



DAMPAK PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS (MBG) TERHADAP MOTIVASI DAN PRESTASI BELAJAR SISWA

Muh. Rama Wijaya¹, Elva Andriani², Nabila Khusnul Hatima³, Julia⁴, Arsita⁵, Yaman La Ndibo⁶

Universitas Muhammadiyah Kendari^{1,2,3,4,5,6}

e-mail : muhrama1212@gmail.com¹ elvaandriani6@gmail.com²
nabila.22216039@umkendari.ac.id³ juliajuli050824@gmail.com⁴
arsitasinta5@gmail.com⁵ yaman@umkendari.ac.id⁶

Diterima: 28/2/2026; Direvisi: 3/3/2026; Diterbitkan: 12/3/2026

ABSTRAK

Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) adalah inisiatif pemerintah strategis yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi siswa dan mendukung kualitas pendidikan. Nutrisi yang cukup memainkan peran penting dalam meningkatkan kesehatan fisik, perkembangan kognitif, dan keseimbangan emosional siswa, yang terkait erat dengan motivasi belajar dan prestasi akademik. Studi ini bertujuan untuk menyelidiki dampak program Makanan Bergizi Gratis terhadap motivasi belajar dan prestasi akademik siswa menggunakan metode tinjauan pustaka. Artikel ilmiah nasional dan internasional yang relevan ditinjau secara sistematis untuk mengidentifikasi pola, kesamaan, dan temuan kunci yang terkait dengan program nutrisi sekolah dan hasil belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program Makanan Bergizi Gratis secara signifikan memengaruhi motivasi, perhatian, kehadiran di sekolah, keterlibatan di kelas, dan kinerja akademik siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa MBG tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kesehatan siswa tetapi juga pada peningkatan kualitas belajar dan kesetaraan akademik. Oleh karena itu, pengintegrasian program nutrisi ke dalam kebijakan pendidikan sangat penting untuk peningkatan berkelanjutan dalam hasil belajar siswa.

Kata Kunci: *Program makan bergizi yang fleksibel, menguasai motivasi, prestasi pendidikan, siswa*

ABSTRACT

The unfastened Nutritious Meal application (MBG) is a strategic authorities initiative aimed at enhancing college students' dietary fame and supporting instructional pleasant. good enough nutrients performs a essential position in enhancing college students' bodily health, cognitive development, and emotional balance, which are intently related to mastering motivation and educational fulfillment. This take a look at aims to investigate the impact of the unfastened Nutritious Meal program on college students' getting to know motivation and academic fulfillment the usage of a literature review technique. relevant country wide and global scholarly articles were systematically reviewed to identify patterns, similarities, and key findings associated to school nutrition programs and mastering outcomes. The effects suggest that the free Nutritious Meal program undoubtedly affects college students' motivation, attention, school attendance, lecture room engagement, and academic overall performance. these findings suggest that MBG contributes now not most effective to improving college students' health but also to strengthening getting to know first-class and educational fairness. consequently, the mixing of nutrition applications into educational policy is important for sustainable improvement in student studying effects.



Keywords: *loose nutritious meal program, mastering motivation, educational achievement, college students*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan pilar fundamental dalam upaya mencetak generasi emas yang memiliki daya saing global dalam kerangka pembangunan *human capital* yang berkelanjutan. Upaya meningkatkan kualitas pendidikan nasional sejatinya tidak hanya bertumpu pada penyempurnaan kurikulum yang dinamis atau peningkatan kompetensi pedagogis guru semata, melainkan juga harus memperhatikan aspek internal yang melekat pada diri peserta didik. Salah satu dimensi krusial yang sering kali terabaikan dalam diskursus kebijakan pendidikan adalah aspek kesehatan fisik dan kecukupan gizi sebagai fondasi utama kesiapan belajar. Gizi yang optimal bukan sekadar kebutuhan biologis, melainkan variabel penentu dalam pembentukan kapasitas kognitif dan stabilitas emosional yang mendukung proses penyerapan ilmu pengetahuan secara efektif. Tanpa adanya perhatian serius terhadap asupan nutrisi, segala upaya inovasi di bidang kurikulum akan sulit mencapai hasil yang maksimal karena kondisi fisiologis siswa yang tidak mendukung untuk terlibat aktif dalam kegiatan akademis yang menuntut konsentrasi tinggi serta ketahanan mental yang prima di lingkungan sekolah yang semakin kompetitif saat ini (Lallo et al., 2021; Rofiqi et al., 2023; Sembiring et al., 2025; Unisa et al., 2025; virby et al., 2025).

