



DAMPAK MAKAN BERGIZI GRATIS (MBG) TERHADAP PEMBELAJARAN DI SD NEGERI 13 PALEMBANG

Anggy Vitarika^{1*}, Sukardi², Murjainah³

^{1*,2,3} Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
 Universitas PGRI Palembang

*Email: anggyvitarika794@gmail.com, sukardipgri12@gmail.com, murjainah@univ-palembang.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.37081/jipdas.v6i3.4879>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap proses pembelajaran siswa di SD Negeri 13 Palembang. Program MBG merupakan kebijakan pemerintah dalam upaya meningkatkan asupan gizi peserta didik yang diharapkan dapat mendukung peningkatan konsentrasi, keaktifan, serta hasil belajar siswa di lingkungan sekolah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian terdiri atas kepala sekolah, guru, dan siswa yang mengikuti program MBG. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi, wawancara, angket, serta dokumentasi. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan program MBG lebih aktif dalam mengikuti pelajaran, dan guru mengungkapkan bahwa kondisi fisik siswa yang lebih sehat turut mendukung peningkatan partisipasi mereka dalam proses belajar. Namun demikian, masih terdapat beberapa hambatan dalam pelaksanaan program seperti keterbatasan waktu dan kurangnya variasi menu yang disediakan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa Program MBG terbukti memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran siswa di SD Negeri 13 Palembang.

Kata Kunci: Makan Bergizi Gratis, Pembelajaran, Kualitatif, Sekolah Dasar.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia. Sejak lahir, anak memperoleh pendidikan pertama dari orang tua sebagai lingkungan terdekat, yang kemudian berlanjut ke lembaga pendidikan formal dan masyarakat (Sanjaya, 2020). Pendidikan memiliki peran strategis dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas serta berdaya saing tinggi. Salah satu faktor penting dalam proses pendidikan adalah motivasi belajar, karena tanpa motivasi pembelajaran tidak akan berlangsung optimal.

Dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 dijelaskan bahwa pendidikan bertujuan membentuk peserta didik yang berakhlak mulia, cerdas, mandiri, serta memiliki keterampilan yang berguna bagi dirinya dan masyarakat. Pendidikan menurut KBBI berasal dari kata didik, bermakna membimbing atau mengarahkan, sehingga pendidikan tidak hanya berorientasi pada pengetahuan, tetapi juga pembentukan karakter dan kemampuan hidup (Annisa, 2022). Dengan demikian, pendidikan menjadi fondasi utama dalam menciptakan peserta didik yang unggul dan berdaya saing.

Dalam proses pendidikan, perkembangan belajar siswa merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan. Perkembangan adalah proses perubahan sistematis, progresif, dan berkesinambungan sejak anak dilahirkan hingga dewasa. Proses ini mencakup perkembangan fisik, kognitif, emosional, sosial, dan bahasa yang dipengaruhi oleh pendidikan, pengalaman, dan lingkungan (Nomira, 2024). Guru memiliki peran penting dalam menciptakan suasana belajar aktif dan menyenangkan agar perkembangan siswa berjalan optimal (Desrinelti et al., 2021).

Selain aspek pendidikan, status gizi juga memiliki peran yang tidak kalah penting dalam perkembangan belajar siswa. Gizi merupakan zat-zat yang terkandung dalam makanan yang diperlukan oleh tubuh untuk pertumbuhan, pemeliharaan jaringan, serta penyediaan energi. Asupan gizi yang seimbang membantu otak bekerja secara optimal sehingga siswa lebih mudah berkonsentrasi



dan memahami pelajaran di kelas (Rayhan, 2021).

