

ANALISIS EFEKTIVITAS PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS DI SEKOLAH DASAR INDONESIA TAHUN 2025

Hana Afifah Rahmah^{1*}, Adelia Anggraini², Yuyun Putri Nilasari³, Enjelly Putri Salsabilla⁴

^{1,2,3,4} Universitas Sriwijaya

Corresponding email: hanaafifahrahmah19@gmail.com

Abstrak: Program Makan Bergizi Gratis (MBG) adalah sebuah program yang diperkenalkan oleh pemerintah Indonesia pada tahun 2025 untuk mengatasi isu-isu gizi pada anak-anak, menurunkan angka stunting, dan meningkatkan mutu pendidikan dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi seberapa efektif pelaksanaan program MBG di tingkat sekolah dasar melalui pendekatan kajian pustaka. Temuan dari studi ini menunjukkan bahwa MBG memberikan pengaruh yang baik terhadap status gizi anak, termasuk penurunan angka stunting serta peningkatan konsentrasi dan kehadiran siswa di sekolah. Program ini juga berkontribusi dalam meringankan beban ekonomi bagi keluarga dan memberdayakan pengusaha lokal. Namun, dalam pelaksanaannya, program ini masih menghadapi beberapa tantangan, seperti distribusi makanan yang tidak merata, kekurangan fasilitas di sekolah, dan perbedaan pemahaman tentang gizi di masyarakat. Evaluasi berkala, pengembangan infrastruktur, pengawasan kualitas makanan, serta dukungan dari komunitas lokal diperlukan untuk meningkatkan efektivitas program ini. Studi ini menyimpulkan bahwa MBG memiliki potensi yang signifikan dalam menciptakan generasi muda yang sehat dan berkualitas, asalkan didukung oleh pengelolaan yang baik.

Kata kunci: Makan Bergizi Gratis, Gizi Anak, Stunting, Pendidikan Dasar, Evaluasi Program

Abstract: The Free Nutritious Food Program (MBG) is a program introduced by the Indonesian government in 2025 to address nutritional issues among children, reduce stunting rates, and improve the quality of primary education. This research aims to evaluate the effectiveness of the implementation of the MBG program at the primary school level through a literature review approach. Findings from this study indicate that MBG has a positive impact on children's nutritional status, including a decrease in stunting rates as well as an increase in students' concentration and attendance at school. This program also contributes to alleviating the economic burden on families and empowering local businesses. However, in its implementation, the program still faces several challenges, such as uneven food distribution, lack of facilities in schools, and varying understandings of nutrition within the community. Periodic evaluation, infrastructure development, food quality supervision, and support from the local community are necessary to enhance the effectiveness of this program. This study concludes that MBG has significant potential in creating a healthy and high-quality younger generation, if it is supported by good management.

Keywords: Free Nutritious Food, Child Nutrition, Stunting, Basic Education, Program Evaluation.

PENDAHULUAN

Program makan bergizi gratis merupakan sebuah kebijakan dan inisiatif dari pemerintah yang bertujuan untuk menyediakan makanan sehat serta bergizi secara cuma-cuma kepada kelompok masyarakat tertentu, khususnya anak-anak usia sekolah dasar, sekolah menengah pertama hingga sekolah menengah atas. Hal ini dilakukan sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas pendidikan, kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Program ini dirancang untuk membantu pemenuhan kebutuhan gizi harian anak-anak, mengurangi angka stunting, serta mendorong kehadiran dan konsentrasi siswa di sekolah. Menurut Prof. Dr. Tria Astika EP, SKM., M.KM., makanan bergizi gratis merupakan program untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, asalkan sesuai dengan standar gizi seimbang dan memperhatikan faktor lain yang berhubungan dengan status gizi dan kesehatan anak.

Program makan bergizi gratis yang diinisiasi oleh Presiden Prabowo Subianto ini sejalan dengan target nutrisi global tahun 2025 yang telah ditetapkan oleh organisasi internasional seperti World Health Organization (WHO) dan United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) yang bertujuan untuk mengatasi masalah gizi yang masih menjadi hambatan utama dalam pembangunan sumber daya manusia (SDM). Target nutrisi global ini mencakup penurunan stunting, anemia, low birth weight, overweight, peningkatan pemberian ASI eksklusif, dan pengurangan wasting. WHO memandang program makan bergizi gratis sebagai bagian penting dari pendekatan promotif dan preventif dalam sistem kesehatan

masyarakat. Bagi WHO, akses terhadap makanan yang sehat dan bergizi adalah hak dasar manusia, dan penyediaan makanan bergizi, terutama bagi anak-anak, adalah upaya krusial dalam meningkatkan status gizi, imunitas, dan perkembangan kognitif mereka.

Pada tahun 2024, Indonesia masih menghadapi tantangan serius dalam menurunkan angka stunting. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi stunting nasional berada pada angka 21,5% hanya turun sekitar 0,8% dari tahun sebelumnya. Angka ini masih jauh dari target nasional sebesar 14% yang ditetapkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024. Guna mengatasi permasalahan ini, pemerintah meluncurkan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada awal 2025. Namun, persepsi masyarakat terhadap program ini beragam. Survei yang dilakukan oleh GoodStats menunjukkan bahwa hanya 21% masyarakat yang menyatakan setuju dengan program ini, sementara 20% lainnya memilih untuk tidak memberikan pendapat atau tidak tahu terkait program Makan Bergizi Gratis (MBG) ini. Hal ini mencerminkan kurangnya informasi yang sampai ke masyarakat mengenai tujuan dan pelaksanaan program tersebut.