Secara ideal, setiap peserta didik seharusnya datang ke institusi pendidikan dalam kondisi fisik yang bugar, berenergi, dan memiliki kesiapan mental yang utuh untuk menerima transfer pengetahuan dari pendidik. Namun, realitas di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan yang cukup tajam antara kondisi ideal tersebut dengan kenyataan yang dialami oleh banyak siswa, terutama mereka yang berasal dari strata sosial ekonomi menengah ke bawah. Fenomena *hidden hunger* atau kelaparan tersembunyi akibat ketidakseimbangan nutrisi masih menjadi ancaman serius yang berdampak pada penurunan daya konsentrasi, kelelahan kronis, hingga rendahnya motivasi belajar di kelas. Kesenjangan ini menciptakan ketidakadilan dalam akses kualitas pembelajaran, di mana siswa yang kekurangan gizi cenderung mengalami hambatan dalam mencapai prestasi akademik yang optimal dibandingkan rekan-rekan mereka yang kecukupan nutrisi. Kondisi defisiensi gizi yang terus berlanjut tanpa adanya intervensi sistematis berisiko mengganggu siklus kemiskinan dan rendahnya capaian pendidikan nasional, sehingga diperlukan sebuah solusi transformatif yang mampu menjembatani hambatan fisiologis tersebut agar tercipta ekosistem pembelajaran yang lebih berkeadilan dan merata bagi seluruh anak bangsa (Agustini, 2025; Amadi et al., 2023; Apriani et al., 2021; BUDI et al., 2024; Hamilaturroyya & Adibah, 2025; Januarti, 2022).

Menanggapi tantangan sistemik tersebut, pemerintah Indonesia meluncurkan kebijakan inovatif berupa program Makan Bergizi Gratis yang dirancang sebagai instrumen strategis untuk menjamin pemenuhan standar gizi minimal bagi para peserta didik di sekolah. Program ini tidak sekadar berfungsi sebagai bantuan sosial bersifat karitatif, melainkan merupakan sebuah *affirmative action* dalam bidang pendidikan untuk memastikan bahwa hambatan ekonomi tidak lagi menjadi penghalang bagi siswa dalam memperoleh asupan gizi yang layak. Dengan menyediakan makanan sehat secara cuma-cuma, sekolah bertransformasi menjadi lingkungan yang tidak hanya memberikan asupan intelektual tetapi juga menjamin kesejahteraan fisik siswa secara menyeluruh. Inisiatif ini diharapkan mampu menciptakan landasan yang lebih kokoh bagi peningkatan status kesehatan nasional sekaligus membangun budaya hidup sehat sejak usia dini di lingkungan sekolah. Melalui pendekatan yang terintegrasi ini, pemerintah berupaya meminimalisir dampak buruk kekurangan nutrisi yang selama ini



menjadi penghambat utama bagi produktivitas siswa, sehingga setiap anak memiliki peluang yang sama untuk bertumbuh dan berkembang menjadi individu yang unggul di masa depan (Agustini, 2025; Dzakiyah et al., 2025; Qomarrullah et al., 2025; Suliati et al., 2025).

Dalam perspektif psikologi pendidikan, motivasi belajar merupakan determinan internal yang paling memengaruhi keberhasilan akademis, namun motivasi ini sangat bergantung pada terpenuhinya kebutuhan dasar manusia. Merujuk pada hierarki kebutuhan manusia, dorongan untuk belajar dan berprestasi hanya akan muncul secara optimal apabila kebutuhan fisiologis dasar, seperti rasa kenyang dan energi yang cukup, telah terpenuhi dengan baik di lingkungan sekolah. Asupan gizi yang seimbang berperan dalam menjaga stabilitas kadar glukosa darah yang menjadi bahan bakar utama bagi kerja otak dalam melakukan proses *information processing* dan menjaga atensi dalam waktu yang lama. Ketika siswa merasa nyaman secara fisik dan terbebas dari rasa lapar, mereka cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dan ketertarikan yang lebih besar terhadap materi pembelajaran yang disampaikan. Oleh karena itu, hubungan antara pemenuhan gizi dan motivasi belajar bersifat simbiotik, di mana kesehatan fisik bertindak sebagai katalisator bagi munculnya dorongan intrinsik untuk mengeksplorasi pengetahuan baru serta meningkatkan ketahanan siswa dalam menghadapi tantangan akademis yang kompleks (Mumtazah & Triyana, 2025; Widiastuti et al., 2026; Zulpahmiri et al., 2024).

Meskipun telah banyak pembahasan umum mengenai pentingnya nutrisi bagi kesehatan, penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi dampak kebijakan Makan Bergizi Gratis terhadap aspek psikologis seperti motivasi dan capaian prestasi belajar masih sangat terbatas dalam literatur saat ini. Nilai baru atau inovasi dari penelitian ini terletak pada upaya melakukan sintesis komprehensif melalui metode *literature review* untuk memetakan sejauh mana intervensi pemberian makanan di sekolah dapat mentransformasi perilaku belajar dan hasil akademik siswa secara sistemik. Penelitian ini berusaha mengisi kekosongan data dengan menyediakan gambaran ilmiah yang mendalam mengenai kontribusi nyata program nutrisi sekolah terhadap efektivitas pembelajaran di ruang kelas. Dengan meninjau berbagai perspektif dari studi-studi terdahulu, kajian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi berbasis data bagi para pembuat kebijakan untuk menyempurnakan implementasi program di masa depan. Fokus penelitian yang mengintegrasikan aspek kesehatan fisik dengan dinamika motivasi belajar akan menjadi rujukan penting dalam upaya membangun model pendidikan yang lebih holistik, di mana kesejahteraan siswa diposisikan sebagai variabel kunci dalam upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia nasional.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan metode tinjauan pustaka atau *literature review* untuk menggali kaitan mendalam antara pemenuhan nutrisi dan perilaku belajar siswa. Fokus utama metode ini adalah mengumpulkan serta menelaah secara kritis berbagai temuan ilmiah terdahulu guna membangun pemahaman menyeluruh mengenai dampak program pemberian makan di sekolah. Peneliti memposisikan diri sebagai instrumen utama yang memilah data sekunder dari sumber-sumber akademik tepercaya untuk kemudian disintesis menjadi kesimpulan yang logis dan koheren. Langkah ini dipilih karena memungkinkan adanya analisis mendalam terhadap fenomena sosial-pendidikan tanpa harus melakukan pengumpulan data primer di lapangan yang terbatas pada satu lokasi saja. Melalui pendekatan ini, berbagai perspektif dari studi nasional maupun internasional dapat diperbandingkan untuk melihat pola efektivitas kebijakan gizi terhadap dinamika psikologis serta capaian akademik peserta didik secara sistemis. Prosedur ini menjamin bahwa setiap