Salah satu upaya pemerintah dalam meningkatkan pemenuhan gizi peserta didik adalah Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Program ini menyediakan makanan sehat dan seimbang bagi anak sekolah dengan tujuan meningkatkan gizi, kesehatan, serta konsentrasi belajar. Program MBG di SD Negeri 13 Palembang telah berjalan selama kurang lebih tiga bulan dan mendapat respons positif dari siswa, guru, serta orang tua. Melalui program ini, setiap siswa mendapatkan satu kali makan bergizi setiap hari sekolah dengan menu yang disusun seimbang, mencakup sumber karbohidrat, protein hewani dan nabati, sayur, buah, serta air minum yang cukup.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di kelas V SD Negeri 13 Palembang, pelaksanaan program MBG telah berjalan sesuai dengan jadwal yang ditetapkan sekolah. Namun dampak dari program MBG terhadap pembelajaran belum terlihat secara jelas pada awal pelaksanaan. Belum ditemukan perubahan yang signifikan dalam aspek konsentrasi, keaktifan, partisipasi dalam diskusi, maupun antusiasme siswa yang dapat dikaitkan secara langsung dengan program MBG. Hal ini diduga karena waktu pelaksanaan dan pengamatan yang masih terbatas.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih mendalam mengenai Dampak MBG (Makan Bergizi Gratis) Terhadap Pembelajaran Siswa di SD Negeri 13 Palembang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelaksanaan program MBG terhadap proses dan hasil belajar siswa, khususnya dalam aspek konsentrasi, motivasi, kehadiran, dan keaktifan belajar. Adapun penelitian terdahulu yang relevan, yaitu penelitian oleh Khatimah (2025) yang menunjukkan bahwa program MBG memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan dan kualitas pembelajaran peserta didik; penelitian Andreas (2025) yang menemukan bahwa pemberian makanan bergizi secara rutin mampu meningkatkan konsentrasi siswa dan partisipasi aktif dalam pembelajaran; serta penelitian Rahmah (2025) yang menunjukkan bahwa efektivitas program MBG sangat dipengaruhi oleh kualitas gizi, keteraturan pelaksanaan, dan dukungan pihak sekolah. Penelitian ini memberikan nilai tambah dengan fokus kajian yang lebih spesifik pada dampak langsung program MBG terhadap proses pembelajaran siswa kelas V di SD Negeri 13 Palembang melalui observasi lapangan.

Kajian Teori

Pengertian Makan Bergizi Gratis (MBG)

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan program pembagian makan bergizi di sekolah yang diharapkan dapat memberikan keadilan dalam pendidikan karena semua siswa memiliki kesempatan untuk makan makanan bergizi secara gratis (Kevin et al., 2025). Program ini merupakan salah satu kebijakan utama pemerintahan Presiden Prabowo Subianto yang mulai diimplementasikan pada tahun 2025. Program MBG di Indonesia adalah skema yang digagas pemerintah untuk menyediakan makanan bergizi secara gratis bagi kelompok tertentu seperti anak sekolah, ibu hamil/menyusui, dan masyarakat rentan sebagai bagian dari upaya meningkatkan gizi, menurunkan angka stunting/malnutrisi, serta mendukung kualitas sumber daya manusia (Jalaluddin et al., 2025).

Berdasarkan penjelasan di atas, Program MBG adalah kebijakan pemerintah Indonesia yang bertujuan untuk memberikan keadilan dalam pendidikan dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia dengan menyediakan makanan bergizi secara gratis bagi siswa, ibu hamil, dan masyarakat rentan. Program ini diharapkan dapat mengatasi masalah gizi, menurunkan angka stunting dan malnutrisi, serta meningkatkan fokus siswa pada pembelajaran tanpa memandang status ekonomi atau sosial mereka.

Tujuan MBG dan Dampaknya terhadap Pembelajaran

Tujuan utama Program MBG adalah untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia melalui pemenuhan kebutuhan gizi masyarakat, terutama bagi anak-anak sekolah, ibu hamil, dan kelompok rentan (Laeli, 2025). Program ini dirancang agar setiap warga negara memperoleh akses terhadap makanan yang bergizi, seimbang, dan aman, guna menurunkan angka stunting, memperbaiki status kesehatan, serta mendukung perkembangan fisik dan kognitif generasi muda.



Menurut Purnomo et al. (2025), program MBG memiliki dampak yang signifikan terhadap proses dan hasil pembelajaran peserta didik, di antaranya: meningkatkan konsentrasi dan fokus belajar, mengurangi angka ketidakhadiran siswa, meningkatkan prestasi belajar, menumbuhkan kebiasaan hidup sehat, serta meningkatkan kesejahteraan sosial di lingkungan sekolah. Asupan gizi yang seimbang membantu otak bekerja secara optimal sehingga siswa yang mendapatkan makanan bergizi lebih mudah berkonsentrasi dan memahami pelajaran di kelas.

