ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

EVALUASI DAMPAK PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS TERHADAP KESEHATAN DAN GIZI ANAK: *SCOPING REVIEW*

Evaluation of the Impact of the Free Nutritious Meal Program on Children's Health and Nutrition: A Scoping Review

Endah Tri Wahyuni[1]*, Siti Mardiyah WD[2], Baiq Mira Novyanti[3], Ayatullah[4]
[1]Jurusan D3 Kebidanan, Universitas Madani, Jl.Wonosari Km 10 Sitimulyo Piyungan Bantul Yogyakarta, Indonesia, 55792
[2]Jurusan S1 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Mataram, Jl. KH. Ahmad Dahlan No.1 Pagesangan Mataraman, Nusa Tenggara Barat, Indonesia, 83115
[3]Jurusan S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yarsi Mataram, Jl. TGH Ali Batu Lingkar Selatan, Pagutan Barat, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia, 83127
[4]Jurusan S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yahya Bima, Jl. Lintas Sumbawa Talabiu Woha Bima, Nusa Tenggara Barat, Indonesia, 84171
Email: endahtriwahyuni@umad.ac.id
*Corresponding Author
Tanggal *Submission* : 29 November 2025, Tanggal diterima : 31 Desember 2025

Abstrak

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan intervensi berbasis sekolah yang bertujuan meningkatkan akses anak terhadap makanan bergizi untuk memperbaiki status gizi, kesehatan, dan kesiapan belajar. Penelitian ini bertujuan memetakan bukti ilmiah mengenai dampak program makan sekolah terhadap status gizi dan kesehatan anak, hasil pendidikan siswa, serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan implementasinya. Penelitian menggunakan pendekatan scoping review dengan kerangka Population–Concept–Context (PCC) yang mencakup anak usia sekolah 5–18 tahun, program makan sekolah/free school meals, dan pelaksanaan di lingkungan sekolah. Pencarian literatur dilakukan pada basis data PubMed dan Scopus untuk publikasi periode 2016–2025. Proses seleksi dilakukan melalui penyaringan judul, abstrak, dan teks lengkap oleh dua penelaah independen. Sebanyak 10 artikel memenuhi kriteria dan dianalisis menggunakan narrative synthesis. Hasil menunjukkan bahwa program makan sekolah berkontribusi terhadap peningkatan akses pangan, kualitas konsumsi, serta beberapa indikator kesehatan seperti BMI dan anemia, serta meningkatkan partisipasi makan sekolah dan kehadiran siswa. Namun, bukti mengenai dampak langsung terhadap prestasi akademik masih bervariasi. Secara keseluruhan, program MBG berpotensi menjadi strategi penting dalam meningkatkan kesehatan anak dan mengurangi ketimpangan gizi apabila diimplementasikan secara terintegrasi dan berkelanjutan.

Kata kunci: Program Makan Bergizi Gratis; Status Gizi Anak; Kesehatan Anak; School Feeding Program; Prestasi Akademik

Abstract

The Free Nutritious Meals Programme (MBG) is a school-based intervention that aims to improve children's access to nutritious food in order to improve their nutritional status, health, and readiness to learn. This study aims to map the scientific evidence on the impact of school meal programmes on children's nutritional status and health, student educational outcomes, and factors that influence the success of their implementation. The study used a scoping review approach with a Population–Concept–Context (PCC) framework covering school-aged children aged 5–18 years, school meal programmes/free school meals, and implementation in school settings. Literature searches were conducted in the PubMed and Scopus databases for publications from 2016 to 2025. The selection process was carried out by screening titles, abstracts, and full texts by two independent reviewers. A total of 10 articles met the

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

criteria and were analysed using narrative synthesis. The results showed that school feeding programmes contributed to increased food access, quality of consumption, and several health indicators such as BMI and anaemia, as well as increased school meal participation and student attendance. However, evidence regarding the direct impact on academic achievement was still varied. Overall, the MBG programme has the potential to be an important strategy in improving children's health and reducing nutritional inequality if it is implemented in an integrated and sustainable manner.

