



## BIMBINGAN TEKNIS PENJAMAH MAKANAN DALAM MENDUKUNG PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS (MBG)

Abdullah<sup>1</sup>, Putri Rahmah Alamsyah<sup>2</sup>, Aftulesi Nurhayati<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi SI Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung

\*Penulis Korespondensi : [changdullah66@gmail.com](mailto:changdullah66@gmail.com)

### Abstrak

Prevalensi ketidakcukupan konsumsi pangan di Indonesia sebesar 8,53%. Kondisi ini berdampak pada munculnya masalah gizi seperti stunting. Di Indonesia, dari ribuan Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi (SPPG) MBG, hanya sekitar 20-30% penjamah yang bersertifikat BNSP atau memiliki Sertifikat Laik Higiene Sanitasi (SLHS). Tujuan program Makanan Bergizi Gratis memastikan asupan gizi yang memadai terutama bagi anak usia sekolah. Program Makanan Bergizi Gratis merupakan upaya memberikan manfaat jangka pendek maupun panjang bagi peningkatan kesehatan, prestasi pendidikan, serta pengurangan risiko penyakit tidak menular di masa depan. Kegiatan bimbingan teknis penjamah merupakan salah satu upaya meningkatkan pemahaman dan keterampilan penjamah untuk mewujudkan tercapainya pemenuhan gizi yang sesuai. Jumlah petugas penjamah makanan yang mengikuti bimbingan sebanyak 500 orang dan secara umum peserta antusias dalam mengikuti kegiatan bimbingan teknis ini.

**Kata Kunci:** Bimbingan, Penjamah Makanan, MBG, Anak Sekolah

### Abstract

*The prevalence of inadequate food consumption in Indonesia is 8.53%. This condition has an impact on the emergence of nutritional problems such as stunting. In Indonesia, out of thousands of MBG Nutrition Fulfillment Service Units (SPPG), only about 20-30% of caregivers are BNSP-certified or have a Hygiene and Sanitation Certificate (SLHS). The goal of the Free Nutritious Food program is to ensure adequate nutritional intake, especially for school-age children. The Free Nutritious Food Program is an effort to provide short- and long-term benefits for improving health, educational achievement, and reducing the risk of non-communicable diseases in the future. Technical guidance activities for food handlers are one of the efforts to improve their understanding and skills to achieve adequate nutritional fulfillment. A total of 500 food handlers participated in the guidance, and in general, the participants were enthusiastic about participating in these technical guidance activities.*

**Keywords:** Guidance, Food Handlers, MBG, School Children

## 1. PENDAHULUAN

Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024 membentuk Badan Gizi Nasional (BGN) sebagai lembaga di bawah Presiden yang bertanggung jawab atas pemenuhan gizi nasional, penanganan masalah gizi seperti stunting, serta pengelolaan program Makan Bergizi Gratis (MBG) untuk anak-anak. Perpres ini menyusun struktur BGN yang meliputi Dewan Pengarah dan Pelaksana, sekaligus memindahkan wewenang kerawanan gizi dari Badan Pangan Nasional (Bapanas) ke BGN, guna meningkatkan tata kelola gizi secara menyeluruh dan terstruktur melalui koordinasi kebijakan, penyediaan, promosi, serta pengawasan gizi di tingkat nasional. Salah satu poin utama Perpres 83/2024 adalah Melaksanakan pemenuhan gizi nasional secara terencana dan sistematis untuk mengatasi masalah gizi, khususnya pada kelompok rentan (anak-anak, ibu hamil, ibu menyusui). (Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia, 2024).

Pembentukan Badan Gizi Nasional dimungkinkan karena pada 18 Januari 2024, Badan Pusat Statistik merilis data prevalensi ketidakcukupan konsumsi pangan tahun 2023 di Indonesia sebesar 8,53 persen. Kondisi ketidakcukupan pangan ini merujuk pada situasi di mana seseorang secara rutin mengonsumsi makanan dalam jumlah yang tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan energi guna menjalani kehidupan normal, aktif, dan sehat. (Badan Pusat Statistik, 2024).

