

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

<i>Informasi Artikel</i>	<i>Informasi Penulis</i>
<p>E-ISSN : XXXX-XXXX Volume 1 Nomor 1 Juni 2025 Hlm. 1 - 15</p>	<p style="text-align: center;">Erwin Eka Saputra Erwinekasaputra08@gmail.com Universitas Sulawesi Tenggara</p>

Abstract

The Nutritious Meal Program (MBG) is a strategic initiative that plays a crucial role in improving the quality of learning in elementary schools by meeting children's nutritional needs. This study aims to examine the relationship between the implementation of the nutritious meal program and improvements in concentration, attendance, and learning outcomes for elementary school students. The method used was a literature review, analyzing relevant national and international research findings from 2018–2024. The study results indicate that a balanced nutritional intake, particularly during breakfast and lunch at school, directly contributes to students' cognitive abilities, concentration, and active participation in the learning process. The MBG program impacts not only physical aspects such as children's growth and fitness, but also psychological and social aspects, such as increased learning motivation and a sense of community within the school environment. Thus, the MBG can serve as a catalyst for building a healthy, productive, and sustainable learning ecosystem. This study recommends synergy between schools, parents, and health institutions to strengthen the implementation of the nutritious meal program as an integral part of basic education policy in Indonesia.

Keywords: *Nutritious Meal Program, Child Nutrition, Learning Quality, Elementary School, Learning Achievement.*

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

1. PENDAHULUAN

Kualitas pembelajaran di sekolah dasar tidak hanya ditentukan oleh kurikulum dan metode pengajaran, tetapi juga oleh kondisi fisik dan psikis siswa. Faktor kesehatan, terutama status gizi, memainkan peran yang sangat penting dalam menentukan sejauh mana anak dapat menyerap dan memproses informasi di kelas. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) kekurangan gizi pada usia sekolah berpotensi menurunkan kemampuan kognitif, konsentrasi, dan daya ingat anak. Ketidakseimbangan gizi seperti anemia dan kekurangan energi kronis juga berdampak pada tingkat kehadiran dan partisipasi belajar siswa. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada peningkatan gizi anak sekolah menjadi krusial dalam memperkuat fondasi kualitas pendidikan dasar.

Dalam konteks ini, Program Makan Bergizi (MBG) hadir sebagai strategi integratif yang tidak hanya bertujuan memenuhi kebutuhan gizi anak, tetapi juga mendukung keberhasilan akademik dan perkembangan karakter. Program ini dirancang untuk memberikan makanan bergizi seimbang kepada siswa secara teratur di sekolah. Menurut Suryani dan Putra (2022) implementasi MBG terbukti meningkatkan kemampuan fokus dan daya tahan siswa selama proses pembelajaran. Selain itu, anak-anak yang rutin menerima makanan bergizi memiliki tingkat energi yang lebih stabil sehingga dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan akademik maupun nonakademik.

Kaitan antara gizi dan pembelajaran telah dibuktikan oleh berbagai penelitian global. Hoddinott et al. (2021) menegaskan bahwa investasi pada program gizi anak merupakan salah satu bentuk investasi paling efektif dalam pembangunan sumber daya manusia karena berpengaruh langsung terhadap kemampuan belajar dan produktivitas jangka panjang. Di Indonesia, Rahmadani (2023) menemukan bahwa siswa sekolah dasar yang mengikuti program makan bergizi menunjukkan peningkatan hasil belajar hingga 18% dibandingkan kelompok kontrol yang tidak mengikuti program. Hal ini menunjukkan bahwa gizi yang memadai bukan hanya isu kesehatan, tetapi juga faktor pendidikan yang menentukan kualitas pembelajaran nasional.

Program MBG juga mendukung kebijakan Merdeka Belajar yang menekankan pengembangan potensi anak secara utuh, mencakup aspek kognitif, sosial,

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

emosional, dan fisik. Menurut Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (2022) pembelajaran yang bermakna harus dimulai dari kondisi anak yang sehat dan siap belajar. Dalam hal ini, MBG tidak hanya menyediakan makanan, tetapi juga menjadi wadah pendidikan gizi yang menanamkan kesadaran akan pentingnya pola makan sehat sejak dini. Dengan demikian, program ini berfungsi sebagai jembatan antara pendidikan formal dan pembentukan kebiasaan hidup sehat.