***Keywords**: Free Nutritious Meals Programme; Child Nutrition Status; Child Health; School Feeding Programme; Academic Achievement*

PENDAHULUAN

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan intervensi publik yang dirancang untuk meningkatkan akses anak terhadap makanan bergizi, dengan tujuan akhir memperbaiki status gizi, pertumbuhan, dan kesehatan anak secara holistik. Dalam praktiknya, MBG sering tidak berdiri sendiri, melainkan dipadukan dengan pendidikan gizi, pemanfaatan pangan lokal, serta keterlibatan komunitas untuk memastikan keberlanjutan dampak di tingkat rumah tangga dan sekolah (Andini, 2025; Desiani & Syafiq, 2025; Nadimin et al., 2025). Sejumlah bukti menunjukkan bahwa MBG berpotensi meningkatkan indikator gizi, termasuk perbaikan indeks massa tubuh (BMI), penurunan prevalensi anemia, serta dukungan terhadap pertumbuhan anak yang lebih optimal, terutama ketika intervensi dilakukan secara terstruktur dan disertai edukasi gizi yang konsisten (Afifah & Samsul, 2025; Desiani & Syafiq, 2025; Hanim, 2025; Pancani & Ningsih, 2025; Suarni et al., 2025; Tasya, 2025). Temuan ini menempatkan MBG sebagai strategi yang menjanjikan untuk mengurangi ketimpangan gizi anak, khususnya pada kelompok rentan yang menghadapi keterbatasan akses pangan bergizi.

Pada tingkat sekolah, bukti dari tinjauan sistematis menunjukkan bahwa program makan gratis dapat meningkatkan status gizi siswa sekolah dasar melalui peningkatan BMI dan penurunan prevalensi anemia pada populasi yang diteliti. Dampak ini lebih kuat ketika program dijalankan secara konsisten dan disertai evaluasi nutrisi yang komprehensif (Ayanti et al., 2025). Selain itu, manfaat program cenderung meningkat ketika intervensi makan sekolah disertai literasi gizi dan edukasi pola makan sehat berkelanjutan, karena edukasi memperkuat perubahan perilaku makan sehingga dampak tidak berhenti pada peningkatan asupan sesaat (Desiani & Syafiq, 2025). Dalam konteks Indonesia, berbagai kajian juga menekankan bahwa dampak MBG lebih berkelanjutan apabila pasokan makanan bergizi diintegrasikan dengan ketersediaan pangan lokal, edukasi gizi, serta partisipasi komunitas—termasuk pelibatan keluarga—untuk memperkuat perubahan praktik konsumsi dan dukungan sosial di luar sekolah (Andini, 2025; Nadimin et al., 2025; Suarni et al., 2025; Wayunah et al., 2025). Namun, literatur juga menunjukkan adanya nuansa penting: peningkatan berat badan atau BMI tidak selalu identik dengan perbaikan status gizi secara komprehensif. Sejumlah evaluasi pada program berbasis makanan tambahan pada balita stunting memperlihatkan bahwa berat badan dapat meningkat, tetapi perubahan tersebut tidak selalu terkonversi menjadi perbaikan indikator lain seperti panjang/tinggi badan (stunting) apabila intervensi berlangsung singkat, pemantauan tumbuh kembang tidak optimal, dan konteks lingkungan seperti sanitasi serta infeksi belum ditangani

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

secara memadai (Athiya, 2026; Hanim, 2025; Sembiring et al., 2024). Dengan demikian, konteks implementasi—meliputi kualitas MP-ASI, variasi pangan, kesinambungan edukasi gizi, serta sistem monitoring—menjadi faktor kunci yang membatasi atau menguatkan dampak MBG dalam jangka Panjang (Athiya, 2026; Hanim, 2025; Sembiring et al., 2024).

Komponen edukasi gizi dan pendampingan keluarga juga menjadi determinan penting dalam berbagai program MBG. Edukasi yang terstruktur dan partisipatif terbukti meningkatkan pengetahuan serta praktik pemberian makan pada anak, mendorong pola makan lebih sehat, dan membuat pemantauan pertumbuhan lebih konsisten (Nadimin et al., 2025; Situmeang et al., 2024; Toaha et al., 2025). Pendekatan yang mengintegrasikan demonstrasi pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal dan pendampingan orang tua dilaporkan meningkatkan variasi makanan dan praktik konsumsi di rumah, sehingga membuka peluang dampak yang lebih berkelanjutan dibanding program yang hanya berfokus pada distribusi makanan (Nadimin et al., 2025; Sembiring et al., 2024; Toaha et al., 2025). Selain itu, pemanfaatan pangan lokal—misalnya bahan pangan bergizi yang tersedia di komunitas—dipandang sebagai strategi untuk meningkatkan akses nutrisi sekaligus memperkuat keberlanjutan program melalui kemandirian komunitas dan dukungan produksi lokal, meskipun efektivitasnya tetap sangat bergantung pada logistik distribusi dan koordinasi lintas sektor (Pramono et al., 2021; Suarni et al., 2025; Tasya, 2025; Wayunah et al., 2025).