Memastikan asupan gizi yang memadai bagi anak usia sekolah merupakan upaya krusial, sebab memberikan manfaat jangka pendek maupun panjang berupa peningkatan kesehatan (termasuk pertumbuhan fisik optimal), prestasi pendidikan yang lebih baik, serta pengurangan risiko penyakit tidak menular di masa depan. (Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah, 2024).

Sebelum pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG), kondisi gizi anak di Indonesia, khususnya pada mitra seperti keluarga prasejahtera dan komunitas pedesaan, mengalami tantangan serius. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi stunting mencapai 27,7% pada anak balita, dengan angka gizi kurang (underweight) sebesar 17,3% dan gizi buruk (wasting) 7,7%. Di wilayah seperti

Lampung, angka stunting bahkan lebih tinggi di atas 30%, dipengaruhi oleh pola makan rendah protein hewani, kekurangan mikronutrien seperti zat besi dan vitamin A, serta akses terbatas terhadap makanan bergizi akibat kemiskinan dan kurangnya edukasi gizi.

Tujuan utama program MBG ini adalah membangun generasi sehat, cerdas, dan produktif menuju Indonesia Emas 2045. (Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, 2025).

Program MBG melibatkan sumber daya manusia yang cukup tinggi antara lain tenaga penjamah makanan yang memiliki kemampuan profesional yang rendah. Di Indonesia, dari ribuan Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi (SPPG) MBG, hanya sekitar 20-30% penjamah yang bersertifikat BNSP atau memiliki Sertifikat Laik Higiene Sanitasi (SLHS), menyebabkan insiden keracunan massal di Jawa Barat dan Sumatera Selatan pada 2025, mempengaruhi ratusan siswa akibat kontaminasi bakteri dan penyimpanan tidak higienis. Kurangnya pelatihan higienis sanitasi, HACCP (Hazard Analysis Critical Control Point), dan standar gizi menyebabkan ketidaksesuaian mutu bahan baku serta distribusi tidak tertib, dengan Ombudsman RI mencatat delapan maladministrasi terkait pengelolaan makanan MBG pada 2025.

Permasalahan utama mitra adalah belum meratanya pemahaman penjamah makanan terkait standar gizi, pemorsian, dan keamanan pangan dalam pelaksanaan MBG. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penjamah makanan..."

Berdasarkan uraian diatas maka diselenggarakan kegiatan Bimbingan Teknis Penjamah Makanan untuk Program MBG Provinsi Lampung.

## 2. BAHAN DAN METODE

Kegiatan penelitian pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Hotel Santika, hari Sabtu, 8 November 2025. Bandar Lampung. Sasaran bimbingan teknis ini adalah yaitu penjamah makanan dan ahli gizi dari SPPG (Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi). Metode; ceramah, diskusi dan tanya jawab. Jumlah peserta yang hadir 500 peserta.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Tahapan Kegiatan:

#### 1. Pembukaan

- Persiapan / Registrasi
- Menyanyikan lagu Indonesia Raya
- Opening MC
- Sambutan dari Badan Gizi Nasional
- Paparan Materi: Antropometri dan Status

- Gizi Anak Sekolah.
- f. Penutupan dan Foto Bersama
2. **Paparan Materi: Antropometri dan Status Gizi Anak Sekolah**
- a. Topik: Antropometri dan siklus kehidupan manusia  
Penyaji: Abdullah



Gambar 1. Slide 1.

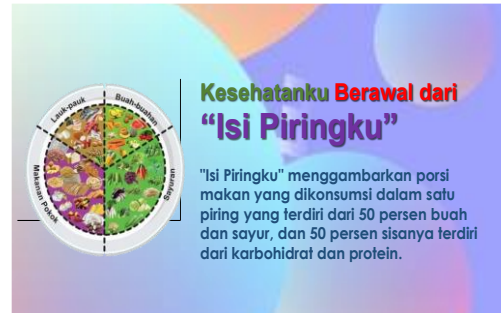
Topik bahasan slide ini menjelaskan dengan penyampaian materi Antropometri dan Status Gizi Anak Sekolah disajikan oleh tiga penyaji. Dilanjutkan dengan penjelasan siklus kehidupan manusia yang setiap kelompok memiliki risiko mengalami masalah gizi.



Gambar 2. Slide 2.

Pada Gambar 2 menunjukkan kelompok yang berisiko mengalami kekurangan pemenuhan gizi yaitu ibu hamil, balita dan anak sekolah. Diuraikan juga tentang program prioritas 1000 HPK.