Namun, implementasi program ini di berbagai daerah masih menghadapi tantangan yang signifikan. Beberapa laporan menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara makanan yang disajikan dengan standar gizi yang ditetapkan, porsi yang tidak merata, hingga jenis makanan yang kurang tepat bagi kebutuhan anak-anak usia sekolah. Hal ini menimbulkan pertanyaan tentang efektivitas program tersebut dalam mencapai tujuannya secara nyata di lapangan. Adapun juga Implementasi MBG di berbagai daerah menunjukkan dampak positif, seperti peningkatan semangat belajar dan kehadiran siswa di sekolah. Misalnya, di SDN Rawa Kompeni, Jakarta, program ini meningkatkan antusiasme siswa dan mengurangi beban ekonomi orang tua. Namun, tantangan seperti distribusi makanan yang tidak merata, keterbatasan infrastruktur sekolah, dan preferensi makanan siswa masih menjadi hambatan dalam pelaksanaan program.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas program makan bergizi gratis dengan pendekatan studi pustaka dan tinjauan literatur. Dengan mengkaji teori-teori yang relevan serta membandingkan temuan dari berbagai penelitian dan laporan implementasi program sejenis, studi ini berupaya memberikan gambaran yang komprehensif mengenai keberhasilan maupun tantangan dalam pelaksanaan program MBG di sekolah dasar di Indonesia pada tahun 2025.

LANDASAN TEORI

1. Program Makan Bergizi Gratis

Program makan bergizi gratis bertujuan untuk menyediakan makanan bergizi tanpa biaya bagi siswa, dengan fokus pada peningkatan kesehatan dan motivasi belajar mereka. Menurut data, sekitar 41% siswa di Indonesia mengalami kelaparan saat belajar, yang berdampak buruk pada konsentrasi dan prestasi akademik mereka. Oleh karena itu, tujuan utama program ini adalah meningkatkan asupan gizi siswa, mengurangi angka stunting serta mengatasi masalah gizi buruk di kalangan anak-anak, sekaligus mendorong motivasi dan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar. Penerima manfaat program ini mencakup anak-anak sekolah dari berbagai jenjang pendidikan, balita, ibu hamil, dan ibu menyusui (Merlinda & Yusmar Yusuf, 2025a).

Pelaksanaan program makan siang gratis di sekolah dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan. Beberapa contohnya mencakup penyediaan makan siang gratis secara universal, program-program yang ditargetkan, inisiatif yang direncanakan oleh pemerintah, serta program yang dipimpin oleh warga setempat dan sukarelawan. Tujuan dari penyediaan makan siang gratis bagi semua anak di sekolah yang memenuhi syarat ini adalah untuk meningkatkan keterlibatan siswa serta mengurangi kerawanan pangan (Turner, dkk. 2019; Zuercher, dkk. 2024 dalam Desiani & Syafiq, 2025).

2. Tujuan dan Filosofi Program

Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu program unggulan yang diluncurkan oleh pemerintahan Prabowo Subianto dan Gibran Rakabuming Raka. Program ini bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi harian anak-anak sekolah, dengan harapan dapat meningkatkan kesehatan dan prestasi belajar mereka. Sasaran dari program ini mencakup anak usia dini, siswa SD, SMP, SMA, dan SMK, santri di pesantren, serta ibu hamil, dengan total sebanyak 82,9 juta orang.

Program makan bergizi gratis adalah inisiatif untuk menyediakan makanan bergizi di sekolah dan pesantren, yang bertujuan untuk memperbaiki asupan gizi para pelajar (Sitanggang, dkk. 2024 dalam Andin et al., 2024). Dengan adanya program ini, diharapkan tercipta keadilan dalam proses belajar, karena semua siswa memiliki kesempatan yang sama untuk mendapatkan makanan bergizi. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan konsentrasi para siswa dalam belajar, tanpa memandang latar belakang ekonomi dan sosial mereka (Karomah, dkk. 2024 dalam Andin et al., 2024a).

Menurut Presiden Prabowo Subianto, latar belakang dilaksanakannya program makan bergizi gratis ini adalah fakta bahwa 25% anak di Indonesia tidak mendapatkan makanan bergizi setiap hari. Program ini bertujuan untuk mengatasi masalah kelaparan tanpa membedakan status ekonomi anak-anak di negeri ini. Sebagai bagian dari Percepatan Penurunan Stunting (PPS), strategi nasional program ini mengadopsi kerangka penyebab masalah gizi, yang mencakup faktor-faktor penentu gizi anak, penyebab utama malnutrisi, serta konteks yang memengaruhi masalah gizi di Indonesia (CISDI, 2024 dalam Andin et al., 2024).

3. Dampak Program Makan Bergizi Gratis

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan siswa dalam jangka panjang. Penelitian yang dilakukan oleh Rif'iy Qomarrullah dan rekan-rekannya pada tahun 2025 menunjukkan bahwa angka kejadian stunting dan malnutrisi mengalami penurunan yang signifikan di sekolah-sekolah swasta yang telah menerapkan program Asupan Gizi Baik (AGB) selama lebih dari lima tahun (Qomarrullah et al., 2025).

Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa siswa menjadi lebih aktif dalam kegiatan pembelajaran maupun ekstrakurikuler setelah mengikuti program AGB. Hal ini sejalan dengan temuan Grantham McGregor dan koleganya (2007) dalam (Qomarrullah et al., 2025) yang menyatakan bahwa anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang cukup menunjukkan perkembangan kognitif yang lebih baik dan kemampuan berkonsentrasi yang lebih tinggi dalam proses belajar. Oleh karena itu, MBG memiliki potensi untuk berkontribusi tidak hanya pada kesehatan fisik siswa, tetapi juga pada kesiapan mereka dalam mengikuti pembelajaran secara optimal.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Khusna Yulinda Udhiyanasari dalam (Merlinda & Yusmar Yusuf, 2025b) menyoroti peranan penting makanan sehat dalam meningkatkan konsentrasi belajar, khususnya bagi anak-anak yang menghadapi kesulitan belajar. Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa yang tidak sarapan atau mengonsumsi makanan tidak seimbang cenderung mengalami kesulitan fokus dan lebih mudah merasa mengantuk. Sebaliknya, siswa yang secara rutin mengonsumsi sarapan bergizi seimbang menunjukkan peningkatan konsentrasi serta respons yang lebih baik selama proses belajar.

Selain itu, penelitian lain mengungkapkan bahwa kurangnya asupan gizi dapat berdampak negatif pada perkembangan otak anak. Anak-anak yang mengonsumsi makanan tinggi lemak jenuh dan gula berisiko mengalami penurunan daya ingat serta kemampuan belajar. Hal ini disebabkan oleh pengaruh glukosa dalam makanan yang dapat mengganggu metabolisme otak, sehingga menyebabkan anak cepat merasa lelah dan kehilangan fokus (Merlinda & Yusmar Yusuf, 2025b).

Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwa pola makan yang sehat dan bergizi memiliki dampak signifikan terhadap kemampuan belajar anak. Dengan memastikan bahwa anak-anak mendapatkan asupan nutrisi yang cukup, kita dapat membantu meningkatkan konsentrasi mereka dan mendukung keberhasilan akademik mereka di sekolah.

4. Manajemen dan Tata Kelola Program MBG

Pada 15 Agustus 2024, Presiden Jokowi telah mengukuhkan Badan Nasional Gizi melalui Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024. Lembaga ini diharapkan dapat menjadi pengelola yang bertanggung jawab atas program penyediaan makanan bergizi secara gratis. Badan Gizi Nasional dipimpin oleh Dewan Pengarah, yang terdiri dari Kepala Badan Gizi Nasional serta Wakil Kepala Badan Gizi Nasional.

Dalam struktur pelaksanaannya, terdapat berbagai posisi penting, termasuk kepala, wakil kepala, sekretariat utama, dan sejumlah deputi yang bertugas dalam berbagai bidang seperti sistem dan tata kelola, penyediaan dan penyaluran, promosi dan kerja sama, serta pemantauan dan pengawasan, di samping inspektorat utama (Salim, 2024 dalam Andin et al., 2024b).

Dadan Hindayana, Kepala Badan Gizi Nasional, mengungkapkan bahwa mereka telah mendirikan 85 satuan pelayanan untuk mendukung program Makanan Bergizi Gratis (MBG). Satuan pelayanan ini akan memberikan layanan kepada 3.000 anak sekolah yang berhak menerima makanan gratis. Fungsi satuan pelayanan ini lebih komprehensif dibandingkan dengan dapur umum, karena selain menyediakan makanan, juga berperan sebagai tempat memasak yang memanfaatkan produk pertanian lokal (Andin et al., 2024b).

5. Teori Evaluasi Model CIPP

Model CIPP (Context, Input, Process, and Product) adalah sebuah pendekatan evaluasi yang melihat keseluruhan proses sebagai suatu sistem. Konsep evaluasi ini diperkenalkan oleh Stufflebeam, yang menekankan bahwa tujuan utama dari evaluasi bukanlah untuk membuktikan, melainkan untuk melakukan perbaikan (Stufflebeam, H McKee dan B McKee, 2003:118 dalam Muryadi, 2017). Model CIPP dapat diterapkan dalam beragam bidang. Menurut Nana Sudjana dan Ibrahim (2004:246) dalam (Muryadi, 2017), masing-masing dimensi dalam model ini memiliki makna sebagai berikut:

- a. Evaluasi konteks mencakup analisis masalah yang berkaitan dengan lingkungan program atau kondisi objektif yang akan dilaksanakan. Proses ini berfokus pada analisis kekuatan dan kelemahan dari objek tertentu. Menurut Stufflebeam, evaluasi konteks adalah perhatian institusi yang bertujuan untuk mengidentifikasi peluang dan menilai kebutuhan.

- b. Evaluasi input melibatkan analisis sumber daya manusia yang berhubungan dengan pemanfaatan sumber-sumber yang tersedia. Pada tahap ini, perlu dipertimbangkan berbagai alternatif strategi yang dapat digunakan untuk mencapai suatu program. Identifikasi dan penilaian terhadap kapabilitas sistem serta desain strategi alternatif juga menjadi bagian penting dalam evaluasi ini.
- c. Evaluasi proses dirancang dan diterapkan selama pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini, penting untuk mengidentifikasi permasalahan dalam prosedur, baik itu terkait tatalaksana peristiwa maupun aktivitas lainnya. Setiap aktivitas perlu dimonitor secara jujur dan cermat untuk mencatat perubahan yang terjadi. Pencatatan harian menjadi sangat krusial, karena informasi tersebut dapat digunakan oleh pengambil keputusan untuk merumuskan tindak lanjut dan melakukan perbaikan.
- d. Evaluasi produk merupakan kumpulan deskripsi dan penilaian hasil yang berkaitan dengan konteks, input, dan proses, serta diinterpretasikan berdasarkan nilai dan layanan yang diberikan. Evaluasi ini bertujuan untuk mengukur keberhasilan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hasil evaluasi produk adalah catatan pencapaian yang menjadi dasar untuk pengambilan keputusan terkait perbaikan dan aktualisasi di masa mendatang.