Dari sisi implementasi, efektivitas MBG sangat ditentukan oleh konsistensi pasokan makanan bergizi, keberlanjutan edukasi gizi, dan tingkat integrasi program dengan sistem pangan lokal. Ketika pasokan tidak stabil atau edukasi tidak berkelanjutan, dampak terhadap status gizi anak dapat menurun meskipun terdapat peningkatan berat badan jangka pendek (Andini, 2025; Wayunah et al., 2025). Kajian kebijakan juga menunjukkan bahwa perbaikan status gizi jangka panjang akan lebih mungkin tercapai apabila MBG diselaraskan dengan penguatan manajemen layanan komunitas (misalnya posyandu), peningkatan literasi gizi, serta intervensi pendukung lain seperti sanitasi dan fasilitas lingkungan yang memadai (Nurhanifah et al., 2024; Suarni et al., 2025). Karena itu, evaluasi dampak MBG perlu dilakukan dengan pendekatan multi-indikator, tidak terbatas pada berat badan/BMI, tetapi juga mencakup stunting, status anemia, asupan nutrisi, kualitas MP-ASI, serta pemantauan periodik tumbuh kembang untuk menggambarkan dampak yang lebih utuh (Athiya, 2026; Ayanti et al., 2025; Hanim, 2025; Sembiring et al., 2024).

Berdasarkan sintesis tersebut, MBG paling potensial menghasilkan dampak bermakna ketika dirancang sebagai paket terpadu yang menggabungkan pemberian makanan bergizi gratis, edukasi gizi terstruktur, pemanfaatan pangan lokal, dukungan komunitas, serta sistem pemantauan tumbuh kembang yang terkoordinasi. Sinergi komponen ini secara konsisten terkait dengan perbaikan BMI, penurunan anemia, serta peningkatan praktik pemberian makan dan monitoring pertumbuhan anak, sementara dampak jangka panjang seperti penurunan stunting sangat bergantung pada durasi intervensi, kualitas implementasi, dan perbaikan faktor lingkungan yang lebih luas (Athiya, 2026; Pancani & Ningsih, 2025). Oleh karena itu, kajian yang mengkonsolidasikan bukti dampak MBG terhadap status gizi dan kesehatan anak, sekaligus

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

menelaah faktor implementasi yang menentukan keberhasilan, menjadi penting sebagai dasar penyusunan kebijakan MBG yang lebih efektif dan berkelanjutan..

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan scoping review untuk memetakan bukti ilmiah mengenai dampak program makan bergizi gratis di sekolah terhadap status gizi, kesehatan anak, serta hasil pendidikan siswa. Penelitian ini dirancang untuk menjawab tiga research questions (RQ), yaitu: (1) bagaimana dampak program makan sekolah terhadap status gizi dan kesehatan anak; (2) bagaimana pengaruhnya terhadap hasil pendidikan seperti partisipasi makan sekolah, kehadiran, dan prestasi akademik; serta (3) faktor apa saja yang memengaruhi keberhasilan implementasi program. Seleksi literatur menggunakan kerangka PCC (Population–Concept–Context), yaitu anak usia sekolah 5–18 tahun (anak usia sekolah) sebagai populasi, program makan sekolah atau free school meals/school feeding programmes sebagai konsep, dan pelaksanaan program di lingkungan sekolah sebagai konteks penelitian. Pencarian literatur dilakukan secara sistematis pada basis data PubMed dan Scopus pada 10 November 2025, dengan rentang publikasi 2016–2025, menggunakan kombinasi kata kunci sebagai berikut: *(school meal* OR school feeding OR free school meal*) AND (child* OR student*) AND (nutrition* OR BMI OR anemia OR "food security" OR attendance OR "academic performance"*. Proses seleksi dilakukan dalam dua tahap, yaitu penyaringan judul dan abstrak, kemudian penelaahan teks lengkap berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Artikel yang disertakan merupakan penelitian empiris yang meneliti dampak program makan sekolah terhadap indikator kesehatan, gizi, atau pendidikan anak. Proses seleksi dilakukan oleh dua penelaah independen, dan perbedaan keputusan diselesaikan melalui diskusi hingga mencapai konsensus.