- b. Topik: Isi Piringku  
Penyaji: Putri Rahma Alamsyah



Gambar 3. Slide 3.

"Isi Piringku" menggambarkan porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring yang terdiri dari 50 persen buah dan sayur, dan 50 persen sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein. Dilanjutkan dengan menjelaskan status gizi anak sekolah.



Gambar 4. Slide 4

Pada Gambar 4, penyaji menjelaskan tentang status gizi anak sekolah yang dianggap penting. Hal ini dikarenakan anak sekolah sedang mengalami masa tumbuh dan belajar, berpengaruh dalam prestasi dan daya tahan tubuh, Risiko kekurangan gizi masih ditemukan pada kelompok ini dan Intervensi seperti makan bergizi merupakan salah satu solusi.

- c. Topik: Guna Makanan  
Penyaji: Aftulesi Nurhayati, S.Gz., RD., MPH.



Gambar 5. Slide 5

Pada Gambar 5 menjelaskan nutritional status (status gizi), adalah keadaan yang diakibatkan oleh

keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda. Antar individu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, berat badan, dan lainnya. Dilanjutkan dengan membahas pengukuran status gizi anak sekolah.



Gambar 6. Slide 6

Pada Gambar 6 menjelaskan penggunaan antropometri sebagai salah satu metode untuk mengukur status gizi masyarakat sangat luas. Antropometri adalah suatu metode yang digunakan untuk menilai ukuran, proporsi, dan komposisi tubuh manusia. Contoh penggunaan: program gizi masyarakat dalam pengukuran status gizi balita, kegiatan penapisan/skrining status gizi masyarakat.

### 3. Diskusi dan Tanya Jawab

Pertanyaan:

Pada kegiatan bimbingan teknis petugas penjamah program MBG ini ada tiga pertanyaan dari peserta yaitu

- Apakah menu makanan MBG dapat dimanfaatkan dari bahan makanan lokal?
- Apakah dapat menggantikan sumber makanan pokok dengan sumber makanan hewani, mengingat banyaknya sisa makanan pokok yang tidak habis dimakan oleh penerima manfaat?
- Apakah pemberian susu segar dapat digantikan dengan susu lain dengan kandungan susu segar 30 % atau 90 %, karena susu segar sulit ditemukan di pasaran?
  - Apakah screening gizi anak pra-MBG dan suplementasi mikronutrien dilakukan?

Jawaban:

- Menu Makanan Bergizi Gratis (MBG) dapat dimanfaatkan sepenuhnya dari bahan makanan lokal, karena program ini secara resmi mengutamakan penggunaan bahan pangan yang tersedia di daerah setempat. Bahan lokal seperti beras, jagung, sayuran, ikan, tempe, tahu, telur, dan buah-buahan dapat diolah menjadi menu yang seimbang dan memenuhi standar gizi yang ditetapkan oleh pemerintah. Hal ini sesuai Perpres No. 115 Tahun 2025 tentang MBG mewajibkan minimal 80% bahan baku dari produksi lokal, seperti ubi kayu, singkong, ubi jalar, kacang tanah, ikan air tawar, dan sayur organik musiman dari petani sekitar SPPG. Tujuannya memenuhi standar gizi (2.000 kkal/hari, 15-20% protein) sambil mengurangi impor dan emisi karbon transportasi.
- Penggantian sumber makanan pokok dengan sumber makanan hewani dalam program Menu Makanan Bergizi Gratis (MBG) dapat dilakukan, tetapi harus tetap memperhatikan keseimbangan gizi dan keamanan pangan. Makanan hewani seperti telur, daging, dan susu memiliki kandungan protein tinggi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, namun tidak dapat sepenuhnya menggantikan karbohidrat dari makanan pokok karena masing-masing memiliki peran gizi yang berbeda. Selain itu perbedaan harga pasar makanan pokok dan makanan sumber makanan hewani jauh berbeda. Kebijakan Program Menu Makanan Bergizi Gratis (MBG) melalui Perpres No. 115 Tahun 2025 tidak secara eksplisit mengizinkan penggantian sumber makanan pokok (seperti nasi, ubi, atau sagu) dengan sumber makanan hewani, melainkan menekankan diversifikasi keduanya untuk keseimbangan gizi.
- Penggantian susu segar dalam program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan susu lain dengan kandungan sekitar 30% hingga 90% dari susu segar memang memungkinkan, terutama karena sulitnya mendapatkan susu segar di pasaran. Pemerintah dan badan terkait telah mengusulkan dan melakukan adaptasi, seperti mengganti susu dengan sumber lain yang mengandung gizi serupa, misalnya telur, tahu, tempe, dan bahan nabati lain yang kaya protein, kalsium, dan vitamin. Susu sapi atau kambing lokal segar wajib prioritas (minimal 50% alokasi), diganti hanya jika ketersediaan terbatas oleh susu UHT/formula fortifikasi dengan protein 2,5-3,5 g/100ml, kalsium 100-120 mg, dan vitamin D setara 30-90% RDA susu segar.