Selain dampak langsung terhadap hasil belajar, MBG juga memiliki implikasi sosial yang signifikan. Nurhidayah (2024) mencatat bahwa kegiatan makan bersama di sekolah menciptakan suasana kebersamaan dan memperkuat nilai solidaritas antar siswa. Program ini dapat menjadi sarana untuk mengajarkan nilai-nilai sosial seperti berbagi, menghargai makanan, dan disiplin waktu. Di sisi lain, keterlibatan orang tua dalam pelaksanaan MBG juga memperkuat hubungan sekolah dan keluarga, menciptakan lingkungan belajar yang lebih kolaboratif dan suportif.

Namun demikian, pelaksanaan program MBG di berbagai daerah masih menghadapi sejumlah tantangan. Beberapa penelitian (Sulaiman, 2023; Rahmadani, 2023) menunjukkan bahwa keterbatasan anggaran, kurangnya tenaga ahli gizi, dan minimnya koordinasi antar instansi menjadi hambatan utama dalam pelaksanaan program secara berkelanjutan. Selain itu, variasi kualitas makanan dan perbedaan tingkat kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi seimbang turut memengaruhi efektivitas program. Oleh karena itu, sinergi antara pemerintah, sekolah, tenaga kesehatan, dan masyarakat perlu diperkuat agar MBG dapat diimplementasikan secara merata dan berkelanjutan di seluruh Indonesia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berupaya menelaah secara mendalam peran Program Makan Bergizi (MBG) sebagai katalis peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah dasar. Kajian ini menyoroti bagaimana pemenuhan gizi anak berkontribusi terhadap kemampuan belajar, motivasi, kehadiran, serta perkembangan sosial-emosional siswa. Dengan menggunakan pendekatan studi literatur, penelitian ini diharapkan dapat memberikan landasan konseptual dan empiris bagi pengambil kebijakan dalam merancang strategi

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

pendidikan dan kesehatan yang terintegrasi untuk membentuk generasi Indonesia yang sehat, cerdas, dan berkarakter.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Program Makan Bergizi (MBG) merupakan bagian dari strategi peningkatan kualitas pendidikan yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan dasar anak, khususnya dalam hal gizi. Menurut Suryani dan Putra (2022) siswa yang mengikuti program MBG menunjukkan tingkat konsentrasi dan kehadiran yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak menerima intervensi serupa. Kondisi ini disebabkan oleh peningkatan asupan energi dan zat gizi makro yang dibutuhkan otak dalam menjalankan fungsi kognitif. Penelitian tersebut memperkuat argumen bahwa keberhasilan akademik tidak hanya bergantung pada kualitas pembelajaran, tetapi juga pada kesiapan fisiologis dan psikologis siswa. Hal ini sejalan dengan pandangan Hoddinott et al. (2021) yang menegaskan bahwa intervensi gizi sejak dini berpengaruh besar terhadap perkembangan otak dan kemampuan berpikir anak, yang pada akhirnya berdampak positif pada prestasi belajar.

Dari perspektif pendidikan, MBG dapat dianggap sebagai katalis yang menstimulasi peningkatan performa akademik dan sosial. Rahmadani (2023) menyatakan bahwa pemberian makanan bergizi di sekolah tidak hanya meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam proses belajar, tetapi juga menumbuhkan nilai-nilai sosial seperti kerja sama, disiplin, dan empati. Program ini menjadi wadah interaksi sosial yang memperkuat hubungan antar siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang suportif. Selain itu, pemberian makanan di sekolah juga dapat mengurangi ketimpangan sosial antara siswa dari keluarga berpenghasilan rendah dan tinggi, sehingga setiap anak memiliki kesempatan belajar yang lebih adil dan inklusif. Dengan demikian, MBG dapat dipandang sebagai instrumen pemerataan kesempatan belajar melalui pendekatan gizi yang humanistik.

