

**GAMBARAN SISA MAKANAN PADA PROGRAM  
MAKAN BERGIZI GRATIS SISWA KELAS I-III  
SD NEGERI 43 PEKANBARU**

**IRMA DARMANINGSIH**



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN  
KESEHATAN RIAU  
JURUSAN GIZI  
PEKANBARU  
2026**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul "Gambaran Sisa Makanan Pada Program Makan Bergizi Gratis Siswa kelas I-III SD Negri 43 Pekanbaru" adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pekanbaru, Juni 2026



Irma Darmaningsih

NIM.P032313411023

## ABSTRAK

IRMA DARMANINGSIH. Gambaran Sisa Makanan Pada Program Makan Bergizi Gratis Siswa kelas I-III SD Negeri 43 Pekanbaru”. Dibimbing oleh ROZIANA, SST, M.Gizi dan YOLAHUMAROH, SKM, MPH.

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan program pemerintah yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi peserta didik melalui penyediaan makanan bergizi seimbang. Salah satu indikator keberhasilan program ini adalah rendahnya sisa makanan yang dihasilkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran sisa makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG) siswa kelas I–III di SD Negeri 43 Pekanbaru. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 59 siswa yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengamatan sisa makanan dilakukan selama tiga hari menggunakan metode taksiran visual Comstock dan dianalisis secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan persentase responden dengan kategori sisa makanan baik ( $\leq 20\%$ ) pada sumber karbohidrat sebesar 66,1%, 57,6%, dan 69,5%; protein hewani sebesar 67,8%, 76,3%, dan 67,8%; serta protein nabati sebesar 59,3%, 54,2%, dan 59,3%. Sementara itu, persentase responden dengan kategori sisa makanan tidak baik ( $>20\%$ ) pada sayuran sebesar 71,2%, 69,5%, dan 71,2%. Kesimpulan pada penelitian ini adalah sisa makanan sumber karbohidrat, protein hewani, dan protein nabati sebagian besar termasuk kategori baik ( $\leq 20\%$ ), sedangkan sisa makanan sayuran sebagian besar termasuk kategori tidak baik ( $>20\%$ ) sehingga menjadi komponen makanan yang paling banyak disisakan oleh siswa.

**Kata Kunci:** sisa makanan, Program Makan Bergizi Gratis, metode Comstock, siswa sekolah dasar.

## ABSTRACT

IRMA DARMANINGSIH. Overview of Food Waste in the Free Nutritious Meal Program for Grade I–III Students at SD Negeri 43 Pekanbaru. Supervised by ROZIANA, SST., M.Gizi and YOLAHUMAROH, SKM., MPH.

The Free Nutritious Meal Program (MBG) is a government program that aims to improve the nutritional status of students through the provision of balanced nutritious food. One of the indicators of the success of this program is the low food waste produced. This study aims to find out the description of food leftovers in the Free Nutritious Meal Program (MBG) for students in grades I–III at SD Negeri 43 Pekanbaru. This research is a descriptive research with a quantitative approach. The research sample amounted to 59 students who were selected using the proportionate stratified random sampling technique. Observation of food residues was carried out for three days using the Comstock visual estimation method and analyzed univariately. The results showed that the percentage of respondents with the category of food waste was good ( $\leq 20\%$ ) in carbohydrate sources at 66.1%, 57.6%, and 69.5%; animal protein by 67.8%, 76.3%, and 67.8%; and vegetable protein by 59.3%, 54.2%, and 59.3%. Meanwhile, the percentage of respondents with the category of food waste is not good ( $>20\%$ ) in vegetables at 71.2%, 69.5%, and 71.2%. The conclusion of this study is that leftovers from carbohydrate sources, animal proteins, and vegetable proteins are mostly in the good category ( $\leq 20\%$ ), while vegetable leftovers are mostly in the bad category ( $>20\%$ ) so that they are the most important food components left by students.

**Keywords:** food waste, Comstock method, MBG Program, elementary school students.

**PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER  
INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Sisa Makanan Pada Program Makan Bergizi Gratis Siswa kelas I-III SD Negri 43 Pekanbaru” ini adalah hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan tidak megandung plagiat. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir karya tulis.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau.