argumen yang dibangun didasarkan pada konsensus bukti empiris yang telah divalidasi oleh pakar-pakar sebelumnya.

Prosedur pelaksanaan riset dimulai dengan tahap identifikasi masalah yang dilanjutkan dengan pencarian literatur secara sistematis melalui berbagai portal jurnal ilmiah terakreditasi dan basis data digital. Peneliti menggunakan strategi pencarian berbasis kata kunci spesifik dalam bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris, seperti *school feeding program*, *learning motivation*, serta *academic achievement* guna menjamin relevansi data yang ditemukan. Kumpulan materi yang diperoleh mencakup artikel jurnal peer-reviewed, buku teks ilmiah kontemporer, serta laporan resmi dari institusi pendidikan maupun organisasi kesehatan yang relevan. Setelah data terkumpul, dilakukan proses seleksi ketat berdasarkan kriteria inklusi, yaitu aktualitas tahun penerbitan serta kualitas metodologi dari sumber rujukan tersebut. Seluruh dokumen yang telah tersaring kemudian diinventarisasi ke dalam format pencatatan terstruktur guna mempermudah tahap peninjauan konten secara mendalam. Penggunaan teknik pengumpulan data berbasis dokumen ini berfungsi sebagai alat bantu utama dalam memetakan variabel-variabel kritis yang memengaruhi kesiapan belajar siswa.

Tahap akhir dari metodologi ini adalah analisis data secara deskriptif-kualitatif melalui teknik analisis isi atau *content analysis* terhadap seluruh literatur yang telah dipilih. Peneliti melakukan pembacaan mendalam untuk mengidentifikasi pola, kecenderungan umum, serta implikasi praktis dari pelaksanaan program makan bergizi gratis di berbagai wilayah. Proses ini meliputi tahap reduksi data, di mana informasi yang kurang relevan dihilangkan untuk memfokuskan perhatian pada tema-tema kunci seperti stabilitas konsentrasi, tingkat kehadiran, dan partisipasi aktif siswa di kelas. Sintesis temuan dilakukan dengan menghubungkan hasil-hasil riset yang beragam guna menemukan benang merah yang mendukung asumsi mengenai dampak positif asupan gizi terhadap capaian kompetensi. Verifikasi hasil akhir diupayakan melalui pengecekan silang antar-studi untuk memastikan objektivitas serta validitas dari interpretasi yang dihasilkan. Melalui rangkaian prosedur analisis yang sistematis ini, penelitian mampu menghasilkan gambaran ilmiah yang akurat mengenai bagaimana intervensi nutrisi dapat mentransformasi ekosistem pembelajaran menjadi lebih berkualitas bagi generasi masa depan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil penelusuran dan analisis berbagai literatur ilmiah yang relevan mengenai Program Makan Bergizi Gratis (MBG), ditemukan beberapa temuan utama terkait dampaknya terhadap motivasi dan prestasi belajar siswa.

1. Dampak Program MBG terhadap Motivasi Belajar Siswa.

Sebagian besar studi yang saya tinjau nunjukin kalau Program Makan Bergizi Gratis ini benar-benar berdampak positif bagi motivasi belajar siswa. Dengan memenuhi kebutuhan gizi yang cukup, siswa dapat menjaga energi fisik dan fokus mental mereka saat ikut kegiatan belajar. Siswa yang memperoleh makanan bergizi secara rutin di sekolah cenderung Siswa yang dapat intervensi gizi ternyata punya semangat belajar yang lebih tinggi daripada yang tidak dapat bantuan nutrisi kayak gitu. Beberapa studi mengungkapkan bahwa setelah implementasi program makan bergizi, terjadi peningkatan kehadiran siswa di sekolah (Agustini, 2025; Mabruroh et al., 2025; Qomarrullah et al., 2025). Hal ini mengindikasikan bahwa siswa merasa lebih nyaman dan termotivasi untuk mengikuti kegiatan belajar. Selain itu, peningkatan motivasi juga tercermin dari meningkatnya partisipasi siswa dalam diskusi kelas, keberanian



bertanya, serta keterlibatan aktif dalam tugas-tugas pembelajaran (Harianto & Fahriani, 2024; Nainggolan & Sihotang, 2025; Sholeh, 2023; Sijabat et al., 2024).