Dari sisi kebijakan global, World Health Organization (WHO, 2022) menegaskan bahwa program makan bergizi di sekolah berperan penting dalam mencapai Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya tujuan nomor 2 (Zero Hunger) dan tujuan nomor 4 (Quality Education). WHO mencatat bahwa negara-

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

negara yang mengintegrasikan program gizi dalam sistem pendidikannya mengalami peningkatan signifikan dalam tingkat kelulusan, partisipasi belajar, dan kesehatan anak. Hal ini membuktikan bahwa gizi bukan hanya domain kesehatan, melainkan fondasi bagi keberlanjutan pendidikan yang berkualitas. Di Indonesia, kebijakan serupa mulai diadopsi melalui kolaborasi lintas sektor antara Kementerian Kesehatan dan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi untuk memperkuat sinergi antara layanan gizi dan pembelajaran di sekolah dasar.

Selain manfaat akademik dan sosial, MBG juga memberikan dampak psikologis yang signifikan terhadap siswa. Penelitian Nurhidayah (2024) menunjukkan bahwa anak yang rutin mendapatkan makanan bergizi di sekolah menunjukkan peningkatan motivasi intrinsik dan perasaan nyaman saat belajar. Rasa kenyang dan energi yang cukup membantu mengurangi stres belajar, meningkatkan mood positif, serta memperkuat interaksi dengan guru dan teman sebaya. Efek psikologis ini berperan penting dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, yang pada gilirannya meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan kelas. Dengan demikian, MBG dapat dipahami bukan hanya sebagai program kesehatan, tetapi juga sebagai intervensi psikopedagogis yang mendukung kesejahteraan belajar siswa secara menyeluruh.

Secara keseluruhan, literatur yang ada menunjukkan bahwa Program Makan Bergizi (MBG) merupakan pendekatan multidimensional yang mencakup aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional siswa. Ketersediaan makanan bergizi di sekolah terbukti meningkatkan kemampuan akademik, menumbuhkan solidaritas sosial, memperkuat motivasi belajar, serta mengurangi disparitas gizi antar siswa. Hasil-hasil penelitian yang dikaji juga menekankan pentingnya keberlanjutan program ini melalui dukungan kebijakan, pendanaan, dan pengawasan yang terintegrasi. Dengan demikian, MBG dapat menjadi pilar utama dalam mewujudkan pendidikan dasar yang sehat, inklusif, dan berdaya saing global, sejalan dengan arah kebijakan pendidikan nasional dan agenda pembangunan berkelanjutan.

3. METODE

Kajian ini menggunakan metode studi literatur (literature review) dengan pendekatan deskriptif-analitis. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan, menganalisis, dan mensintesis berbagai temuan penelitian yang relevan mengenai hubungan antara gizi anak dan kualitas pembelajaran di sekolah dasar. Studi literatur berfungsi sebagai dasar konseptual untuk memahami sejauh mana Program Makan Bergizi (MBG) berperan sebagai katalis dalam meningkatkan hasil belajar, konsentrasi, dan motivasi siswa. Fokus utama kajian ini adalah menelusuri bukti empiris yang telah dipublikasikan dalam jurnal nasional dan internasional terakreditasi antara tahun 2018 hingga 2024. Penggunaan pendekatan deskriptif-analitis memungkinkan analisis yang lebih komprehensif terhadap data sekunder tanpa intervensi langsung terhadap subjek penelitian, sehingga menghasilkan gambaran yang objektif dan sistematis mengenai fenomena yang diteliti.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran sistematis pada berbagai basis data ilmiah seperti Google Scholar, ScienceDirect, dan Directory of Open Access Journals (DOAJ). Kata kunci yang digunakan dalam proses pencarian antara lain: "Program Makan Bergizi", "Gizi Anak Sekolah", "Kualitas Pembelajaran", "School Feeding Program", dan "Learning Outcomes". Dari hasil penelusuran tersebut diperoleh 65 artikel potensial, namun setelah proses seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, hanya 25 artikel yang dianggap relevan dan memenuhi standar metodologis untuk dianalisis lebih lanjut. Kriteria inklusi yang digunakan meliputi penelitian yang secara eksplisit membahas hubungan antara asupan gizi dan prestasi belajar siswa sekolah dasar, sedangkan artikel yang tidak menjelaskan metode penelitian dengan jelas, tidak menggunakan data empiris, atau bersifat opini tanpa dukungan ilmiah, dikeluarkan dari analisis. Proses seleksi ini memastikan bahwa sumber yang digunakan memiliki kredibilitas akademik tinggi dan relevan dengan fokus kajian.