Pekanbaru, Juni 2026



Irma Darmaningsih

NIM.P032313411023

**GAMBARAN SISA MAKANAN PADA PROGRAM  
MAKAN BERGIZI GRATIS SISWA KELAS I-III  
SD NEGERI 43 PEKANBARU**

**IRMA DARMANINGSIH**

Tugas Akhir

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya pada Program  
Studi Gizi

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN  
KESEHATAN RIAU  
JURUSAN GIZI  
PEKANBARU  
2026**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Judul Tugas Akhir : Gambaran Sisa Makanan Pada Program Makan Bergizi  
Gratis Siswa Kelas I-III SD Negri 43 Pekanbaru

Nama : Irma Darmaningsih

NIM : P032313411023

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian  
persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada  
Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Pembimbing 1

Roziana,SST,M.Gizi

NIP.198008262008122003

Pembimbing 2

Yolahumairoh,SKM,MPH

NIP. 198512192014072001

Penguji

Dewi Rahayu,S.P.,M.Si

NIP.1979060420099122002

Diketahui Oleh Ketua Jurusan Gizi

Sri Mulyani,STP, M.Si

NIP. 197801232009122002



Tanggal Ujian : 18 juni 2026

Tanggal Lulus:

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis dilahirkan di Pelalawan pada tanggal 07 Oktober 2004 sebagai anak ke 4 dari pasangan bapak Darman dan Almh ibu Suparni. Penulis menempuh pendidikan (SMA) di sekolah SMAN 1 Pangkalan Kuras dan lulus pada tahun 2023. Pada tahun 2023 penulis diterima di sebagai mahasiswa Diploma III di Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Sisa Makanan Pada Program Makan Bergizi Gratis Siswa kelas I-III SD Negri 43 Pekanbaru” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus- tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni, SST, Bdn, M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau
2. Sri Mulyani, STP, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kemenkes Riau
3. Roziana, SST, M.Gizi Selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan bimbingan, arahan, serta saran dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Yolahumaroh, SKM, MPH selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan arahan serta saran kepada penulis untuk perbaikan usulan Tugas Akhir ini.
5. Dewi Rahayu, SP, M.Si selaku penguji yang telah meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan arahan serta saran kepada penulis untuk perbaikan usulan Tugas Akhir ini.
6. Seluruh Dosen Jurusan Gizi Politeknik Kemenkes Riau yang telah memberikan ilmu dan mendidik penulis selama mengikuti perkuliahan di Politeknik Kemenkes Riau.
7. Bapak tercinta dan Almarhumah Mamak tersayang, yang telah menjadi alasan terbesar penulis untuk terus berjuang dan menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih atas setiap doa, kasih sayang, pengorbanan, dan cinta yang telah diberikan. Untuk

Almarhumah Mamak, meskipun ragamu telah tiada, doa, nasihat, dan kenangan tentangmu selalu hidup di hati penulis dan menjadi kekuatan dalam setiap langkah. Semoga Allah SWT menempatkan Almarhumah di tempat terbaik di sisi-Nya serta senantiasa memberikan kesehatan dan keberkahan kepada Bapak.

8. Kepada keluarga besar, khususnya Lek Wijiasih dan Lek Sijum, serta yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, penulis mengucapkan terima kasih atas doa dan semangat yang selalu diberikan. Semoga senantiasa diberikan kesehatan, kelancaran rezeki, kemudahan dalam segala urusan, dan selalu berada dalam lindungan Allah SWT.
9. Saudara-saudari penulis. Kepada abang Faisal, abang Dani, abang Darwin, kak tri nurhayati, kak Windayanti, kak Rifa, adek Mulyo, Bayu anggoro Terima kasih atas , motivasi, dan bantuan yang di berikan sehingga penulis dapat bertahan dan menyelesaikan pendidikan dengan baik serta dukungan yang tiada henti dalam perjalanan studi ini.
10. Sahabat dan Teman-teman penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun demi jauh lebih sempurna dari sebelumnya sangat penulis harapkan. Terakhir penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 17 Mei 2026

Irma Darmaningsih  
P032313411023

## DAFTAR ISI

|                                                   |                                      |
|---------------------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>                  | <b>Error! Bookmark not defined.</b>  |
| <b>ABSTRAK .....</b>                              | <b>ii</b>                            |
| <b>ABSTRACT .....</b>                             | <b>iii</b>                           |
| <b>PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER</b> |                                      |
| <b>INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA ...</b>   | <b>iError! Bookmark not defined.</b> |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>                   | <b>vi</b>                            |
| <b>RIWAYAT HIDUP .....</b>                        | <b>ix</b>                            |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                        | <b>ix</b>                            |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                            | <b>xi</b>                            |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                         | <b>xiii</b>                          |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                         | <b>xv</b>                            |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                      | <b>xvi</b>                           |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                     | <b>1</b>                             |
| 1.1 Latar Belakang .....                          | 1                                    |
| 1.2 Rumusan Masalah.....                          | 3                                    |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                       | 3                                    |
| 1.3.1 Tujuan Umum.....                            | 3                                    |
| 1.3.2 Tujuan Khusus .....                         | 3                                    |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....                      | 4                                    |
| 1.4.1 Bagi Peneliti .....                         | 3                                    |
| 1.4.2 Bagi SPPG .....                             | 3                                    |
| 1.4.3 Bagi Jurusan Gizi .....                     | 3                                    |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>               | <b>5</b>                             |
| 2.1 Anak Sekolah .....                            | 5                                    |
| 2.1.1 Pengertian Anak Sekolah Dasar .....         | 5                                    |
| 2.1.2 Karakteristik Anak Sekolah Dasar .....      | 6                                    |
| 2.2 Status Gizi Anak Sekolah .....                | 6                                    |
| 2.2.1 Pengertian Status Gizi .....                | 8                                    |