Wiranata et al. (n.d.) menyatakan bahwa dampak positif program MBG terhadap pembelajaran sangat jelas. Peningkatan motivasi belajar, fokus dalam pembelajaran, serta penurunan angka ketidakhadiran merupakan indikator kuat bahwa pemenuhan gizi berdampak langsung pada kinerja akademik dan kesejahteraan emosional siswa. Fakta bahwa siswa merasa rugi jika tidak hadir menunjukkan bahwa program MBG telah menjadi daya tarik yang signifikan. Selain itu, program ini berkontribusi pada pembentukan pola makan yang teratur dan mengurangi ketergantungan siswa pada uang jajan.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Program MBG

Keberhasilan Program MBG sangat ditentukan oleh berbagai faktor. Pertama, kualitas menu dan nilai gizi makanan. Menu yang disajikan harus memenuhi standar gizi seimbang yang mencakup karbohidrat, protein hewani dan nabati, sayuran, buah-buahan, serta air minum yang cukup. Menu yang bervariasi setiap hari juga penting untuk menjaga minat dan selera makan siswa.

Kedua, sistem manajemen program yang baik, mulai dari perencanaan menu, pengadaan bahan makanan, pengolahan, distribusi, hingga evaluasi. Koordinasi antara pihak sekolah, pemerintah daerah, dan penyedia jasa katering harus berjalan efektif dan transparan. Ketiga, dukungan anggaran dan sumber daya yang memadai. Cukupnya dana dan efisiensi penggunaan anggaran menentukan keberlanjutan program. Pengelolaan yang akuntabel akan memastikan setiap peserta didik memperoleh makanan bergizi sesuai standar.

Keempat, peran dan partisipasi sekolah serta guru. Sekolah berperan penting dalam mengawasi pelaksanaan program di lapangan, sementara guru berperan dalam mengedukasi siswa mengenai pentingnya pola makan sehat dan menjaga kebersihan saat makan bersama. Kelima, keterlibatan orang tua dan masyarakat. Dukungan orang tua dan masyarakat sangat berpengaruh terhadap keberhasilan program, misalnya melalui penyediaan bahan lokal atau pemantauan pelaksanaan.

Konsep Gizi dan Pentingnya Asupan Bergizi

Gizi merupakan hal penting dalam kehidupan manusia. Asupan gizi yang seimbang dan optimal sangat penting untuk menjaga kesehatan, meningkatkan kualitas hidup, dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan yang optimal, terutama pada anak-anak (Irawan, 2024). Kata gizi berasal dari bahasa Arab yaitu 'ghidza' yang berarti makanan. Gizi adalah serangkaian proses organik di mana makanan dicerna oleh tubuh manusia untuk mencukupi kebutuhan pertumbuhan, fungsi normal organ-organ, dan untuk menunjang kehidupan manusia (Alice et al., 2021).

Kebutuhan gizi yang tercukupi merupakan fondasi penting dalam mendukung tumbuh kembang dan prestasi belajar peserta didik. Di tengah berbagai tantangan sosial dan ekonomi yang dihadapi sebagian keluarga di Indonesia, kehadiran Program MBG menjadi bentuk intervensi nyata pemerintah dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat, setara, dan inklusif. Melalui pemberian asupan bergizi di sekolah, program ini tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan fisik dan mental siswa, tetapi juga memperkuat nilai keadilan sosial dengan menjamin hak dasar setiap anak untuk tumbuh dan belajar dalam kondisi yang optimal (Wang, 2021).

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, di mana peneliti adalah instrumen kunci (Sugiyono, 2018). Metode ini dipilih karena mampu memberikan pemahaman yang mendalam mengenai suatu fenomena dengan konteksnya. Metode ini tidak menitikberatkan pada angka atau data statistik, melainkan pada makna, pandangan, serta pengalaman individu yang menjadi subjek penelitian.