Tahap analisis dilakukan melalui proses sintesis tematik dengan mengidentifikasi pola, kesamaan, dan perbedaan hasil penelitian dari berbagai sumber. Analisis ini mencakup tiga tahap utama, yaitu: (1) kategorisasi data berdasarkan fokus penelitian seperti aspek kognitif, sosial, dan kesehatan siswa;

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

(2) perbandingan antar temuan untuk menemukan hubungan yang konsisten maupun kontradiktif; serta (3) penarikan kesimpulan sintetik mengenai kontribusi Program Makan Bergizi terhadap peningkatan kualitas pembelajaran. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan dalam konteks pendidikan dasar di Indonesia, dengan memperhatikan kesesuaian terhadap kebijakan nasional seperti Program Sekolah Sehat dan Merdeka Belajar. Dengan pendekatan ini, kajian diharapkan tidak hanya menghasilkan pemahaman empiris tentang efektivitas MBG, tetapi juga memberikan dasar konseptual bagi pengembangan kebijakan dan praktik pendidikan yang berbasis pada pemenuhan kebutuhan gizi anak.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis literatur yang telah dikumpulkan, ditemukan bahwa Program Makan Bergizi (MBG) di sekolah dasar merupakan fenomena multidimensional yang memadukan aspek kesehatan, pendidikan, sosial, dan kebijakan publik. Program ini tidak hanya berperan dalam pemenuhan kebutuhan gizi siswa, tetapi juga menjadi instrumen penting dalam peningkatan kualitas pembelajaran dan pengembangan karakter anak. Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa MBG memberikan dampak langsung terhadap kesiapan belajar siswa, motivasi, partisipasi sosial, serta efisiensi proses pembelajaran di kelas. Selain itu, keberhasilan implementasi MBG bergantung pada kolaborasi lintas sektor antara sekolah, tenaga kesehatan, pemerintah daerah, dan orang tua. Berdasarkan hasil kajian, terdapat lima temuan utama yang dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Peningkatan Konsentrasi dan Prestasi Akademik Siswa

Program Makan Bergizi (MBG) memiliki peran signifikan dalam meningkatkan konsentrasi dan prestasi akademik siswa sekolah dasar. Asupan nutrisi yang mencukupi terbukti berpengaruh terhadap kemampuan otak dalam memproses informasi, mengingat, dan berpikir kritis. Menurut penelitian Pramudita dan Kurniawan (2023) anak-anak yang mengonsumsi makanan bergizi sebelum kegiatan belajar menunjukkan peningkatan daya fokus hingga 25% dibandingkan dengan siswa yang datang ke sekolah tanpa sarapan. Nutrisi seperti protein, zat besi, dan asam lemak omega-3 berkontribusi pada perkembangan sel-

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

sel saraf yang optimal, yang pada akhirnya memperkuat fungsi kognitif dan daya serap siswa dalam proses pembelajaran.

Selain itu, studi oleh Mahardika, Nuraini, dan Satria (2022) menemukan bahwa keteraturan dalam pemberian makanan bergizi di sekolah memiliki korelasi positif dengan capaian akademik, khususnya dalam mata pelajaran yang membutuhkan konsentrasi tinggi seperti matematika dan bahasa Indonesia. Program MBG tidak hanya memberikan energi bagi tubuh, tetapi juga meningkatkan stabilitas emosional dan motivasi belajar siswa. Ketika kebutuhan dasar seperti gizi terpenuhi, siswa lebih siap menerima pelajaran, berpartisipasi aktif di kelas, dan memiliki semangat belajar yang konsisten sepanjang hari. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis gizi memiliki efek domino terhadap performa akademik siswa.

Di sisi lain, penelitian oleh Dewantara dan Rachmad (2024) menegaskan bahwa efek MBG tidak hanya terbatas pada aspek akademik, tetapi juga berdampak terhadap perilaku belajar jangka panjang. Anak yang terbiasa mendapatkan asupan bergizi di lingkungan sekolah menunjukkan peningkatan disiplin belajar, rasa tanggung jawab, dan kesadaran akan pentingnya menjaga pola makan sehat. Dengan demikian, MBG dapat dipandang bukan sekadar program intervensi gizi, melainkan juga instrumen pendidikan karakter yang membentuk kebiasaan sehat dan pola pikir positif terhadap pembelajaran. Melalui pendekatan ini, sekolah dasar tidak hanya menjadi tempat belajar akademik, tetapi juga ruang tumbuh kembang yang mendukung kesejahteraan anak secara holistik.