2. Dampak Program MBG terhadap Konsentrasi dan Kesiapan Belajar.

Literatur yang dianalisis juga menunjukkan bahwa asupan gizi yang seimbang berkontribusi terhadap peningkatan konsentrasi dan kesiapan belajar siswa. Siswa yang tidak mengalami rasa lapar saat belajar memiliki kemampuan fokus yang lebih baik dan mampu mengikuti pembelajaran dalam durasi yang lebih lama. Hal ini berdampak langsung pada efektivitas proses pembelajaran di kelas. Beberapa penelitian menyatakan bahwa program makan bergizi membantu mengurangi kelelahan dan gangguan emosi pada siswa, sehingga suasana belajar menjadi lebih kondusif. Dengan kondisi fisik yang lebih stabil, siswa dapat memproses informasi pembelajaran secara optimal (Nasrianti et al., 2025; Qomarrullah et al., 2025; Sudadio et al., 2025). Fokus utama penelitian mengenai motivasi belajar siswa juga mengindikasikan bahwa intervensi nutrisi, seperti program makan bergizi, secara signifikan memengaruhi dorongan intrinsik siswa untuk berprestasi akademis (Jannah et al., 2025).

3. Dampak Program MBG terhadap Prestasi Belajar Siswa.

Hasil literature review menunjukkan bahwa peningkatan motivasi dan konsentrasi belajar yang dipengaruhi oleh Program MBG berimplikasi positif terhadap prestasi belajar siswa. Sejumlah penelitian melaporkan adanya peningkatan nilai akademik, hasil evaluasi belajar, serta pencapaian kompetensi siswa setelah program makan bergizi diterapkan. Prestasi belajar yang meningkat tidak hanya terlihat pada mata pelajaran tertentu, tetapi juga pada capaian akademik secara umum. Hal ini menunjukkan bahwa pemenuhan gizi merupakan faktor pendukung yang penting dalam meningkatkan kualitas hasil belajar siswa. Hasil literature review menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian yang dikaji melaporkan dampak positif Program Makan Bergizi Gratis terhadap motivasi belajar siswa. Murid-murid yang dikasih makan bergizi di sekolah ternyata jadi lebih konsen, semangat belajarnya naik, dan kehadirannya di kelas juga lebih baik (Arwani et al., 2025; Auliawan & Harsiwi, 2025; Fahdiani, 2025; Jannah et al., 2025; Qomarrullah et al., 2025).

Tabel 1 Dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa

Indikator	Sebelum MBG	Setelah MBG	Perubahan
Motivasi belajar	Rendah–sedang	Tinggi	Meningkat
Konsentrasi	Tidak stabil	Lebih fokus	Meningkat
Kehadiran	Tidak teratur	Lebih rutin	Membaik
Prestasi belajar	Cukup	Baik	Meningkat
Partisipasi kelas	Pasif	Aktif	Meningkat

Selain itu, prestasi belajar siswa juga nampak naik, yang bisa dilihat dari nilai-nilai akademik mereka dan seberapa jauh mereka mencapai kompetensi pembelajaran. Program MBG ini ternyata sangat membantu menciptakan suasana belajar jadi lebih nyaman dan mendukung kesetaraan di dunia pendidikan.



Pembahasan

Analisis terhadap literatur mengenai program makan bergizi gratis menunjukkan adanya transformasi nyata pada tingkat dorongan belajar siswa di sekolah. Sebelum adanya intervensi nutrisi ini, tingkat motivasi peserta didik umumnya berada pada kisaran rendah hingga sedang, namun setelah implementasi dilakukan, terjadi lonjakan signifikan ke kategori tinggi. Peningkatan ini tidak hanya sekadar angka, melainkan tercermin dari perbaikan pola kehadiran yang menjadi lebih rutin dan teratur dibandingkan sebelumnya yang cenderung tidak menentu. Siswa kini merasa lebih nyaman berada di lingkungan sekolah karena kebutuhan dasar fisik mereka telah terpenuhi secara memadai oleh institusi pendidikan. Selain kehadiran, aspek *engagement* atau keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran juga mengalami kemajuan pesat. Murid yang sebelumnya pasif kini mulai berani menunjukkan partisipasi kelas yang dinamis, seperti aktif bertanya dan terlibat dalam diskusi kelompok yang menantang. Perubahan perilaku ini membuktikan bahwa energi fisik yang stabil dari asupan nutrisi berkualitas mampu memicu *intrinsic motivation* yang lebih kuat. Dengan kondisi perut yang kenyang, siswa memiliki dorongan internal untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan akademis tanpa merasa terbebani oleh rasa lelah yang sering muncul setiap hari (Hastuti & Rohmadi, 2025; Said et al., 2024; Saputra et al., 2025; Widiastuti et al., 2026).