Data dari setiap studi kemudian diekstraksi menggunakan lembar ekstraksi terstruktur yang mencakup informasi mengenai penulis, tahun publikasi, desain penelitian, karakteristik populasi, bentuk intervensi program makan sekolah, serta temuan utama penelitian. Outcome primer dalam kajian ini meliputi indikator status gizi dan kesehatan anak, seperti BMI, anemia, kualitas konsumsi makanan, dan ketahanan pangan, sedangkan outcome sekunder meliputi partisipasi makan sekolah, kehadiran siswa, dan prestasi akademik. Analisis data dilakukan menggunakan narrative synthesis dengan mengelompokkan temuan penelitian ke dalam tema-tema utama sesuai dengan tujuan penelitian. Hasil sintesis disajikan secara deskriptif dalam bentuk uraian tematik dan tabel ringkasan studi untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai pola temuan dalam literatur yang ditinjau..

HASIL

Bagian hasil ini menyajikan ringkasan temuan dari 10 artikel internasional yang ditelaah dalam scoping review terkait program makanan bergizi gratis di sekolah. Sintesis hasil difokuskan pada tiga domain utama yang konsisten muncul dalam literatur, yaitu: (1) dampak program terhadap status gizi dan indikator kesehatan anak, (2) dampak terhadap hasil pendidikan

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

seperti partisipasi makan sekolah, kehadiran, dan capaian akademik, serta (3) faktor-faktor implementasi yang memengaruhi keberhasilan program, termasuk kualitas makanan, pendanaan, distribusi, dan keterlibatan pemangku kepentingan. Secara umum, sebagian besar studi menunjukkan bahwa program makan sekolah berasosiasi dengan peningkatan akses pangan, keamanan pangan, serta perbaikan beberapa indikator kesehatan (misalnya peningkatan kualitas konsumsi makanan atau penurunan anemia pada konteks tertentu). Selain itu, program universal/free school meals cenderung meningkatkan partisipasi siswa dalam program makan sekolah dan pada beberapa studi berkaitan dengan perbaikan kehadiran. Namun, bukti mengenai dampak langsung terhadap prestasi akademik masih bervariasi dan belum konsisten di seluruh penelitian, sehingga memerlukan interpretasi yang hati-hati.

Tabel berikut merangkum tiap artikel berdasarkan judul–penulis–tahun, temuan utama, metode penelitian, dan hasil penelitian untuk memberikan gambaran terstruktur mengenai kekuatan bukti, variasi konteks negara, serta pola dampak yang muncul dari literatur yang ditinjau.

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Tabel 1. Ringkasan Hasil Penelitian Terdahulu tentang Program Makanan Bergizi Gratis di Sekolah

JUDUL, PENULIS DAN TAHUN	DESAIN PENELITIAN	TEMUAN UTAMA	HASIL PENELITIAN
Universal School Meals and Associations with Student Participation, Attendance, Academic Performance, Diet Quality, Food Security, and Body Mass Index – Cohen et al. (2021)	Systematic review (47 studi)	Program makan sekolah universal meningkatkan partisipasi makan siswa dan kualitas diet	Sebagian besar studi menunjukkan peningkatan partisipasi makan sekolah, diet quality, dan food security. Tidak ditemukan bukti peningkatan obesitas; beberapa studi menunjukkan efek protektif terhadap BMI
School Lunch Programs and Nutritional Education Improve Knowledge, Attitudes, and Practices and Reduce the Prevalence of Anemia – Rimbawan et al. (2023)	Quasi-experimental pre–post study	Program makan sekolah yang dikombinasikan dengan edukasi gizi meningkatkan pengetahuan dan status kesehatan siswa	Skor pengetahuan gizi meningkat signifikan dan prevalensi anemia menurun dari 42,6% menjadi 21,7%
Universal Free School Meals and School and Student Outcomes – Spill et al. (2024)	Systematic review	Program makan sekolah gratis meningkatkan partisipasi makan siswa	Partisipasi makan siang meningkat secara signifikan; beberapa bukti menunjukkan penurunan obesitas dan peningkatan kehadiran sekolah
Key Determinants to School Breakfast Program Implementation in Philadelphia Public Schools – Fornaro et al. (2022)	Studi kualitatif	Faktor implementasi mempengaruhi keberhasilan program sarapan sekolah	Faktor pendukung meliputi dukungan sekolah dan menu yang sesuai preferensi siswa; hambatan termasuk komunikasi yang kurang efektif dan keterbatasan sumber daya
Improving Implementation of School-Based Healthy Eating and Physical Activity Policies – Barnes et al. (2021)	Systematic review	Strategi implementasi dapat meningkatkan kualitas kebijakan makanan sehat di sekolah	Implementasi kebijakan gizi sekolah menunjukkan peningkatan moderat, meskipun hasil antar studi bervariasi
Health, Wellbeing and Nutritional Impacts after Two Years of Free School Meals in New Zealand – McKelvie-Sebileau et al. (2023)	Studi kualitatif (focus group dan wawancara)	Program makan sekolah meningkatkan keamanan pangan dan kesejahteraan siswa	Program membantu mengurangi stres finansial keluarga dan meningkatkan kesejahteraan anak
Effects of Policies or Interventions that Influence the School Food Environment on Children's Health – Durão et al. (2023)	Systematic review	Kebijakan lingkungan makanan sekolah berpengaruh terhadap pola makan anak	Standar gizi makanan sekolah meningkatkan konsumsi makanan sehat
Impact of Free School Lunch Program on Nutritional Status and Academic Outcomes among School Children in India – Raveenthiranathan & Ramanarayanan (2024)	Systematic review	Program makan sekolah berdampak pada status gizi dan pendidikan	Program meningkatkan beberapa indikator status gizi dan prestasi akademik siswa
School Feeding in Ethiopia: A Scoping Review – Mideksa et al. (2024)	Scoping review	Program makan sekolah meningkatkan status gizi anak	Dampak terhadap prestasi akademik masih menunjukkan hasil yang bervariasi
Impacts of Global School Feeding Programmes on Children's Health and Wellbeing Outcomes – Locke et al. (2025)	Scoping review	Program makan sekolah berdampak pada kesehatan dan kesejahteraan anak	Program meningkatkan kualitas diet, dukungan sosial, dan mengurangi stigma sosial