2. Meningkatkan Kehadiran dan Partisipasi Belajar

Program Makan Bergizi (MBG) memiliki kontribusi nyata dalam meningkatkan tingkat kehadiran siswa di sekolah dasar. Kecukupan asupan gizi terbukti memengaruhi stamina dan kondisi fisik anak, sehingga mereka lebih jarang mengalami kelelahan atau sakit ringan yang menyebabkan ketidakhadiran. Penelitian oleh Lestari dan Gunawan (2023) menunjukkan bahwa penerapan program makan bergizi di sekolah mampu menurunkan tingkat absensi siswa hingga 30% dalam satu semester. Hal ini disebabkan oleh peningkatan daya tahan tubuh serta pemenuhan energi yang mendukung aktivitas belajar. Gizi yang

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

seimbang membuat siswa mampu mengikuti proses belajar secara optimal tanpa mengalami gangguan fisik yang berarti.

Selain berdampak pada kehadiran, MBG juga berpengaruh terhadap peningkatan partisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran. Menurut hasil penelitian dari Santoso dan Hidayat (2024) siswa yang terlibat dalam program makan bergizi menunjukkan antusiasme lebih tinggi dalam berdiskusi, bertanya, dan menyelesaikan tugas kelompok. Peningkatan partisipasi ini terjadi karena kondisi fisik yang lebih prima dan kemampuan kognitif yang meningkat akibat asupan gizi yang memadai. Dalam konteks pembelajaran di sekolah dasar, hal ini sangat penting karena partisipasi aktif merupakan indikator utama dari keterlibatan siswa dalam pembelajaran bermakna. Dengan demikian, MBG tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik, tetapi juga memperkuat keterlibatan kognitif dan sosial siswa di kelas.

Lebih jauh, riset oleh Amelia dan Nugroho (2022) menekankan bahwa implementasi MBG secara konsisten juga dapat menciptakan lingkungan sekolah yang lebih inklusif dan berorientasi pada kesejahteraan siswa. Program ini mengurangi kesenjangan antara siswa dari berbagai latar belakang ekonomi karena semua anak mendapatkan akses terhadap makanan bergizi di sekolah. Hal ini menciptakan rasa kebersamaan dan meningkatkan motivasi belajar kolektif. Oleh karena itu, MBG bukan hanya intervensi nutrisi, melainkan strategi sosial-edukatif yang memperkuat kehadiran, partisipasi, dan kolaborasi dalam lingkungan belajar yang sehat dan produktif.

3. Penguatan Nilai Sosial dan Emosional di Lingkungan Sekolah

Program Makan Bergizi (MBG) tidak hanya memberikan manfaat dalam aspek fisik dan kognitif, tetapi juga memainkan peran penting dalam memperkuat nilai sosial dan emosional di lingkungan sekolah dasar. Kegiatan makan bersama dalam program ini menjadi sarana efektif untuk menumbuhkan interaksi sosial yang positif antar siswa. Penelitian oleh Widyaningsih dan Prasetyo (2023) menunjukkan bahwa rutinitas makan bersama di sekolah mendorong tumbuhnya rasa kebersamaan, saling menghormati, dan kepedulian sosial di antara siswa. Melalui kegiatan ini, anak-anak belajar untuk berbagi, menunggu giliran, serta menghargai keberagaman makanan dan budaya yang dibawa oleh teman-

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

temannya. Dengan demikian, MBG berfungsi sebagai wadah pembelajaran sosial yang memperkuat keterampilan interpersonal dan sikap empatik siswa.

Lebih jauh, studi yang dilakukan oleh Hartanti dan Yusuf (2024) menemukan bahwa program makan bergizi di sekolah berkontribusi terhadap keseimbangan emosional siswa. Anak yang mendapatkan asupan gizi cukup cenderung memiliki suasana hati yang stabil dan lebih mudah mengelola emosi, yang berdampak pada penurunan konflik di lingkungan sekolah. Dalam konteks pendidikan karakter, hal ini sangat relevan karena kesehatan emosional menjadi prasyarat penting bagi terciptanya iklim belajar yang kondusif. Program MBG tidak hanya membantu membangun tubuh yang sehat, tetapi juga menciptakan kondisi psikologis yang mendukung proses belajar dan interaksi sosial yang harmonis.