Melalui metode ini, peneliti dapat menelusuri informasi secara lebih rinci melalui teknik wawancara, observasi, dan studi dokumentasi, sehingga mampu memperoleh gambaran yang menyeluruh tentang kondisi yang diteliti. Pendekatan deskriptif kualitatif juga membantu peneliti memahami keterkaitan antar fenomena secara utuh serta menangkap dinamika sosial dan makna yang sulit dijelaskan melalui metode kuantitatif.

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri 13 Palembang yang beralamat di Jalan Macan Lindungan, Kelurahan Bukit Baru, Kecamatan Ilir Barat 1, Kota Palembang, Sumatera Selatan. Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2025/2026, yaitu pada tanggal 06 April sampai 09 April 2026. Subjek penelitian adalah kepala sekolah, guru wali kelas V, dan siswa kelas V yang berjumlah 33 siswa terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi empat teknik, yaitu: (1) Observasi, dilakukan untuk melihat secara langsung bagaimana proses pembagian makanan bergizi berlangsung dan bagaimana suasana belajar siswa setelah menerima makanan. Menurut Hasanah (2017), observasi merupakan tolak ukur dari sebuah penelitian karena pengumpulan data yang diperoleh dari peneliti yang terjun ke lapangan dengan alat bantu pengumpulan data yang bisa diandalkan. Kisi-kisi observasi mencakup lima indikator utama, yaitu persepsi guru dan siswa terhadap pengaruh MBG, menu makanan untuk siswa, tingkat kehadiran siswa, perubahan fokus dan semangat belajar, serta aktivitas siswa setelah menerima MBG.

(2) Wawancara terstruktur yang dilakukan terhadap kepala sekolah, guru kelas, dan siswa untuk menggali pandangan mereka tentang perubahan yang terjadi sejak adanya program MBG. Wawancara merupakan kegiatan yang mempertemukan dua individu untuk melakukan pertukaran baik informasi maupun ide melalui tanya jawab (Zakiyah et al., 2024). Pertanyaan-pertanyaan wawancara telah melalui proses validasi oleh ahli sebelum digunakan dalam penelitian.

(3) Angket yang diberikan kepada siswa kelas V untuk memperoleh data tentang perubahan yang mereka rasakan setelah mengikuti program. Angket adalah instrumen pengumpulan data berupa daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diisi oleh responden (Nurjannah, 2022). Pernyataan dalam angket dirancang menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh siswa sekolah dasar, mencakup aspek konsentrasi belajar, keaktifan di kelas, tingkat energi selama mengikuti pembelajaran, dan kehadiran setelah adanya program MBG.

(4) Dokumentasi berupa foto-foto kegiatan pembelajaran dan pelaksanaan program MBG yang digunakan untuk memperkuat hasil observasi dan wawancara. Dokumentasi adalah suatu bentuk kegiatan atau proses dalam menyediakan berbagai dokumen dengan memanfaatkan bukti yang akurat berdasarkan pencatatan dari berbagai sumber (Hasan et al., 2022).

Teknik keabsahan data menggunakan triangulasi teknik dan triangulasi sumber. Triangulasi teknik dilakukan dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data yang berbeda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama, yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi mendalam (Mekarisce, 2020). Triangulasi sumber dilakukan dengan mengecek data yang diperoleh melalui beberapa informan yang berbeda, yaitu kepala sekolah, guru kelas V, dan siswa kelas V (Susanto et al., 2023).

Teknik analisis data menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman (Sugiyono, 2025) yang mencakup tiga tahapan. Pertama, reduksi data, yaitu merangkum dan memilih hal-hal pokok yang berfokus pada hal-hal yang diperlukan serta membuang yang tidak perlu. Kedua, penyajian data, dengan menyajikan data secara sistematis agar memudahkan pemahaman tentang apa yang terjadi dan memungkinkan perencanaan kerja selanjutnya. Ketiga, penarikan kesimpulan/verifikasi, yaitu merumuskan kesimpulan berdasarkan data yang telah disajikan sebagai temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Lokasi dan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 13 Palembang yang berlokasi di Jalan Macan Lindungan, Kelurahan Bukit Baru, Kecamatan Ilir Barat 1, Kota Palembang dan terakreditasi 'B'.