Merlinda dan Yusmar Yusuf (2025) menemukan bahwa program Makan Bergizi Gratis (MBG) tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan motivasi belajar siswa, tetapi juga memainkan peran penting dalam pemberdayaan Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) lokal yang berfungsi sebagai penyedia bahan makanan. Temuan ini menegaskan bahwa program MBG memiliki dampak sosial dan ekonomi yang luas, sehingga menjadi dasar penting dalam menganalisis efektivitas pelaksanaan program di sekolah dasar (Merlinda & Yusmar Yusuf, 2025a).

Qomarrullah dkk. (2025) mengungkapkan bahwa program MBG terbukti efektif dalam menurunkan angka stunting dan anemia, serta meningkatkan kehadiran dan prestasi akademik siswa. Penelitian ini juga menekankan pentingnya keberlanjutan penyediaan pangan bergizi yang melibatkan komunitas lokal sebagai faktor kunci dalam mendukung keberhasilan program (Qomarrullah et al., 2025)

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (literature study) sebagai pendekatan penelitian. Metode ini digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis data dari literatur yang relevan dengan topik penelitian yang diteliti. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengakses berbagai sumber literatur seperti buku, jurnal ilmiah, artikel, dan dokumen terkait lainnya untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang Efektivitas Program Makan Siang Gratis (MBG) di Sekolah Dasar Indonesia Tahun 2025. Metode studi literatur merupakan kegiatan yang berkaitan dengan pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat dan mengelolah bahan penelitian (Yulia et al., 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Status gizi optimal pada anak usia sekolah dasar memegang peranan penting dalam menunjang pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang sehat. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi seimbang cenderung memiliki kemampuan konsentrasi belajar yang lebih baik dan hasil akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak-anak yang mengalami kekurangan atau kelebihan gizi (Fanjiang & Kleinman, 2007; Marti-Nicolovius, 2022). Dua bentuk permasalahan gizi yang paling umum ditemukan adalah stunting dan obesitas. Keduanya merupakan indikator gangguan gizi kronis maupun akut yang memberikan dampak jangka panjang terhadap produktivitas dan kesehatan anak di masa depan. Stunting yang disebabkan oleh kekurangan gizi berkepanjangan telah terbukti berpengaruh negatif terhadap pertumbuhan, perkembangan otak, serta performa akademik anak (Ali dkk., 2022; Argaw dkk., 2022a; Crookston dkk., 2011). Sementara itu, kelebihan berat badan dan obesitas juga memiliki kaitan dengan gangguan kognitif dan penurunan prestasi belajar (Fanjiang & Kleinman, 2007).

Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2022, terdapat sekitar 148 juta anak di bawah usia lima tahun di seluruh dunia yang mengalami stunting, sementara sekitar 37 juta anak mengalami kelebihan berat badan (UNICEF et al., 2023). Fakta ini menandakan bahwa masalah gizi merupakan isu global yang serius, terutama bagi anak-anak usia sekolah yang sedang berada dalam fase pertumbuhan yang cepat. Anak-anak dari keluarga berpenghasilan rendah menjadi kelompok yang paling rentan terhadap ketidakamanan pangan dan malnutrisi. Kurangnya akses terhadap makanan bergizi dapat menyebabkan keterbatasan energi, konsentrasi, dan semangat untuk belajar serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah (FAO dkk., 2023). Oleh karena itu, intervensi gizi melalui program-program bantuan seperti makan bergizi gratis di sekolah menjadi sangat penting sebagai upaya strategis untuk menjamin kesejahteraan dan masa depan generasi muda.

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang diluncurkan pada Januari 2025 oleh pemerintahan Presiden Prabowo Subianto merupakan inisiatif ambisius untuk meningkatkan status gizi dan kualitas pendidikan anak-anak Indonesia. Dengan anggaran sebesar Rp71 triliun untuk tahun pertama, program ini menargetkan 19,47 juta penerima manfaat, termasuk siswa sekolah dasar dan menengah serta ibu hamil. Tujuan utama dari program ini adalah untuk meningkatkan akses makanan sehat di kalangan siswa sekolah dasar dan menengah, serta menjamin kesetaraan gizi, terutama bagi siswa dari latar belakang ekonomi rentan. Program ini diuji coba di berbagai daerah, termasuk SMK Negeri 6 Medan, dengan harapan kelak diterapkan secara nasional.

Dalam pelaksanaannya, program MBG telah menunjukkan dampak positif, antara lain peningkatan semangat belajar dan kehadiran siswa. Sekolah-sekolah melaporkan bahwa siswa menjadi lebih bersemangat dan menunjukkan peningkatan dalam aktivitas belajar setelah mendapatkan makan bergizi. Selain itu, orang tua siswa merasa terbantu karena tidak perlu lagi menyediakan uang untuk makan siang anak-anak mereka, yang mengurangi beban ekonomi keluarga.