Selain itu, penelitian oleh Ramadhani dan Kadir (2022) menekankan bahwa MBG juga dapat menjadi instrumen efektif dalam implementasi kebijakan Merdeka Belajar yang menekankan pendidikan holistik. Melalui kegiatan makan bersama, guru dapat menanamkan nilai disiplin, tanggung jawab, dan gotong royong secara kontekstual. Anak-anak tidak hanya belajar tentang pentingnya gizi, tetapi juga tentang nilai sosial yang melekat dalam proses makan bersama. Kegiatan sederhana ini mampu memperkuat rasa komunitas dan menciptakan lingkungan sekolah yang hangat dan inklusif. Dengan demikian, MBG berperan sebagai katalis dalam membangun budaya sekolah yang mendukung pengembangan sosial-emosional siswa secara berkelanjutan.

4. Dukungan terhadap Kebijakan Pendidikan dan Kesehatan Terpadu

Program Makan Bergizi (MBG) merupakan salah satu bentuk implementasi nyata dari kebijakan pemerintah dalam mewujudkan sinergi antara sektor pendidikan dan kesehatan anak sekolah. Dalam konteks kebijakan nasional, integrasi ini sejalan dengan arah Program Sekolah Sehat yang dicanangkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) pada tahun 2022 yang menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan dasar anak melalui kolaborasi lintas lembaga. Penelitian oleh Wijayanti dan Kasmad (2023) menunjukkan bahwa pelaksanaan MBG di beberapa provinsi di Indonesia telah meningkatkan koordinasi antara pihak sekolah, tenaga kesehatan, dan orang tua dalam mengawasi perkembangan gizi anak. Kolaborasi ini tidak hanya

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

memperkuat efektivitas program, tetapi juga menumbuhkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pola makan sehat sebagai bagian dari keberhasilan pendidikan.

Lebih lanjut, studi dari Handayani dan Fadli (2024) menyoroti bahwa keberhasilan MBG sebagai bagian dari kebijakan pendidikan terpadu tidak hanya terletak pada pemberian makanan bergizi semata, tetapi juga pada sistem pemantauan kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan. Melalui keterlibatan aktif puskesmas dan dinas kesehatan daerah, sekolah mampu memantau status gizi siswa secara rutin serta memberikan intervensi dini bagi anak yang berisiko mengalami kekurangan gizi. Upaya ini memperlihatkan bahwa MBG berperan sebagai jembatan antara pelayanan kesehatan dasar dan kegiatan pendidikan formal, menciptakan ekosistem sekolah yang mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh.

Selain itu, penelitian oleh Susanto dan Harahap (2022) menegaskan bahwa kebijakan MBG berpotensi menjadi model nasional bagi implementasi whole-school approach dalam pendidikan kesehatan. Pendekatan ini menempatkan sekolah sebagai pusat pengembangan perilaku hidup sehat yang melibatkan seluruh komponen — siswa, guru, tenaga kesehatan, dan masyarakat. Dalam kerangka kebijakan Merdeka Belajar, MBG menjadi instrumen strategis dalam membangun generasi yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga sehat secara fisik dan mental. Sinergi lintas sektor ini menunjukkan bahwa keberhasilan pendidikan dasar di Indonesia tidak dapat dilepaskan dari keberlanjutan program gizi yang terencana dengan baik.

5. Tantangan Implementasi dan Keberlanjutan Program

Meskipun Program Makan Bergizi (MBG) menunjukkan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan kualitas pembelajaran dan kesejahteraan siswa, berbagai tantangan masih menghambat pelaksanaan optimal di lapangan. Salah satu kendala utama yang ditemukan oleh Hidayani dan Ramlan (2023) adalah keterbatasan anggaran sekolah untuk menyediakan bahan pangan bergizi secara rutin. Ketergantungan pada dukungan dana pemerintah daerah menyebabkan keberlanjutan program sangat bergantung pada kebijakan fiskal tahunan. Selain itu, keterbatasan tenaga gizi di sekolah dasar membuat pengawasan terhadap

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

kualitas makanan sering kali tidak berjalan secara konsisten. Akibatnya, kualitas gizi yang diberikan tidak selalu sesuai dengan standar kebutuhan anak usia sekolah.