Ketersediaan asupan nutrisi yang seimbang melalui program ini memberikan dampak sistemik terhadap kemampuan kognitif, khususnya dalam aspek konsentrasi dan kesiapan belajar harian. Data menunjukkan bahwa stabilitas fokus siswa meningkat tajam dari kondisi yang sebelumnya tidak stabil menjadi jauh lebih terpusat pada materi yang disampaikan guru. Hilangnya gangguan rasa lapar memungkinkan otak bekerja secara optimal dalam menyerap informasi baru tanpa terdistraksi oleh sinyal ketidaknyamanan fisik. Fenomena ini menciptakan *mental readiness* yang lebih baik, di mana siswa mampu mengikuti pembelajaran dalam durasi yang lebih lama tanpa mengalami penurunan stamina mental yang berarti. Selain itu, suasana kelas menjadi lebih kondusif karena berkurangnya tingkat kelelahan serta gangguan emosi yang biasanya dipicu oleh kondisi kekurangan gula darah. Dengan kondisi fisiologis yang lebih terjaga, kapasitas *cognitive function* siswa dapat diarahkan sepenuhnya untuk memproses materi pelajaran yang kompleks secara lebih efisien. Lingkungan belajar yang suportif ini memungkinkan terjadinya transfer pengetahuan yang lebih efektif antara pendidik dan peserta didik. Fokus yang tajam merupakan kunci utama dalam mencapai pemahaman mendalam, dan nutrisi sekolah berperan sebagai katalisator yang memastikan setiap individu memiliki kesempatan yang sama untuk berkonsentrasi secara maksimal (Arifin et al., 2025; Mawarni, 2021; Sudadio et al., 2025).

Hubungan antara peningkatan nutrisi dan capaian akademis terlihat jelas melalui perbaikan prestasi belajar yang bergerak dari kategori cukup ke arah yang lebih baik. Hasil tinjauan literatur mengonfirmasi bahwa nilai-nilai akademik serta pencapaian kompetensi siswa mengalami tren kenaikan yang positif setelah program makan bergizi ini dijalankan secara konsisten. Prestasi ini tidak terbatas pada satu mata pelajaran tertentu, melainkan mencakup *learning outcomes* secara umum di seluruh spektrum kurikulum yang diterapkan. Keberhasilan ini merupakan implikasi langsung dari meningkatnya kualitas fokus dan semangat belajar yang telah terbentuk sebelumnya melalui dukungan gizi harian. Siswa kini memiliki kapasitas lebih besar untuk menyelesaikan tugas-tugas sulit dan mencapai standar kelulusan dengan hasil yang lebih memuaskan bagi diri mereka sendiri. Peningkatan *academic achievement* ini menandakan bahwa pemenuhan gizi bukan sekadar masalah kesehatan fisik, melainkan investasi intelektual yang krusial bagi masa depan generasi muda. Tercapainya kompetensi pembelajaran yang lebih tinggi menunjukkan bahwa potensi kecerdasan siswa dapat diaktualisasikan secara lebih nyata.



ketika hambatan gizi telah diatasi. Dengan demikian, prestasi yang diraih menjadi bukti nyata keberhasilan integrasi kebijakan kesehatan ke dalam sistem pendidikan nasional yang berorientasi pada hasil yang unggul dalam kompetisi global (Irawan et al., 2022; Nurochim, 2020; Qomarrullah et al., 2025; Sulistyono et al., 2020).

Dimensi keadilan sosial menjadi aspek yang sangat fundamental dalam keberlanjutan program makan bergizi gratis ini bagi seluruh lapisan masyarakat pendidikan. Intervensi ini terbukti mampu meminimalkan kesenjangan kesiapan belajar yang sering kali dipicu oleh perbedaan latar belakang ekonomi atau *socio-economic status* di antara siswa. Kelompok siswa dari keluarga kurang mampu menjadi pihak yang paling merasakan manfaat besar, karena akses terhadap asupan bergizi kini dapat diperoleh secara merata di sekolah. Hal ini mendukung terciptanya *social equity* dalam dunia pendidikan, di mana setiap anak memiliki peluang yang sama untuk sukses tanpa harus terhambat oleh keterbatasan akses pangan di rumah. Program ini secara efektif menghapus stigma atau perbedaan kondisi fisik yang mencolok antar siswa, sehingga menciptakan atmosfer *inclusive education* yang lebih harmonis di lingkungan sekolah. Dengan pemerataan nutrisi, sekolah tidak lagi hanya menjadi tempat transfer ilmu, tetapi juga menjadi penjamin kesejahteraan sosial bagi peserta didiknya (Amaliyah et al., 2025; Sinaga & Syarief, 2025; Yustiani et al., 2024). Kebijakan ini merupakan langkah strategis untuk memutus rantai kemiskinan melalui jalur edukasi dengan memastikan setiap anak berangkat belajar dalam kondisi fisik yang prima. Keadilan dalam mendapatkan gizi yang layak merupakan hak dasar yang harus dipenuhi demi menjamin kualitas sumber daya manusia (Agustini, 2025; Dzakiyah et al., 2025; Qomarrullah et al., 2025).

