

Perbedaan Status Gizi Siswa Kelas VII SMP yang Diberi dan Tidak Diberi Program Makan Siang di Kota Semarang
Khansa Salmatina¹, Aryu Candra¹

ABSTRAK

Latar belakang: Remaja merupakan kelompok usia yang rawan terhadap masalah gizi karena perubahan gaya hidup dan pola makan. Berdasarkan data SKI 2023 dan laporan Dinas Kesehatan Kota Semarang, terdapat prevalensi masalah gizi baik gizi kurang maupun obesitas pada remaja. Program makan siang di sekolah menjadi salah satu upaya intervensi untuk memperbaiki status gizi, namun belum banyak sekolah yang menerapkannya secara optimal.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan status gizi siswa kelas VII yang diberi dan tidak diberi program makan siang di SMP Al-Azhar 14 Kota Semarang.

Metode: Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari hingga Februari 2025 di SMP Al-Azhar 14 Semarang dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Sampel terdiri dari 26 siswa yang mengikuti program makan siang dan 26 siswa yang tidak mengikuti. Tidak ditemukan *drop out* pada sampel sehingga semua responden berhasil mengikuti penelitian selama 6 minggu. Data yang diambil adalah berat badan, tinggi badan, IMT, dan data asupan menggunakan *recall* asupan energi 3x24 jam, dan aktivitas fisik menggunakan PAQ-C. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Paired T-Test* dan *Independent T-Test*.

Hasil: Setelah dilakukan uji perbandingan karakteristik, tidak ditemukan adanya perbedaan yang berarti ($p > 0.05$). Tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada status gizi (IMT/U) siswa baik dalam satu kelompok (sebelum dan sesudah perlakuan), maupun antar dua kelompok (diberi dan tidak diberi program makan siang) dengan nilai $p > 0,05$. Karakteristik subjek pada kedua kelompok relatif homogen.

Simpulan: Program makan siang di sekolah belum menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan status gizi siswa dalam jangka pendek.

Kata Kunci: status gizi, program makan siang, remaja, sekolah, intervensi gizi

¹Departemen Ilmu gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

Differences in Nutritional Status of Junior High School Students with and without Lunch Program in Semarang City
Khansa Salmatina¹, Aryu Candra¹

ABSTRACT

Background: Adolescents are a vulnerable age group for nutritional problems due to changes in lifestyle and eating habits. According to SKI 2023 data and the Semarang City Health Office, there is a prevalence of both undernutrition and obesity among teenagers. School lunch programs are one form of intervention to improve nutritional status, but not many schools have implemented them optimally.

Objective: This study aimed to determine the differences in nutritional status between 7th-grade students who received and did not receive a school lunch program at SMP Al-Azhar 14 Semarang.

Method: This study was conducted from January to February 2025 at Al-Azhar 14 Junior High School in Semarang using a *cross-sectional* design. The sample consisted of 26 students who participated in the school lunch program and 26 students who did not participate. There were no dropouts from the sample, so all respondents successfully completed the study over a period of six weeks. The collected data included body weight, height, BMI, dietary intake using a 3x24-hour energy intake recall, and physical activity measured using the PAQ-C questionnaire. Data analysis was performed using the Paired T-Test and Independent T-Test.

Results: After a comparison test of characteristics, There was no significant difference ($p > 0.05$). There was no significant difference in the nutritional status (IMT/U) of students both within one group (before and after treatment), as well as between two groups (given and not given lunch program) with a p value > 0.05 . The characteristics of the subjects in both groups were relatively homogeneous.

Conclusion: The school lunch program did not show a significant effect on the nutritional status of students in the short term.

Keywords: nutritional status, lunch program, adolescents, school-based intervention

¹Nutrition Science Department, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Semarang