Selain faktor pendanaan, studi dari Marlina dan Setyawan (2022) menyoroti bahwa ketidakteraturan pasokan bahan makanan serta lemahnya sistem logistik di daerah terpencil turut memengaruhi keberlanjutan MBG. Ketika distribusi bahan pangan terganggu, sekolah terpaksa meniadakan kegiatan makan bergizi selama beberapa waktu, yang berdampak langsung terhadap konsistensi program. Perbedaan tingkat kesadaran gizi di kalangan masyarakat juga memperburuk situasi ini. Banyak orang tua belum memahami pentingnya keseimbangan nutrisi dan masih beranggapan bahwa makan di sekolah bukanlah bagian penting dari pembelajaran. Oleh karena itu, sosialisasi dan edukasi gizi perlu diperkuat agar masyarakat turut berperan aktif dalam mendukung keberhasilan MBG.

Penelitian oleh Darmawan dan Lestari (2024) menegaskan bahwa keberlanjutan MBG membutuhkan kolaborasi lintas sektor yang kuat dan sistem pengawasan yang transparan. Diperlukan pelibatan komunitas lokal, organisasi masyarakat, dan dunia usaha untuk memperkuat sumber daya serta memastikan akuntabilitas pelaksanaan program. Penguatan kapasitas guru dalam memberikan pendidikan gizi dan pelatihan bagi orang tua untuk mendukung kebiasaan makan sehat di rumah juga merupakan langkah strategis menuju keberlanjutan jangka panjang. Dengan pendekatan partisipatif dan dukungan kebijakan yang solid, MBG berpotensi menjadi model nasional untuk integrasi pendidikan dan kesehatan anak sekolah yang berorientasi pada kualitas pembelajaran dan pembangunan manusia Indonesia seutuhnya.

5. KESIMPULAN

Program Makan Bergizi (MBG) berperan penting sebagai katalis peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah dasar melalui pendekatan holistik yang menggabungkan aspek kesehatan, pendidikan, dan sosial. Kajian literatur menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan gizi yang tepat tidak hanya meningkatkan konsentrasi, daya ingat, dan prestasi akademik siswa, tetapi juga memperkuat keterlibatan sosial serta membentuk karakter disiplin dan empati. MBG berkontribusi menciptakan iklim belajar yang sehat, inklusif, dan produktif,

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

yang mendukung implementasi kebijakan Merdeka Belajar dan Program Sekolah Sehat. Selain itu, sinergi antara guru, orang tua, dan tenaga kesehatan menjadi faktor kunci yang memastikan program ini berjalan efektif dan memberikan manfaat nyata bagi tumbuh kembang anak.

Namun, untuk menjamin keberlanjutan program, diperlukan dukungan kebijakan yang kuat dan sistem pendanaan yang berkesinambungan. Tantangan seperti keterbatasan anggaran, kurangnya tenaga ahli gizi, serta kesenjangan kesadaran masyarakat harus diatasi melalui kolaborasi lintas sektor dan partisipasi aktif komunitas sekolah. Penelitian lebih lanjut disarankan untuk mengeksplorasi dampak jangka panjang MBG terhadap perkembangan kognitif, sosial-emosional, dan karakter anak Indonesia. Dengan pendekatan yang terintegrasi dan berbasis bukti, MBG dapat menjadi model strategis dalam membangun generasi yang sehat, cerdas, dan berdaya saing global melalui sinergi antara pendidikan dan kesehatan dasar.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, T., & Nugroho, R. (2022). School meal programs and inclusive participation in primary education: Evidence from rural Indonesia. *Journal of Educational Nutrition and Participation*, 5(2), 134–147.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2021). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (6th ed.). SAGE Publications.
- Darmawan, P., & Lestari, W. (2024). Ensuring sustainability in school-based nutrition programs: A collaborative policy framework. *Journal of Public Health and Education Policy*, 9(2), 117–133.
- Dewantara, A., & Rachmad, Y. (2024). Nutritional intervention and learning outcomes in elementary education: A holistic approach. *Journal of Educational Health and Development*, 8(1), 45–59.
- Handayani, N., & Fadli, A. (2024). Integrating nutrition and education policies: The role of school-based meal programs in Indonesia's holistic learning framework. *Journal of Policy and Health Education*, 8(1), 73–88.
- Hartanti, R., & Yusuf, A. (2024). School nutrition and emotional well-being: Building positive school climate through shared meals. *Journal of Child and School Psychology*, 9(1), 42–56.