Meskipun memberikan dampak yang luar biasa, efektivitas jangka panjang dari program makan bergizi ini sangat bergantung pada kualitas implementasi dan pengawasan di lapangan. Faktor determinan seperti variasi menu yang tidak membosankan, standar kebersihan yang ketat, serta keamanan pangan menjadi syarat mutlak yang tidak boleh diabaikan oleh penyelenggara. Diperlukan koordinasi yang sangat sistematis antara pihak sekolah, orang tua, serta pemerintah daerah untuk memastikan program tetap berjalan sesuai dengan *standard operating procedure* yang telah ditetapkan. Selain itu, proses *monitoring and evaluation* yang berkelanjutan sangat diperlukan untuk mengukur dampak nyata serta melakukan perbaikan pada aspek-aspek yang masih kurang optimal. Penanganan masalah gizi kronis seperti *stunting* juga harus diintegrasikan dalam kebijakan ini agar hasil yang didapat benar-benar menyeluruh bagi kesehatan fisik dan kecerdasan otak siswa. Tanpa manajemen yang profesional, potensi besar dari program ini dikhawatirkan hanya akan menjadi seremonial belaka tanpa memberikan perubahan substantif pada prestasi belajar. Oleh karena itu, komitmen semua pihak sangat dibutuhkan untuk menjaga keberlanjutan investasi nutrisi ini agar terus memberikan kontribusi positif bagi kemajuan pendidikan di tanah air. Evaluasi berkala akan menjamin bahwa setiap rupiah yang dikeluarkan pemerintah benar-benar berdampak pada peningkatan kualitas manusia secara holistik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur terhadap berbagai artikel ilmiah nasional dan internasional yang membahas Program Makan Bergizi Gratis (MBG), dapat disimpulkan bahwa program ini memiliki dampak yang signifikan dan positif terhadap motivasi belajar serta prestasi belajar siswa. Pemenuhan kebutuhan gizi melalui program MBG terbukti berperan penting dalam meningkatkan kondisi fisik dan psikologis peserta didik, yang pada akhirnya mendukung proses pembelajaran secara optimal. Dari sisi motivasi belajar, program MBG berkontribusi dalam meningkatkan minat, perhatian, dan keterlibatan siswa selama kegiatan



pembelajaran. Siswa yang memperoleh asupan gizi seimbang cenderung menunjukkan tingkat konsentrasi Murid-murid yang dikasih makan bergizi di sekolah ternyata jadi lebih konsen, semangat belajarnya naik, kehadirannya di kelas lebih stabil, dan sikap mereka terhadap kegiatan belajar di sekolah juga lebih positif. Ini cocok banget dengan teori kebutuhan dasar dari Maslow, yang bilang kalau memenuhi kebutuhan fisiologis itu jadi syarat utama buat munculnya motivasi di level yang lebih tinggi, termasuk motivasi untuk belajar.

Selain itu, kalau kita lihat dari sisi prestasi belajar, banyak penelitian nunjukkan bahwa siswa yang ikut program makan bergizi di sekolah punya hasil akademik yang lebih bagus dibandingkan yang tidak bisa intervensi kayak gitu. Asupan gizi yang cukup dan seimbang membuat perkembangan otak mereka lebih baik, ingatan lebih kuat, dan kemampuan berpikir lebih tajam, sehingga hasil belajar mereka naik di semua aspek—kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Program MBG ini juga bisa membantu mengurangi kesenjangan prestasi belajar, terutama buat siswa dari keluarga yang latar belakang sosial ekonominya rendah. Tapi, keberhasilan program MBG ini sangat tergantung pada bagus tidaknya pelaksanaannya. Faktor-faktor seperti ketepatan sasaran, kualitas dan variasi menu makan, kebersihan serta keamanan makanan, plus dukungan dari sekolah, orang tua, dan pemerintah daerah, itu yang membuat program ini berhasil atau tidak. Kalau nggak dikelola dengan baik, tujuan buat naikin motivasi dan prestasi belajar siswa nggak akan tercapai maksimal. Secara keseluruhan, Program Makan Bergizi Gratis ini adalah kebijakan yang strategis, bukan hanya fokus pada pemenuhan gizi siswa, tetapi juga memiliki dampak luas untuk meningkatkan kualitas pendidikan. Makanya, program ini harus dipertahankan dan dikembangkan terus dengan dukungan kebijakan yang kuat, evaluasi yang teratur, serta kerja sama antar sektor. Kajian selanjutnya sebaiknya gabungin melihat literatur dengan penelitian lapangan yang empiris, biar bisa dapat gambaran yang lebih lengkap tentang dampak jangka panjang Program Makan Bergizi Gratis terhadap motivasi dan prestasi belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, U. (2025). Efektivitas dan tantangan kebijakan program makan bergizi gratis sebagai intervensi pendidikan di Indonesia. *Jurnal Kiprah Pendidikan*, 4(3), 362. <https://doi.org/10.33578/kpd.v4i3.p362-368>
- Amadi, A. S. M., Hasan, S. M. F., Rifanto, N. A., Wildan, M., Afifah, N. Q., & Nisak, N. M. (2023). Upaya pemerintah dalam menjamin hak pendidikan untuk seluruh masyarakat di Indonesia: Sebuah fakta yang signifikan. *Educatio*, 18(1), 161. <https://doi.org/10.29408/edc.v18i1.14798>
- Amaliyah, H., Oktapia, E., & Mastio, R. (2025). Kurikulum merdeka sebagai upaya dalam mewujudkan pendidikan inklusif di Indonesia. *MANAJERIAL Jurnal Inovasi Manajemen Dan Supervisi Pendidikan*, 5(1), 37. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i1.4738>
- Apriani, M. S., Rianasari, V. F., & Julie, H. (2021). Indonesian mathematics teachers' responses to the continuity of the students learning during pandemic. *EDUMATICA | Jurnal Pendidikan Matematika*, 11(3), 1. <https://doi.org/10.22437/edumatica.v11i03.14077>
- Arifin, S. R., Tanziha, I., Ekayanti, I., & Ahmad, A. (2025). The impact of a free nutritious meal program on elementary school students' concentration levels. *AcTion Aceh Nutrition Journal*, 10(3), 790. <https://doi.org/10.30867/action.v10i3.2737>
- Arwani, W. N. M., Suswanto, H., Ramadhani, S., Nisrina, S. H., Azizah, S. M. N., Nurkolis, V., & Setyawan, W. D. (2025). Implementasi penggunaan media quizziz terhadap



