



PEMENUHAN GIZI

Menu Makan Bergizi Gratis Perlu Diperbaiki

JAKARTA, KOMPAS — Sepekan sudah program Makan Bergizi Gratis bagi para pelajar di sekolah-sekolah dijalankan pemerintahan Presiden Prabowo Subianto. Banyak anak dan orangtua yang merasa terbantu, tetapi tak sedikit pula yang memberikan masukan untuk pengembangan lebih lanjut program tersebut.

Di SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo, Jawa Timur, misalnya, seorang anak menyayangkan tidak adanya sayur di dalam menu makan bergizi gratis (MBG). Hanya ada sepotong ayam, tahu bacem, sepotong semangka, dan sekotak kecil susu UHT.

Ahli Gizi dari Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) Universitas Airlangga (Unair), Lailatul Muniroh, menilai, menu MBG di Sidoarjo itu belum sesuai dengan pedoman Isi Piringku Kementerian Kesehatan (Kemenkes) RI. Isi Piringku merupakan pedoman yang disusun Kemenkes dalam mengkampanyekan konsumsi makanan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang.

"Tidak ada sayuran, lauk meski dengan protein hewani pun, secara kuantitas terlalu sedikit, begitu pun buahnya. Secara kuantitas belum memenuhi 40 persen total kalori sehari dan secara kualitas pun masih

belum sesuai," kata Lailatul, Minggu (12/1/2025).

Pedoman ini menyarankan, dalam satu piring setiap kali makan, setengah piring diisi dengan sayur dan buah, sedangkan setengah lainnya diisi dengan makanan pokok dan lauk-pauk. Selain itu, Isi Piringku juga memuat ajakan untuk mengonsumsi delapan gelas air setiap hari, melakukan aktivitas fisik 30 menit setiap hari, dan mencuci tangan dengan air dan sabun sebelum dan setelah makan.

Menurut Lailatul, prinsip makan bergizi adalah beragam, seimbang, aman, dan sesuai kebutuhan. Makan bergizi yang baik seharusnya memenuhi kebutuhan gizi secara seimbang, yakni karbohidrat, protein, lemak, dan terpenuhinya kebutuhan vitamin, mineral, serat, dan air.

Di sejumlah daerah pun para pelajar belum mendapatkan susu seperti yang dijanjikan pasangan Presiden Prabowo dan Wapres Gibran Rakabuming Raka saat kampanye Pilpres 2024. Misalnya, di Jakarta, Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi (SPPG) di Palmerah dan Halim belum menyuguhkan susu dalam menu MBG.

Meski begitu, Lailatul menegaskan bahwa susu yang tidak

(Bersambung ke him 15 kol 1-4)

(Sambungan dari halaman 1)

ada pada menu MBG di beberapa sekolah dapat digantikan oleh makanan tinggi kalsium lainnya. Sebagai alternatif lain, perlu disiapkan misalnya produk olahan susu, seperti yogurt atau keju, sumber nabati yang kaya kalsium.

"Seperti tempe, sayuran hijau, ataupun sumber hewani, seperti ikan teri, sarden, telur, dan daging ayam," ucapnya.

Di SD Negeri 25 Palembang, seorang anak kelas III mengeluh saat mendapatkan MBG pada Senin (6/1). Saat itu, menu MBG-nya nasi putih, tahu, tempe, tumis buncis, dan pisang. Tidak ada ayam, ikan, atau sayur kangkung yang diinginkan.

Keluhan pun datang dari wi-

layah timur Indonesia, tepatnya dari anak-anak di SD Katolik St Yoseph di Kabupaten Kupang, Nusa Tenggara Timur. Mereka merasa menu MBG yang dibagikan pada Selasa (7/1) beraroma tidak sedap dari potongan tempe goreng. Ketika dikunyah, rasanya tidak seperti tempe yang biasa dimakan anak-anak.

Evaluasi

Lailatul mendorong pemerintah untuk melakukan evaluasi secara berkala. Evaluasi keberhasilan program MBG dapat dilakukan dengan meliputi aspek *input* dan proses, *output*, dampak, serta evaluasi keberlanjutan.

Pada aspek yang pertama, perlu ada evaluasi ketersediaan dan kualitas makanan, serta kepuasan dari penerima program MBG. Utamanya dari

anak-anak, ibu hamil, dan ibu menyusui yang mengonsumsi langsung.

"Apakah sudah sesuai dengan sasaran, kandungan gizi pada menu berdasarkan pedoman Isi Piringku? Kemudian, tingkat penerimaan siswa terhadap rasa dan variasi makanan, kepuasan guru, siswa, dan orangtua, serta tingkat keluhan terkait distribusi makanan," tutur Lailatul.

Selain itu, *output* dari program pun harus jadi perhatian; mulai dari persentase makanan termakan atau terbuang oleh siswa (*plate waste analysis*) hingga jumlah siswa yang memakan semua komponen makanan yang ada di piring. Pada aspek dampak, setidaknya ada tiga indikator yang perlu menjadi bahan evaluasi, mulai dari status gizi pada anak, prestasi

akademik dan kesehatan, hingga kesadaran gizi.

Sementara itu, sesuai rapat kerja bersama Komisi IX DPR di Jakarta, Senin, Kepala Badan Gizi Nasional Dadan Hindayana menegaskan bahwa program MBG ini akan terus dievaluasi. Setiap masukan, terutama dari para penerima, akan diperhatikan.

Sepekan pertama pelaksanaannya ini, program MBG belum menyentuh semua sasaran. Pemerintah baru mampu mengoperasikan 190 dapur MBG atau SPPG yang melayani 600.000 orang di kota-kota besar di 26 provinsi.

"Tentu semua akan kita evaluasi setiap hari. Target kami dari Januari sampai April akan mencakup 3 juta penerima manfaat," kata Dadan. (TIO)