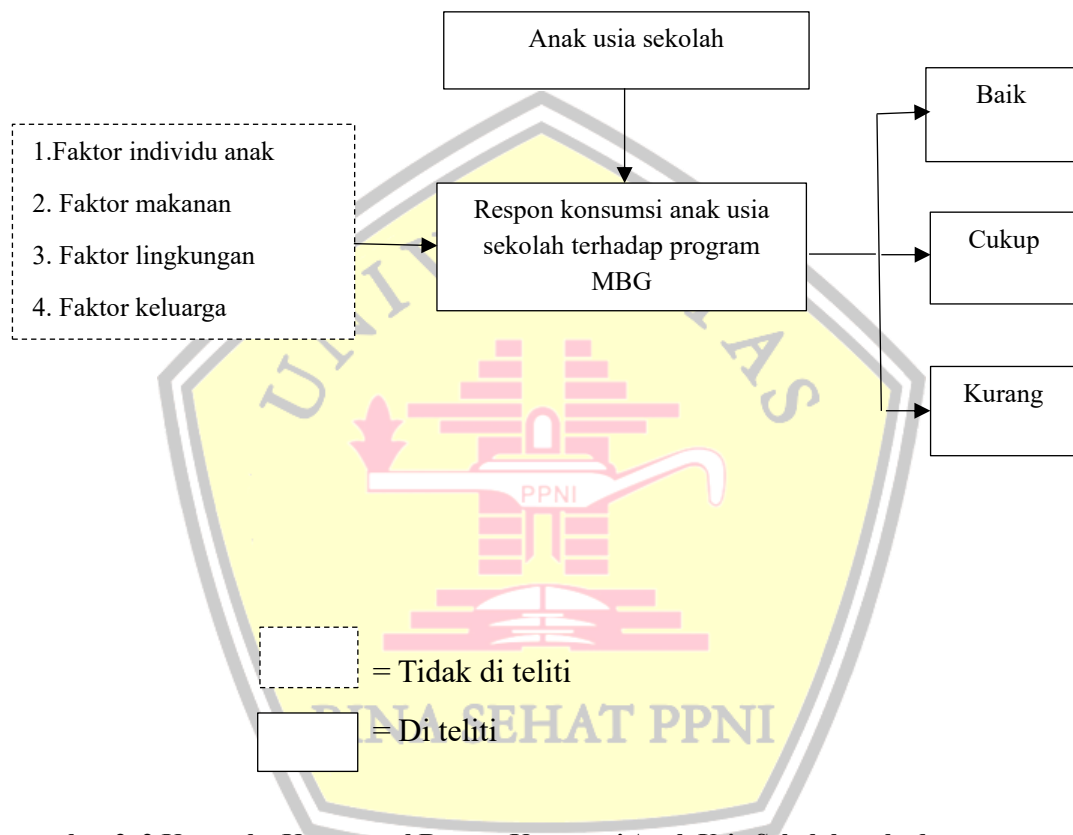




gambar 2. 1 Kerangka Teori Respon Konsumsi Anak Usia Sekolah terhadap Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

2.6 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual adalah gambaran konseptual yang disusun dari satu atau beberapa teori dalam bentuk bagan alur untuk menunjukkan hubungan antar variabel penelitian secara teoritis (Edyana, 2021). Kerangka teori penelitian ini ditampilkan pada Gambar 2.2



gambar 2. 2 Kerangka Konseptual Respon Konsumsi Anak Usia Sekolah terhadap program Makan Bergizi Gratis (MBG)