Namun, pelaksanaan program ini juga menghadapi beberapa tantangan. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat adanya perbedaan dalam penjadwalan makan yang dapat mengganggu aktivitas pembelajaran siswa. Beberapa sekolah memberikan makanan saat jam istirahat, sementara yang lain menghentikan pelajaran untuk memberikan makan, yang dapat mengganggu konsentrasi siswa. Selain itu, terdapat perbedaan dalam pendistribusian makanan yang berdampak pada kualitas dan ketepatan waktu penyajian.

Untuk memastikan keberlanjutan dan efektivitas program ini, evaluasi berkala sangat diperlukan. Pemerintah telah mengindikasikan pentingnya evaluasi rutin setiap 6 bulan untuk menilai dampak program dan melakukan perbaikan yang diperlukan. Selain itu, diperlukan standar operasional prosedur (SOP) yang jelas mengenai pengolahan dan penyajian makanan, serta standarisasi menu yang sesuai dengan pedoman gizi dari Kementerian Kesehatan.

Meskipun menghadapi berbagai tantangan, Program Makan Bergizi Gratis memiliki potensi besar untuk meningkatkan kualitas gizi dan pendidikan di Indonesia. Dengan evaluasi dan perbaikan yang berkelanjutan, program ini diharapkan dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi generasi penerus bangsa. Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu program unggulan nasional yang diluncurkan oleh Presiden ke-8 Republik Indonesia, Prabowo Subianto. Program ini bertujuan untuk meningkatkan akses makanan sehat dan bergizi bagi siswa sekolah dasar dan menengah, serta menjamin kesetaraan gizi di seluruh lapisan masyarakat, terutama bagi anak-anak dari keluarga kurang mampu. Sebagai langkah awal, program ini dilaksanakan dalam bentuk uji coba selama 24 hari, dimulai sejak Desember 2024 hingga Januari 2025, di sejumlah satuan pendidikan.

Pelaksanaan uji coba dibagi menjadi dua sesi, yaitu sesi pagi dan sesi siang. Pada sesi pagi, makanan dibagikan kepada siswa saat jam istirahat sekitar pukul 10.00, sementara pada sesi siang, makanan disalurkan sebelum proses pembelajaran dimulai. Sistem pembagian ini disesuaikan dengan jadwal masing-masing sekolah dan bertujuan untuk memaksimalkan konsumsi makanan pada waktu yang tepat. Dalam pelaksanaannya, program ini melibatkan berbagai pihak terkait. Pemerintah provinsi menunjuk penyedia jasa katering resmi sebagai penyedia makanan yang telah memenuhi standar gizi. Di tingkat sekolah, proses distribusi makanan dibantu oleh wali kelas, yang bertugas memastikan seluruh siswa menerima jatah makan tanpa ada yang terlewat. Selain itu, sistem pencatatan dan pengawasan ketat diterapkan untuk menjamin akuntabilitas dan efektivitas pelaksanaan program. Konsep “kantin gratis” menjadi pendekatan utama, dengan makanan disiapkan dan disalurkan secara langsung kepada siswa di lingkungan sekolah, di bawah pengawasan pihak sekolah.

Program MBG mendapat sambutan positif dari banyak pihak karena dinilai mampu meringankan beban ekonomi keluarga, meningkatkan partisipasi siswa di sekolah, serta membentuk kebiasaan makan sehat sejak dini. Namun demikian, tantangan dalam implementasi seperti keterlambatan distribusi, kualitas makanan yang belum seragam, serta kendala dalam penjadwalan makan menunjukkan perlunya evaluasi dan penyempurnaan berkelanjutan. Dengan manajemen yang baik dan koordinasi antar lembaga yang optimal, program ini berpotensi besar memberikan dampak jangka panjang terhadap peningkatan kualitas pendidikan dan kesehatan generasi muda Indonesia.

Program Makan Bergizi Gratis di sekolah dasar Indonesia adalah bagian dari upaya pemerintah untuk mengatasi masalah malnutrisi, meningkatkan kesehatan anak-anak, serta memperbaiki kualitas pendidikan di tingkat dasar. Meskipun program ini terlihat menjanjikan, penting untuk menganalisis lebih dalam dampak serta tantangan yang dihadapi dalam pelaksanaannya. Dalam pembahasan ini, kami akan mengulas lebih lanjut mengenai dampak program makan bergizi gratis, tantangan dalam implementasi, serta langkah-langkah yang dapat diambil untuk meningkatkan efektivitas program ini.

1. Dampak Program Makan Bergizi Gratis terhadap Status Gizi Siswa

Status gizi anak-anak adalah salah satu faktor yang paling krusial untuk mendukung perkembangan fisik dan mental mereka, terutama di usia dini yang merupakan periode kritis untuk perkembangan otak. Program makan bergizi gratis diharapkan dapat memperbaiki status gizi anak-anak yang selama ini terhambat karena keterbatasan ekonomi keluarga.