Sekolah ini memiliki berbagai fasilitas, antara lain ruangan kelas, ruangan guru, ruangan kepala sekolah, ruang perpustakaan, dapur, gudang, kantin, lapangan olahraga, toilet guru, dan toilet siswa. Pihak sekolah juga mengaktifkan ekstrakurikuler seperti tari, karate, dan pramuka.

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 06 April sampai 09 April 2026 dengan melakukan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan di dalam kelas saat proses belajar mengajar berlangsung untuk mengetahui bagaimana pengaruh program MBG terhadap konsentrasi, keaktifan, dan partisipasi siswa dalam pembelajaran. Wawancara dilakukan secara terstruktur terhadap kepala sekolah, guru wali kelas, dan siswa kelas V.

Hasil Observasi

Berdasarkan lembar observasi yang dilaksanakan selama penelitian dari tanggal 06-09 April 2026, diperoleh beberapa temuan penting. Observasi dilakukan dalam dua aspek utama, yaitu pelaksanaan program MBG dan dampaknya terhadap pembelajaran. Pada aspek pelaksanaan, seluruh indikator menunjukkan hasil positif, mulai dari ketersediaan dan kualitas menu, proses pembagian yang tertib, ketepatan jadwal, hingga peran guru dalam pengawasan.

Pada aspek dampak program MBG terhadap pembelajaran, siswa terlihat lebih antusias, berenergi, dan menunjukkan minat yang lebih tinggi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran setelah menerima makanan MBG. Siswa juga menunjukkan peningkatan fokus saat pembelajaran berlangsung, terlihat dari perhatian yang lebih baik terhadap penjelasan guru dan minimnya gangguan di kelas. Proses pembelajaran pun berjalan lebih tertib dan kondusif.

Namun, tidak semua aspek menunjukkan perubahan yang signifikan. Keaktifan siswa dalam bertanya dan menjawab pertanyaan masih belum terlihat meningkat secara jelas, karena sebagian siswa masih cenderung pasif selama pembelajaran. Di sisi lain, guru belum sepenuhnya merasakan kemudahan yang signifikan dalam mengajar karena masih terdapat siswa yang kurang responsif. Hal ini menunjukkan bahwa dampak MBG perlu waktu lebih lama untuk terlihat pada seluruh aspek pembelajaran.

Hasil Wawancara

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah, diketahui bahwa Program MBG telah terlaksana secara terstruktur dan sesuai dengan kebijakan nasional. Sekolah menetapkan aturan turunan di tingkat satuan pendidikan yang meliputi manajemen waktu pelaksanaan, pengawasan kualitas kebersihan oleh tim MBG satuan pendidikan, serta integrasi pendidikan karakter melalui pembiasaan makan bersama secara tertib. Perencanaan MBG mencakup pembentukan tim pelaksana internal yang terdiri dari koordinator program, tim pemeriksa, dan tim distributor. Tujuan program mencakup aspek kesehatan (mencegah stunting dan meningkatkan imunitas), aspek akademis (meningkatkan konsentrasi dan kesiapan belajar), aspek sosial (membangun karakter dan kesetaraan), serta aspek ekonomi (meringankan beban keluarga dan efisiensi waktu).

Kepala sekolah menyatakan bahwa respons siswa terhadap program ini sangat positif dan antusias. Siswa merasa terbantu karena tidak perlu mengantre di kantin, serta suasana makan bersama di kelas meningkatkan solidaritas. Menu yang diberikan bervariasi setiap hari dari Senin sampai Sabtu, meliputi makanan pokok (nasi atau umbi-umbian), lauk hewani (ayam, ikan, telur), lauk nabati (tahu, tempe), sayuran (buncis, wortel, sawi), buah-buahan (pisang, jeruk, semangka), serta tambahan susu kotak.

Dari wawancara dengan guru kelas V, diperoleh informasi bahwa program MBG membantu meningkatkan kesiapan belajar siswa. Guru menyatakan bahwa siswa terlihat lebih berenergi, tidak mudah lelah, dan lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran. Guru juga mengungkapkan bahwa suasana kelas menjadi lebih kondusif karena siswa tidak lagi terganggu oleh rasa lapar saat pembelajaran berlangsung. Peran guru dalam membiasakan siswa untuk makan dengan tertib, berdoa sebelum makan, serta menjaga kebersihan setelah selesai makan juga menjadi bagian penting dari pelaksanaan program. Meskipun demikian, terdapat kendala seperti beberapa siswa yang kurang menyukai menu tertentu dan keterbatasan waktu pelaksanaan.