Analisa dampak kegiatan terlihat dari feedback 95% peserta yang lebih percaya diri menerapkan



MBG di rumah, dengan contoh penerapan seperti menu ikan, telur-sayur. Tanpa kaitan eksternal, peningkatan ini langsung berkorelasi dengan metode interaktif: ceramah memberi dasar, diskusi bangun pemahaman, dan evaluasi ukur retensi. Secara keseluruhan, kegiatan mengubah perilaku mitra dari pola makan monoton menjadi seimbang, berpotensi turunkan risiko gizi buruk 20-30% pada anak mereka dalam tiga bulan.

#### 4. Dokumentasi Serah Terima



Gambar 7. Slide 7

Pada Gambar 7 memperlihatkan foto dokumentasi serah terima souvenir dengan Badan Gizi Nasional sebagai penyelenggara dengan salah satu penyaji dalam kegiatan bimbingan teknis petugas penjamah program MBG Provinsi Lampung.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

##### 1. Kesimpulan

- Peserta memahami pentingnya penilaian status gizi
- Tingginya partisipasi aktif peserta dalam proses bimbingan dengan antusias diskusi dan tanya jawab.
- Adanya perbedaan persepsi sppg dalam menyusun menu MBG.

##### 2. Saran

- Integrasikan edukasi rutin ke dalam MBG melalui aplikasi mobile untuk tracking menu dan reminder gizi
- Kolaborasi dengan puskesmas untuk screening gizi anak pra-MBG dan suplementasi mikronutrien
- Monitoring dan evaluasi secara berkala seminggu sekali terutama berkaitan

penilaian status gizi, pemorsian, dan manajemen distribusi makanan.

- Perlunya persamaan persepsi dalam penyusunan menu MBG sehingga pemenuhan gizi bagi penerima manfaat terwujud.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. 2025. Buku Saku Panduan Edukasi Gizi dalam Pelaksanaan Makan Bergizi Gratis (MBG) di Sekolah Dasar
- Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia. 2024. Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024 membentuk Badan Gizi Nasional (BGN)
- Badan Pusat Statistik. 2024. Prevalensi Ketidakcukupan Konsumsi Pangan (Persen), 2023 (<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTQ3MyMy/prevalensi-ketidakcukupan-konsumsi-pangan.html>)
- Qomarrullah, R. 2025. *Dampak Jangka Panjang Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Kesehatan dan Pendidikan Anak Sekolah*. Jurnal Intelek Madani, 1(1), 1-15.
- Kementerian Kesehatan RI. 2025. *SSGI 2024: Prevalensi Stunting Nasional Turun Menjadi 19,8%*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Tim Percepatan Penurunan Stunting (TP2S). 2025. *Prevalensi Stunting Indonesia Turun ke 19,8%*.
- Abdullah, A. (2025). Analisis Efektivitas Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di Sekolah Dasar. *Jurnal IPSSJ*, 2(2), 120-135.
- TP2S. (2021). *Angka Prevalensi Stunting Tahun 2020 Diprediksi Turun menjadi 26,92%*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*.
- Sunarto, Nadimin, Rudy Hartono, Aulia Annisa Balita. 2025. Pengetahuan Ibu, Stunting. Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 6-59 Bulan Di Desa Baju Bodoa Kabupaten Maros. *Media Gizi Pangan*, Vol. 32 (1), 45-52.