|                                                                |           |
|----------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.2.2 Tujuan Penilaian Status Gizi .....                       | 8         |
| 2.2.3 Manfaat Status Gizi yang Baik.....                       | 9         |
| 2.3 Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada Anak Sekolah ..... | 10        |
| 2.3.1 Pengertian Program MBG .....                             | 10        |
| 2.3.2 Tujuan Program MBG .....                                 | 10        |
| 2.3.3 Manfaat Program MBG .....                                | 11        |
| 2.3.4 Pelaksanaan Program MBG .....                            | 11        |
| 2.4 Sisa Makanan .....                                         | 12        |
| 2.4.1 Pengertian sisa makanan.....                             | 12        |
| 2.4.2 Jenis-jenis sisa makanan.....                            | 13        |
| 2.4.3 Dampak sisa makanan .....                                | 13        |
| 2.4.4 Macam-macam sisa makanan.....                            | 14        |
| 2.4.5 Metode pengukuran sisa makanan.....                      | 14        |
| 2.4.6 Faktor yang mempengaruhi sisa makanan .....              | 17        |
| 2.5 Kerangka Teori .....                                       | 12        |
| <b>BAB III KERANGKA KONSEP .....</b>                           | <b>21</b> |
| 3.1 Kerangka Konsep.....                                       | 21        |
| 3.2 Definisi Operasional .....                                 | 21        |
| <b>BAB IV METODELOGI PENELITIAN.....</b>                       | <b>22</b> |
| 4.1 Jenis Penelitian.....                                      | 22        |
| 4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....                           | 22        |
| 4.3 Subjek Studi Penelitian .....                              | 22        |
| 4.1.1 Populasi .....                                           | 22        |
| 4.1.2 Sampel Penelitian .....                                  | 22        |
| 4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data .....                      | 25        |
| 4.4.1 Data Primer.....                                         | 25        |
| 4.4.2 Data Sekunder .....                                      | 25        |
| 4.5 Pengolahan Data .....                                      | 25        |
| <b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>                        | <b>27</b> |
| 5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....                       | 27        |
| 5.2 Gambaran Sisa Makanan Berdasarkan Jenis Makanan .....      | 27        |

|                                                         |           |
|---------------------------------------------------------|-----------|
| 5.5.1 Gambaran Sisa Makanan Sumber Karbohidrat .....    | 25        |
| 5.5.2 Gambaran Sisa Makanan Sumber Protein Hewani ..... | 31        |
| 5.5.3 Gambaran Sisa Makanan Sumber Protein Nabati.....  | 33        |
| 5.5.4 Gambaran Sisa Makanan Sumber Sayur .....          | 34        |
| <b>BAB VI KESIMPULANDAN SARAN .....</b>                 | <b>36</b> |
| 6.1 Kesimpulan .....                                    | 36        |
| 6.2 Saran .....                                         | 36        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                             | <b>35</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                    | <b>44</b> |

**DAFTAR TABEL**

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.2 Definisi Operasional .....                                   | 21 |
| Tabel 5.1 Distribusi Kategori Sisa Makanan Sumber Karbohidrat.....     | 30 |
| Tabel 5.2 Distribusi Kategori Sisa Makanan Sumber Protein Hewani.....  | 31 |
| Tabel 5.3 Distribusi Kategori Sisa Makanan Sumber Protein Nabati ..... | 33 |
| Tabel 5.4 Distribusi Kategori Sisa Makanan Sumber Sayur.....           | 35 |

**DAFTAR GAMBAR**

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Gambar 2. 5 Kerangka Teori.....   | 20 |
| Gambar 3. 1 Kerangka Konsep ..... | 21 |

**DAFTAR LAMPIRAN**

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| Lampiran 1 <i>Quesioner comstock</i> ..... | 44 |
| Lampiran 2 Siklus Menu.....                | 45 |
| Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....      | 46 |
| Lampiran 4 Master Data.....                | 48 |
| Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan .....      | 56 |