Tabel 1 Dampak Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Status Gizi Siswa

No	Aspek Dampak	Uraian
1	Penurunan Stunting	Potensi penurunan 10–15% dalam 3–5 tahun
2	Pengurangan Obesitas	Pola makan lebih sehat dan terkontrol
3	Peningkatan Kesehatan Umum	Asupan gizi mendukung sistem imun, menurunkan absensi
4	Konsentrasi dan Daya Ingat	Nutrisi mendukung fungsi otak dan daya ingat
5	Kehadiran di Sekolah	Anak lebih sehat dan termotivasi hadir
6	Keterampilan Sosial dan Psikologis	Mengurangi rasa malu, membentuk interaksi sosial

1) Penurunan Stunting

Stunting adalah kondisi di mana anak mengalami pertumbuhan fisik yang terhambat akibat kekurangan gizi kronis. Menurut data dari Kementerian Kesehatan, sekitar 30% anak Indonesia mengalami stunting, yang dapat berpengaruh jangka panjang terhadap kemampuan fisik, intelektual, dan produktivitas anak di masa depan. Program makan bergizi gratis memiliki potensi besar untuk mengurangi prevalensi stunting ini, karena memberikan akses langsung kepada anak-anak terhadap makanan yang mengandung nutrisi penting, seperti protein, karbohidrat, lemak sehat, serta vitamin dan mineral yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh beberapa lembaga internasional menunjukkan bahwa program makan bergizi di sekolah dapat menurunkan prevalensi stunting hingga 10-15% dalam periode tiga hingga lima tahun. Dengan menyediakan makanan bergizi setiap hari, anak-anak yang sebelumnya kekurangan asupan gizi dapat memperoleh nutrisi yang lebih seimbang, yang akan mendukung pertumbuhan tinggi badan dan perkembangan otak yang optimal.

2) Pengurangan Obesitas

Selain stunting, masalah obesitas juga menjadi perhatian besar di Indonesia. Kelebihan berat badan pada anak dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung. Program makan bergizi gratis, jika dilaksanakan dengan benar, dapat membantu mengurangi prevalensi obesitas dengan memberikan makanan yang lebih sehat dan terkontrol porsi. Di beberapa daerah, obesitas pada anak mulai menjadi masalah serius, terutama dengan pola makan yang cenderung mengarah pada konsumsi makanan cepat saji yang tinggi gula dan lemak.

Meskipun pengaruh jangka pendek dari program ini terhadap obesitas mungkin belum tampak jelas, diharapkan dengan pola makan yang lebih terkontrol dan bergizi, anak-anak akan mengembangkan kebiasaan makan yang lebih sehat, yang akan berkontribusi pada penurunan angka obesitas di Indonesia.

3) Peningkatan Kesehatan dan Daya Tahan Tubuh

Selain mengurangi stunting dan obesitas, pemberian makanan bergizi juga berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan umum anak. Makanan yang bergizi mendukung fungsi sistem imun, yang memungkinkan tubuh anak untuk lebih tahan terhadap infeksi dan penyakit. Dengan meningkatkan asupan zat gizi mikro, seperti vitamin A, C, D, dan zinc, anak-anak yang terlibat dalam program ini akan memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik, sehingga tingkat absensi mereka akibat sakit bisa berkurang. Peningkatan daya tahan tubuh ini tentu juga berpengaruh pada kemampuan anak untuk mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah, karena mereka tidak sering absen dan dapat fokus lebih baik dalam proses belajar.

2. Dampak Program Makan Bergizi Gratis terhadap Kinerja Akademik

Kinerja akademik anak-anak sangat dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk status gizi. Anak-anak yang kurang gizi seringkali mengalami kesulitan dalam belajar, yang tercermin dalam kemampuan kognitif yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak yang mendapat gizi yang memadai.

1) Meningkatkan Konsentrasi dan Daya Ingat

Salah satu dampak yang paling signifikan dari pemberian makan bergizi adalah peningkatan daya konsentrasi dan daya ingat siswa. Makanan yang bergizi menyediakan bahan bakar yang dibutuhkan otak untuk berfungsi secara optimal. Karbohidrat kompleks, protein, lemak sehat, serta vitamin dan mineral sangat penting untuk mendukung fungsi kognitif, seperti pemrosesan informasi dan memori jangka panjang. Penelitian yang dilakukan oleh Hecht dkk. (2020) menunjukkan bahwa anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang seimbang dapat fokus lebih lama dalam pelajaran dan memiliki tingkat retensi informasi yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang kelaparan atau kekurangan gizi. Dalam konteks ini, program makan bergizi gratis dapat menjadi faktor penting dalam mendorong hasil tes akademik, terutama dalam mata pelajaran yang memerlukan konsentrasi tinggi, seperti matematika dan sains.

2) Meningkatkan Kehadiran di Sekolah

Selain dampak langsung terhadap kinerja akademik, pemberian makan bergizi juga dapat mempengaruhi tingkat kehadiran siswa di sekolah. Anak-anak yang tidak mendapatkan makanan yang cukup di rumah cenderung lebih sering absen, baik karena kondisi kesehatan yang buruk maupun karena tidak bisa fokus di kelas. Program makan bergizi gratis mengurangi hambatan ini dengan memastikan semua anak mendapatkan makanan yang cukup setiap hari. Beberapa studi menunjukkan bahwa sekolah yang menerapkan program makan bergizi gratis memiliki tingkat kehadiran yang lebih tinggi, karena siswa merasa lebih energik dan termotivasi untuk datang ke sekolah. Dengan demikian, selain manfaat gizi, program ini juga dapat berkontribusi pada peningkatan kehadiran, yang tentu saja berdampak positif pada kinerja akademik anak.

3) Pengembangan Kemampuan Sosial dan Psikologis

Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang baik juga cenderung memiliki suasana hati yang lebih stabil, lebih sedikit mengalami gangguan emosional, dan lebih mudah berinteraksi dengan teman-teman mereka. Kehadiran makanan bergizi di sekolah juga menciptakan ruang bagi mereka untuk berbagi makanan dan pengalaman, yang mendukung pembentukan keterampilan sosial.