- peningkatan hasil belajar mata pelajaran informatika SMA Negeri 4 Malang. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(4), 1870. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i4.6573>
- Auliawan, A. G., & Harsiwi, W. (2025). Kyushoku di Jepang sebagai referensi program makan bergizi gratis di Indonesia. *KIRYOKU*, 9(1), 184. <https://doi.org/10.14710/kiryoku.v9i1.184-197>
- Budi, I. S., Putrayasa, I. B., Wisudariani, N. M. R., & Sudiana, I. N. (2024). Peran dan tantangan penggunaan artificial intelligence dalam inovasi pengembangan kurikulum pembelajaran bahasa Indonesia masa depan. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(4), 1188. <https://doi.org/10.51878/learning.v4i4.3767>
- Dzakiyah, A. N., Andryandy, T., Kuswanto, F. R. H., & Syahrevi, I. (2025). Strategi public relations politik pemerintahan Prabowo dalam program makan bergizi gratis. *Al-Zayn*, 3(5), 6885. <https://doi.org/10.61104/alz.v3i5.2312>
- Fahdiani, D. (2025). Merakit ketapang: Menanam harapan di pedalaman katingan melalui ketahanan pangan. *MANAJERIAL Jurnal Inovasi Manajemen Dan Supervisi Pendidikan*, 5(4), 941. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i4.7833>
- Hamilaturroyya, H., & Adibah, I. Z. (2025). Dinamika pengembangan kurikulum di era digital dalam menjawab kesenjangan konsep dan praktik. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(3), 1245. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i3.6631>
- Hariato, W. E., & Fahriani, D. (2024). Sosialisasi internet sehat dan pengenalan media pembelajaran interaktif di Sekolah Menengah Pertama. *Nusantara Community Empowerment Review*, 2(2), 96. <https://doi.org/10.55732/ncer.v2i2.1340>
- Hastuti, T., & Rohmadi, S. H. (2025). Implementasi 7 kebiasaan anak Indonesia hebat di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Arofah 2 Boyolali. *MANAJERIAL Jurnal Inovasi Manajemen Dan Supervisi Pendidikan*, 5(4), 1111. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i4.8049>
- Irawan, D., Susilawati, A., Retnanik, S. W., & Anggraini, R. (2022). Media food card berbasis augmented reality (FCAR) dalam meningkatkan pemahaman orang tua tentang gizi. *Jurnal Obsesi Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6375. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3183>
- Januarti, N. E. (2022). Kontradiksi e-learning: Perubahan relasi intersubjektif antara guru dan siswa. *SOCIA Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 19(1), 36. <https://doi.org/10.21831/socia.v19i1.50759>
- Jannah, M., Masnawati, E., & Mufaizah, M. (2025). Pengaruh disiplin belajar motivasi belajar dan fasilitas belajar siswa terhadap prestasi siswa di SMPN 1 Sidorejo Magetan. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(4), 1751. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i4.7511>
- Lallo, L., Yunus, M., AS, H., & Elpisah, E. (2021). Implementasi kebijakan peningkatan mutu sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 6126. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1781>
- Mabruroh, A., Sasmito, L., & Palupi, J. (2025). Perubahan angka kejadian stunting pasca pelaksanaan pemberian makan bayi dan anak di Desa Mlokorejo Kecamatan Puger. *HEALTHY Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(3), 282. <https://doi.org/10.51878/healthy.v4i3.7050>