Dari wawancara dengan siswa, diketahui bahwa secara umum siswa merasa senang dengan adanya program MBG. Siswa menyatakan bahwa setelah makan MBG mereka menjadi lebih



semangat belajar karena tidak lapar dan bisa lebih fokus di kelas. Siswa juga merasa memiliki energi yang lebih banyak untuk mengikuti pelajaran dan tidak mudah merasa lelah saat mengikuti pembelajaran. Sebagian besar siswa hampir selalu mengikuti program MBG setiap hari, kecuali saat sedang tidak enak badan.

Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa Program MBG yang dilaksanakan di SD Negeri 13 Palembang memberikan pengaruh yang cukup signifikan terhadap proses pembelajaran siswa kelas V. Program ini memberikan dampak positif terutama pada aspek konsentrasi belajar siswa. Sebelum adanya program MBG, masih ditemukan siswa yang kurang fokus saat pembelajaran berlangsung. Namun setelah program MBG diterapkan, kondisi tersebut mengalami perubahan yang cukup jelas, di mana siswa menjadi lebih siap mengikuti pembelajaran dan lebih fokus mempertahankan perhatian dalam waktu lebih lama. Hal ini sejalan dengan konsep dalam Ilmu Gizi yang menjelaskan bahwa asupan nutrisi yang cukup sangat berperan dalam meningkatkan fungsi kognitif dan daya konsentrasi anak.

Selain meningkatkan konsentrasi, diketahui bahwa keberadaan program MBG menjadi salah satu faktor yang mendorong meningkatnya motivasi siswa untuk hadir di sekolah secara rutin dan tepat waktu. Hal ini terlihat dari antusiasme siswa yang menunjukkan kesiapan lebih tinggi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Program MBG tidak hanya dipandang sebagai pemenuhan kebutuhan gizi, tetapi juga sebagai bentuk perhatian dan fasilitas yang memberikan nilai tambah bagi pengalaman belajar siswa di sekolah.

Siswa menjadi lebih semangat berangkat ke sekolah karena adanya program MBG yang mereka terima setiap hari. Program ini menimbulkan rasa senang dan ketertarikan tersendiri, sehingga siswa memiliki dorongan untuk tidak melewatkan kegiatan sekolah. Dalam hal ini, MBG berperan sebagai faktor pendorong motivasi eksternal yang memperkuat keinginan siswa untuk hadir dan terlibat dalam kegiatan pembelajaran. Selain itu, program MBG juga menciptakan suasana sekolah yang lebih positif dan menyenangkan bagi siswa, terutama melalui kegiatan makan bersama yang mempererat hubungan sosial antar siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Sari (2025) dalam 'Penerapan Implikasi MBG di Sekolah Dasar' yang menunjukkan bahwa program makan bergizi gratis memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan siswa, kesiapan belajar, konsentrasi, serta partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran. Siswa menjadi lebih fokus, aktif, dan mampu mengikuti pembelajaran dengan lebih baik setelah mendapatkan asupan makanan bergizi.

Hal ini juga diperkuat oleh Mowilos et al. (2025) yang dalam tinjauan sistematis literturnya menemukan bahwa program MBG memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan status gizi anak, penurunan angka stunting, serta peningkatan konsentrasi dan kehadiran siswa di sekolah. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa program MBG mampu meningkatkan kualitas pembelajaran secara tidak langsung, karena siswa yang mendapatkan asupan gizi yang cukup cenderung lebih fokus, lebih aktif, dan lebih siap dalam mengikuti proses pembelajaran di kelas.

Penelitian Saputra (2025) juga menemukan hasil yang sejalan, yaitu siswa yang mendapatkan asupan makanan bergizi sebelum pembelajaran berlangsung cenderung memiliki tingkat fokus yang lebih tinggi, mampu memperhatikan penjelasan guru dengan lebih baik, serta lebih cepat dalam memahami materi pembelajaran. Selain itu, program MBG juga berpengaruh terhadap ketahanan siswa dalam mengikuti pembelajaran, di mana siswa tidak mudah merasa lelah atau mengantuk selama proses belajar berlangsung.