Dampak positif lainnya adalah mengurangi rasa malu bagi anak-anak yang berasal dari keluarga miskin. Mereka yang sebelumnya mungkin merasa berbeda karena tidak bisa

membawa bekal yang cukup ke sekolah, kini dapat merasakan keberagaman sosial yang lebih sehat melalui makan bersama di sekolah.

3. Tantangan dan Kendala dalam Implementasi Program Makan Bergizi Gratis

Meski memiliki potensi besar, pelaksanaan program makan bergizi gratis di sekolah dasar Indonesia masih menghadapi berbagai tantangan yang perlu diatasi untuk mencapai hasil yang optimal.

Tabel 2. Tantangan Program Makan Bergizi Gratis

No	Tantangan	Penjelasan
1	Distribusi Makanan	Masalah logistik di daerah terpencil
2	Keterbatasan Fasilitas	Sarana penyajian dan tenaga kerja terbatas
3	Kualitas dan Variasi Makanan	Tidak semua makanan sesuai standar gizi
4	Edukasi kepada Orang Tua dan Masyarakat	Rendahnya kesadaran gizi di lingkungan rumah

1) Kendala Logistik dan Distribusi Makanan

Distribusi makanan menjadi salah satu masalah utama dalam pelaksanaan program ini, terutama di daerah-daerah terpencil. Proses pengadaan dan distribusi makanan ke seluruh sekolah dasar yang terdaftar dalam program makan bergizi gratis harus dilakukan dengan efisien dan tepat waktu. Keterbatasan infrastruktur transportasi, terutama di daerah yang sulit dijangkau, sering kali menyebabkan keterlambatan dalam pengiriman bahan makanan, yang dapat mempengaruhi kualitas makanan yang diterima oleh siswa.

2) Keterbatasan Sumber Daya di Sekolah

Beberapa sekolah mungkin menghadapi kendala dalam hal anggaran dan tenaga kerja untuk menyelenggarakan program ini secara efektif. Meskipun ada anggaran yang disediakan oleh pemerintah, jumlahnya mungkin tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan semua sekolah, terutama di daerah yang lebih terpencil. Dalam beberapa kasus, sekolah juga kesulitan untuk menyediakan fasilitas yang memadai untuk menyiapkan dan menyajikan makanan yang bergizi secara tepat.

3) Kurangnya Pengawasan dan Standar Kualitas Makanan

Pengawasan yang tidak ketat terhadap kualitas makanan yang disediakan menjadi tantangan lain dalam program ini. Di beberapa daerah, makanan yang diberikan tidak selalu memenuhi standar gizi yang tepat. Penyediaan makanan yang tidak seimbang atau tidak cukup bervariasi dapat mengurangi dampak positif program ini. Oleh karena itu, perlu ada pengawasan yang lebih ketat dari pihak berwenang untuk memastikan bahwa makanan yang disediakan benar-benar bergizi dan aman untuk dikonsumsi anak-anak.

4) Edukasi kepada Orang Tua dan Masyarakat

Meskipun makanan bergizi telah disediakan di sekolah, masih ada tantangan dalam membangun kesadaran dan kebiasaan makan sehat di rumah. Orang tua dan masyarakat perlu diberikan edukasi mengenai pentingnya gizi seimbang dan bagaimana mereka dapat

mendukung kebiasaan makan sehat di rumah. Hal ini akan memastikan bahwa manfaat yang diterima anak-anak di sekolah tidak hilang begitu saja setelah mereka pulang ke rumah.

4. Rekomendasi untuk Meningkatkan Efektivitas Program Makan Bergizi Gratis

Untuk meningkatkan efektivitas program makan bergizi gratis, penulis telah memuat beberapa rekomendasi untuk pemerintah yaitu sebagai berikut:

1) Peningkatan Infrastruktur dan Logistik

Perbaikan sistem distribusi makanan dan pengadaan bahan makanan yang lebih efisien harus menjadi prioritas. Ini bisa mencakup peningkatan akses jalan, penggunaan teknologi untuk pemantauan distribusi, dan pengadaan bahan makanan lokal yang lebih mudah dijangkau.

2) Peningkatan Pengawasan Kualitas Makanan

Pemerintah perlu memastikan bahwa setiap makanan yang disediakan memenuhi standar gizi yang ketat dan aman untuk dikonsumsi anak-anak. Ini memerlukan pelatihan bagi tenaga pengelola makanan di sekolah dan pemeriksaan rutin terhadap kualitas bahan makanan yang digunakan.

3) Edukasi kepada Orang Tua dan Masyarakat

Program ini harus didukung oleh pendidikan mengenai pola makan sehat kepada orang tua, sehingga mereka dapat mendukung kebiasaan makan sehat di rumah. Pendekatan berbasis komunitas juga dapat memperkuat dampak positif program ini.

4) Pelibatan Sumber Daya Lokal

Program ini juga dapat melibatkan komunitas lokal, seperti petani atau produsen makanan lokal, untuk menyediakan bahan makanan segar yang bergizi. Ini dapat membantu meningkatkan keberagaman gizi dan juga memberdayakan ekonomi lokal.

SIMPULAN

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di sekolah dasar Indonesia pada tahun 2025 merupakan langkah strategis untuk meningkatkan status gizi, kesehatan, dan kualitas pendidikan anak. Berdasarkan analisis literatur dan laporan implementasi, program ini menunjukkan efektivitas yang cukup tinggi dalam menurunkan prevalensi stunting, meningkatkan konsentrasi belajar, serta kehadiran siswa di sekolah. Namun, efektivitas tersebut belum sepenuhnya optimal karena masih ditemui kendala dalam distribusi makanan, keterbatasan infrastruktur, dan kualitas gizi yang belum seragam di seluruh daerah.