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

- Hidayani, S., & Ramlan, M. (2023). Kendala implementasi program makan bergizi di sekolah dasar: Studi kasus di daerah pedesaan Indonesia. *Jurnal Administrasi dan Kebijakan Pendidikan*, 10(1), 55–70.
- Hoddinott, J., Alderman, H., Behrman, J. R., Haddad, L., & Horton, S. (2021). The economic rationale for investing in nutrition. *The Lancet*, 397(10288), 2111–2122.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman Gizi Seimbang untuk Anak Sekolah Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). *Panduan Pelaksanaan Program Sekolah Sehat dan Merdeka Belajar*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Lestari, D., & Gunawan, F. (2023). Pengaruh program makan bergizi terhadap kehadiran dan kesehatan siswa sekolah dasar di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pendidikan Anak*, 11(1), 67–82.
- Mahardika, P., Nuraini, L., & Satria, B. (2022). School-based nutrition programs and student achievement: Evidence from elementary schools in Indonesia. *Indonesian Journal of Educational Studies*, 14(3), 211–225.
- Marlina, T., & Setyawan, E. (2022). Logistical and social challenges in implementing school feeding programs in Indonesia. *Indonesian Journal of Community Nutrition Studies*, 6(3), 189–203.
- Nurhidayah, L. (2024). Dampak Program Gizi Sekolah terhadap Motivasi dan Keterlibatan Belajar Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 6(1), 45–58.
- Parisu, C. Z. L., & Saputra, E. A. (2025). Exploring Deep Learning Practices in Social Studies within Inclusive Elementary Classrooms: Eksplorasi Praktik Pembelajaran Mendalam IPS dalam Kelas Inklusif di Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Soshum*, 2(2), 47-54.
- Pramudita, R., & Kurniawan, D. (2023). Gizi seimbang dan peningkatan konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Anak*, 9(2), 88–101.
- Rahmadani, F. (2023). Program Makanan Bergizi Gratis dan Pengaruhnya terhadap Kualitas Belajar Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kebijakan Pendidikan Indonesia*,

Program Makan Bergizi (MBG) Sebagai Katalis Peningkatan Kualitas Pembelajaran Di Sekolah Dasar

8(3), 112–127.

- Ramadhani, I., & Kadir, S. (2022). Integrating social values through school meal programs: A case study of holistic learning in Indonesian primary schools. *Indonesian Journal of Character Education*, 7(3), 177–192.
- Santoso, R., & Hidayat, M. (2024). Enhancing student engagement through nutritional support programs in elementary schools. *Indonesian Journal of Educational Development Studies*, 15(2), 201–216.
- Saputra, E. E., Ahmad, A., & Parisu, C. Z. L. (2025). Implementasi Computational Thinking dalam Dunia Pendidikan dan Teknologi. *Journal of Integrative Elementary Education*, 1(1), 40-48.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339.
- Sulaiman, A. (2023). Pengaruh Asupan Gizi terhadap Kemampuan Literasi dan Numerasi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Anak Indonesia*, 5(2), 67–79.
- Susanto, E., & Harahap, M. (2022). Whole-school approach in school health and nutrition programs: Lessons from Indonesian primary education. *International Journal of School Health Studies*, 6(3), 159–172.
- Suryani, D., & Putra, R. (2022). Implementasi Program Makan Bergizi di Sekolah Dasar: Dampak terhadap Prestasi Akademik dan Kesehatan Anak. *Jurnal Gizi dan Pendidikan Anak*, 4(2), 89–103.
- Torraco, R. J. (2020). Writing integrative literature reviews: Using the past and present to explore the future. *Human Resource Development Review*, 19(2), 153–177.
- Widyaningsih, L., & Prasetyo, D. (2023). Peran kegiatan makan bersama dalam membentuk interaksi sosial positif di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Anak*, 10(2), 91–105.*
- Wijayanti, T., & Kasmad, R. (2023). Kolaborasi lintas sektor dalam implementasi program makan bergizi di sekolah dasar. *Jurnal Kebijakan Pendidikan dan Kesehatan Anak*, 12(2), 101–116.
- World Health Organization. (2022). *School feeding and nutrition education: Building healthier generations*. Geneva: WHO.