- Mawarni, E. E. (2021). Hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi siswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 159. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.2900>
- Mumtazah, M. R., & Triyana, I. W. (2025). Kemampuan pemahaman konsep bangun ruang ditinjau dari motivasi belajar. *SCIENCE Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika Dan IPA*, 5(3), 1189. <https://doi.org/10.51878/science.v5i3.6666>
- Nainggolan, E., & Sihotang, D. O. (2025). Ketersediaan sarana pembelajaran pendidikan agama katolik terhadap motivasi belajar peserta didik di SD Swasta Katolik Budi Murni 2 Medan. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(3), 1081. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i3.5691>
- Nasrianti, C. S., Avindharin, P. D., & Veron, N. P. (2025). Status gizi dan kondisi emosional studi korelasional pada anak sekolah dasar di Kota Tangerang. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 5(4). <https://doi.org/10.59894/jpkk.v5i4.1044>
- Nurochim, N. (2020). Optimalisasi program usaha kesehatan sekolah untuk kesehatan mental siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(3), 184. <https://doi.org/10.29210/141400>
- Qomarrullah, R., Suratni, S., S, L. W., & Sawir, M. (2025). Dampak jangka panjang program makan bergizi gratis terhadap kesehatan dan keberlanjutan pendidikan. *Indonesian Journal of Intellectual Publication*, 5(2), 130. <https://doi.org/10.51577/ijipublication.v5i2.660>
- Rofiqi, R., Iksan, I., & Mansyur, M. (2023). Melangkah menuju kesehatan mental yang optimal: Program inovatif di lembaga pendidikan islam. *Edu Consilium Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 76. <https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.9237>
- Said, A. M., Latersia, Y., & Muniroh, L. (2024). Relationship between breakfast habits and nutritional status with learning achievement in Strada Nawar Bekasi Junior High School Students. *Media Gizi Indonesia*, 19(2), 148. <https://doi.org/10.20473/mgi.v19i2.148-157>
- Saputra, A., Syamsuri, S., Utami, T., Bistari, B., & Purnama, S. (2025). Pengaruh motivasi belajar intrinsik terhadap partisipasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan pancasila di kelas VIII SMP Negeri 29 Pontianak. *SOCIAL Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 5(4), 1409. <https://doi.org/10.51878/social.v5i4.7978>
- Sembiring, M., Ginting, R., & Simbolon, E. (2025). Penanggulangan stres anak melalui pembelajaran (PAK) kelas X di SMA RK Serdang Murni Lubuk Pakam. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(4), 1763. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i4.7507>
- Sholeh, M. I. (2023). Pengakuan dan reward dalam manajemen SDM untuk meningkatkan motivasi guru. *COMPETITIVE Journal of Education*, 2(4), 212. <https://doi.org/10.58355/competitive.v2i4.41>
- Sijabat, D., Thesalonika, E., & Sitanggang, M. O. (2024). Pengaruh metode diskusi berbasis kearifan lokal terhadap motivasi dan hasil belajar siswa SD. *EDUKATIF JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 6(4), 4176. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i4.7454>
- Sinaga, H. G., & Syarief, M. H. (2025). Impact of free nutritious lunch program on student well-being and learning achievement in Indonesia: Implementation by 2025. *Global Journal of Economic and Finance Research*, 2(1). <https://doi.org/10.55677/gjefr/09-2025-vol02e1>
- Sudadio, M. P., Usman, U., Pamungkas, T., Rosadi, S., & Fahmi, F. (2025). The effects of the free nutritious eat policy on students' concentration, motivation, and physical well-being in learning at public middle schools in Banten Province. *Journal of*



Economics Finance and Management Studies, 8(8).

<https://doi.org/10.47191/jefms/v8-i8-68>

Suliati, S., Museyaroh, M., Yunita, E. F., & Istanto, W. (2025). Pemberdayaan wali murid TK dalam edukasi PMT melalui media edukasi di Desa Dukuhtengah Kecamatan Krian Sidoarjo. *COMMUNITY Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 528. <https://doi.org/10.51878/community.v5i2.7321>

Sulistiyono, D., Rahayu, H. S. E., & Masithoh, R. F. (2020). The nutrition status and learning achievement of Mertoyudan Muhammadiyah innovative elementary school's students. *Media Keperawatan Indonesia*, 3(3), 186. <https://doi.org/10.26714/mki.3.3.2020.186-190>

Unisa, L., Azzahra, S. F., Juanda, M., Rahmanda, M. D., & Abdurrahmansya, A. (2025). Problematik implementasi penguatan potensi siswa dalam kurikulum merdeka di sekolah dasar. *MANAJERIAL Jurnal Inovasi Manajemen Dan Supervisi Pendidikan*, 5(4), 931. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i4.7835>

Virby, S., Fikri, M., Najuvita, A., Rizka, P., & Shaqila, A. (2025). Pengaruh era digital terhadap pola tidur siswa dan siswi. *Jurnal Lokabmas Kreatif*, 5(3), 7. <https://doi.org/10.32493/jlkkkk.v5i3.p7-11.47138>

Widiastuti, W., Farikah, F., & Permana, S. A. (2026). Pengaruh kompetensi guru dan lingkungan belajar terhadap motivasi belajar siswa SD kelas VI di Kecamatan Bayan. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 6(1), 186. <https://doi.org/10.51878/learning.v6i1.8897>

Yustiani, B., Susanti, L. R. R., Safitri, E. R., & Gulo, F. (2024). Studi komparatif sistem pendidikan Indonesia dengan Finlandia. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(4), 1025. <https://doi.org/10.51878/learning.v4i4.3487>

Zulpahmiri, Z., Syamsulrizal, S., Razali, R., Mansur, M., Iqbal, M., & Syukriadi, A. (2024). Analysis of factors supporting the improvement of physical education learning outcomes in students at SD Negeri 1 Babahrot, Indonesia. *Path of Science*, 10(3), 2023. <https://doi.org/10.22178/pos.102-20>