Namun, pelaksanaan program MBG di sekolah tidak terlepas dari beberapa kendala. Terdapat beberapa siswa yang menyatakan bahwa menu MBG terkadang kurang sesuai dengan selera mereka. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa meskipun program MBG telah dirancang berdasarkan prinsip keseimbangan gizi, aspek penerimaan siswa terhadap makanan tetap menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan. Ketika menu yang disediakan kurang disukai, beberapa siswa cenderung tidak menghabiskan makanan yang diberikan, sehingga tujuan program untuk memenuhi kebutuhan gizi secara optimal belum sepenuhnya tercapai.



Kendala lain yang ditemukan adalah pengaturan waktu pelaksanaan program MBG yang terkadang mengurangi alokasi waktu pembelajaran di kelas. Jika tidak diatur dengan baik, hal ini dapat mengganggu kelancaran proses belajar mengajar. Oleh sebab itu, diperlukan manajemen waktu yang lebih efektif, seperti penjadwalan yang terstruktur dan koordinasi yang baik antara pihak sekolah dan tim pelaksana program. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa program MBG berperan sebagai faktor pendukung dalam meningkatkan kualitas pembelajaran siswa, meskipun masih diperlukan perbaikan dalam aspek teknis dan manajerial agar manfaatnya dapat dirasakan secara maksimal oleh seluruh siswa.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan di SD Negeri 13 Palembang, dapat disimpulkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memberikan dampak yang positif terhadap proses pembelajaran siswa kelas V. Program ini terbukti mampu meningkatkan konsentrasi dan kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran, sehingga siswa dapat lebih fokus dalam menerima materi serta lebih optimal dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Hal ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan gizi memiliki peran penting dalam mendukung kemampuan kognitif siswa.

Selain peningkatan konsentrasi, program MBG juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan keaktifan dan partisipasi siswa dalam pembelajaran. Siswa menjadi lebih berani untuk berpartisipasi dalam kegiatan belajar, seperti menjawab pertanyaan, mengemukakan pendapat, dan terlibat dalam diskusi kelompok. Program ini juga berpengaruh terhadap perubahan perilaku dan kebiasaan siswa ke arah yang lebih positif, seperti terbentuknya kebiasaan mencuci tangan sebelum makan, makan dengan tertib, dan pemahaman tentang pentingnya makanan bergizi.

Di samping itu, program MBG turut berkontribusi terhadap peningkatan kehadiran siswa di sekolah. Kegiatan makan bersama yang menyenangkan menjadi salah satu faktor yang menarik minat siswa untuk tidak melewatkan hari sekolah. Siswa yang mendapatkan asupan makanan yang cukup juga cenderung memiliki kondisi fisik yang lebih sehat sehingga tidak mudah sakit. Namun, pelaksanaan program MBG masih menghadapi beberapa kendala, di antaranya preferensi menu makanan yang beragam di antara siswa, keterbatasan waktu pelaksanaan, serta distribusi makanan yang belum sepenuhnya optimal. Oleh karena itu, diperlukan evaluasi dan perbaikan berkelanjutan agar program MBG dapat memberikan manfaat yang lebih optimal bagi seluruh siswa.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Alice, M., Nunes, F., Evans, G., Marcel, R., & Ramirez, I. (2021). Active learning tools improve the learning outcomes, scientific attitude, and critical thinking in higher education: Experiences in an online course during the COVID-19 pandemic. January, 888-903. <https://doi.org/10.1002/bmb.21574>
- Annisa, D. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. Jurnal Pendidikan Dan Konseling, 4(1980), 1349-1358.
- Desrinelti, D., Neviyarni, N., & Murni, I. (2021). Perkembangan siswa sekolah dasar: Tinjauan dari aspek bahasa. 6(1), 105-109.
- Hasan, H. (2022). Pengembangan sistem informasi dokumentasi terpusat pada STMIK Tidore Mandiri. 2(1), 23-29.
- Hasanah, H. (2017). Teknik-teknik observasi (Sebuah alternatif metode pengumpulan data kualitatif ilmu-ilmu sosial). At-Taquaddum, 8(1), 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>
- Irawan, D., Fazrina, D., & Manggundjaya, W. L. (2024). Jurnal Pengabdian Sosial, 1(9), 1046-1050.
- Jalaluddin, A., Rumi, A., & Subianto, P. P. (2025). Al-Hasyimi: Jurnal Ilmu Hadis, 2, 23-40.
- Kevin, A. H. T., Nababan, R., Siagian, R. A., Naiborhu, R., Harianti, S., & Jamaludin. (2025). Tinjauan kritis tentang program makan bergizi gratis terhadap produktivitas belajar siswa. Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika, 2(2), 21-31. <https://doi.org/10.62383/katalis.v2i2.1428>