Untuk memastikan keberlanjutan dan peningkatan efektivitas program, diperlukan evaluasi berkala, penguatan standar operasional, serta pelibatan komunitas lokal dan edukasi gizi kepada masyarakat. Dengan tata kelola yang baik dan kolaborasi lintas sektor, Program MBG memiliki potensi besar sebagai fondasi dalam membangun generasi muda Indonesia yang sehat, cerdas, dan kompetitif.

DAFTAR PUSTAKA

Ajeng Atikah Merlinda, Y. Y. (2025). Analisis Program Makan Gratis Prabowo Subianto Andin, A., Risti, D., Latifah, I., Panuntun, M., Nur, M., Selviani, R., & Saptatiningsih, R. I. (2024a). Penerapan Nilai Pancasila Melalui Program Makan Bergizi Gratis. *Indonesian Journal of Education and Development Research*, 3(1), 370–383. <https://doi.org/10.57235/ijedr.v3i1.4684>

- Andin, A., Risti, D., Latifah, I., Panuntun, M., Nur, M., Selviani, R., & Saptatiningsih, R. I. (2024b). Penerapan Nilai Pancasila Melalui Program Makan Bergizi Gratis. *Indonesian Journal of Education and Development Research*, 3(1), 370–383. <https://doi.org/10.57235/ijedr.v3i1.4684>
- Bappenas. (2024). "Rencana Implementasi Program Makan Bergizi Gratis". Dokumen Resmi CNN Indonesia. (2024). "Hashim: Program Makan Gratis Prabowo Dua Kali Sehari, Pagi dan Siang"
- Detik.com. (2024). "Dukungan China dan AS untuk Program Makan Bergizi Gratis Prabowo". Diakses dari <https://www.detik.com/nasional/berita/d-7637468/dukungan-china-dan-desiani>
- Desiani, N., & Syafiq, A. (2025). Efektivitas Program Makan Gratis pada Status Gizi Siswa Sekolah Dasar: Tinjauan Sistematis. *Malahayati Nursing Journal*, 7(1), 27–48. <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i1.17497>
- Merlinda, A. A. & Yusmar Yusuf. (2025a). Analisis Program Makan Gratis Prabowo Subianto Terhadap Strategi Peningkatan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah Tinjauan dari Perspektif Sosiologi Pendidikan. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 7(2), 1364–1373. <https://doi.org/10.38035/rrj.v7i2.1360>
- Merlinda, A. A. & Yusmar Yusuf. (2025b). Analisis Program Makan Gratis Prabowo Subianto Terhadap Strategi Peningkatan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah Tinjauan dari Perspektif Sosiologi Pendidikan. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 7(2), 1364–1373. <https://doi.org/10.38035/rrj.v7i2.1360>
- Muryadi, A. D. (2017). MODEL EVALUASI PROGRAM DALAM PENELITIAN EVALUASI. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 3(1), 1–16. <https://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIP/article/download/538/522/>
- Qomarrullah, R., Suratni, S., Wulandari S, L., & Sawir, M. (2025). Dampak Jangka Panjang Program Makan Bergizi Gratis terhadap Kesehatan dan Keberlanjutan Pendidikan. *Indonesian Journal of Intellectual Publication*, 5(2), 130–137. <https://doi.org/10.51577/ijipublication.v5i2.660>
- AP News. (2024). Indonesia launches free meals program to feed children and pregnant women to fight malnutrition.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2024). Survei Kesehatan Indonesia 2023 dalam angka. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. [https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/\(Badan Kebijakan Kesehatan\)](https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/(Badan%20Kebijakan%20Kesehatan))
- GoodStats. (2024). Program Makan Bergizi Gratis Prabowo-Gibran dapat dukungan 77,6% positif dari masyarakat. [https://goodstats.id/article/program-makan-bergizi-gratis-prabowo-gibran-dapat-dukungan-77-6-positif-dari-masyarakat-zOfbG\(GoodStats\)](https://goodstats.id/article/program-makan-bergizi-gratis-prabowo-gibran-dapat-dukungan-77-6-positif-dari-masyarakat-zOfbG(GoodStats))
- Universitas Muhammadiyah Jakarta. (2025). Makan siang gratis untuk pelajar, apakah sesuai standar gizi? [https://umj.ac.id/opini-1/program-makan-siang-gratis-harus-memenuhi-standar-gizi-seimbang/\(Universitas Muhammadiyah Jakarta\)](https://umj.ac.id/opini-1/program-makan-siang-gratis-harus-memenuhi-standar-gizi-seimbang/(Universitas%20Muhammadiyah%20Jakarta))
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Membentengi anak dari stunting. [https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/172241330366a9ff0f7cfb354.27666859.pdf\(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia\)](https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/172241330366a9ff0f7cfb354.27666859.pdf(Kementerian%20Kesehatan%20Republik%20Indonesia))
- GoodStats. (2025). Penerima MBG capai 3,2 juta orang per April 2025. [https://data.goodstats.id/statistic/penerima-mbg-capai-32-juta-orang-per-april-2025-E0wZl\(GoodStats Data\)](https://data.goodstats.id/statistic/penerima-mbg-capai-32-juta-orang-per-april-2025-E0wZl(GoodStats%20Data))