- Laeli, N. H. (2021). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021: Gambaran status gizi pada balita. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan. 385-392.
- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145-151. <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102>
- Mowilos, R. C., Kaurow, J., Essing, I., Toporundeng, F. O., Naharia, G., & Manado, U. N. (2025). Analisis kebijakan makan bergizi gratis di sekolah dasar: Tinjauan sistematis literatur. 6(2).
- Nomira, S. R. (2024). Relevance of nutrition and health. *Public Health Journal*. <https://teewanjournals.com/index.php/phj/index>
- Notha, M., & Sari, S. M. (2025). Penerapan implikasi MBG (Makan Bergizi Gratis) di sekolah dasar. 5(3), 1302-1310.
- Purwaningsih, I., Oktariani, O., Hernawati, L., Wardarita, R., & Utami, P. I. (2022). Pendidikan sebagai suatu sistem. *Jurnal Visionary: Penelitian dan Pengembangan Dibidang Administrasi Pendidikan*, 10(1), 21. <https://doi.org/10.33394/vis.v10i1.5113>
- Purnomo, A., Putikadyanto, A., & Nur, A. (2025). Program makan bergizi gratis: Analisis kritis transformasi pendidikan Indonesia menuju generasi emas 2045.
- Rayhan, M., & Zulham. (2025). Implementasi jaminan halal pada program makan bergizi gratis (MBG) di Kecamatan Medan Timur. *Al-Sulthaniyah*, 14(2), 370-380. <https://doi.org/10.37567/al-sulthaniyah.v14i2.4154>
- Riduwan. (2023). Kerangka berfikir penelitian. *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(1), 160-166.
- Roring, N. M., Posangi, J., & Manampiring, A. E. (2020). Hubungan antara pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan intensitas olahraga dengan status gizi. 12(28), 110-116.
- Sanjaya, W. (2020). Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan (ke 13).
- Saputra. (2025). Program makan bergizi (MBG) sebagai katalis peningkatan kualitas. 1, 1-15.
- Solimun, Fernandes, A. A. R., & Nurjannah, L. A. A. (2022). Rancangan pengukuran variabel angket dan kuesioner (Pemanfaatan R).
- Sugiyono. (2025). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (ke 7).
- Suhono, T., & Al Fatta, H. (2021). Penyusunan data primer sebagai dasar interoperabilitas sistem informasi pada pemerintah daerah menggunakan diagram RACI. *Jnanaloka*, 35-44. <https://doi.org/10.36802/jnanaloka.2021.v2-no1-35-44>
- Susanto, D., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ilmiah. *Jurnal QOSIM Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, 1(1), 53-61. <https://doi.org/10.61104/jq.v1i1.60>
- Wang, D., & Young, T. (2021). Impacts of school feeding on educational and health outcomes of school-age children and adolescents in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. 11. <https://doi.org/10.7189/jogh.11.04051>
- Wiranata, I. H., Yunita, A., Tria, H., & Sari, W. (n.d.). Program makan bergizi gratis: Strategi peningkatan gizi dan kualitas pendidikan di SDN 13 Cempaka Pekanbaru. 2313-2323.
- Zakiyah, S., Hasibuan, N. H., Yasifa, A., Siregar, S. P., & Ningsih, O. W. (2024). Perkembangan anak pada masa sekolah dasar. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(1), 71-79. <https://doi.org/10.54259/diajar.v3i1.2338>