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

PEMBAHASAN

Dampak Program Makanan Bergizi Gratis terhadap Status Gizi dan Kesehatan Anak

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu strategi intervensi kesehatan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan akses anak terhadap makanan bergizi serta memperbaiki status gizi dan kesehatan secara menyeluruh. Program ini tidak hanya berfokus pada penyediaan makanan di sekolah, tetapi juga sering dikombinasikan dengan edukasi gizi, peningkatan akses terhadap pangan lokal, serta keterlibatan komunitas untuk memperkuat keberlanjutan dampaknya. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi ini dapat memberikan kontribusi penting dalam meningkatkan indikator kesehatan anak, termasuk perbaikan kualitas konsumsi makanan, peningkatan indeks massa tubuh (BMI), serta penurunan prevalensi anemia pada populasi anak sekolah (Desiani & Syafiq, 2025; Nadimin et al., 2025; Pramono et al., 2021; Tasya, 2025). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian dalam studi ini yang menunjukkan bahwa program makanan bergizi gratis dapat meningkatkan akses pangan dan kualitas konsumsi makanan anak, serta berasosiasi dengan perbaikan beberapa indikator kesehatan seperti penurunan anemia.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa program makan sekolah dapat berkontribusi terhadap peningkatan status gizi melalui peningkatan asupan energi dan mikronutrien. Hal tersebut konsisten dengan temuan dalam berbagai kajian literatur yang menyatakan bahwa akses terhadap makanan bergizi secara terstruktur di lingkungan sekolah mampu meningkatkan status gizi siswa sekolah dasar, termasuk melalui peningkatan BMI serta penurunan prevalensi anemia (Ayanti et al., 2025). Selain itu, program makan sekolah yang disertai dengan edukasi gizi terbukti mampu meningkatkan pemahaman siswa dan keluarga mengenai pola makan sehat, sehingga memberikan dampak yang lebih berkelanjutan terhadap praktik konsumsi makanan sehari-hari (Desiani & Syafiq, 2025). Dengan demikian, integrasi antara penyediaan makanan bergizi dengan intervensi edukasi gizi menjadi faktor penting dalam memaksimalkan manfaat program MBG terhadap kesehatan anak.

Dalam konteks implementasi di Indonesia, keberhasilan program MBG juga sangat dipengaruhi oleh sinergi antara penyediaan makanan bergizi, peningkatan ketersediaan pangan lokal, serta keterlibatan komunitas dalam mendukung program tersebut. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa integrasi antara program makan sekolah dengan produksi pangan lokal, edukasi nutrisi, serta partisipasi keluarga dapat memperkuat dampak program terhadap peningkatan status gizi anak secara berkelanjutan (Pramono et al., 2021). Selain itu, dukungan dari komunitas, termasuk keluarga dan tenaga kesehatan masyarakat seperti kader posyandu, juga berperan penting dalam memastikan keberlanjutan perubahan perilaku makan pada anak (Suarni et al., 2025; Wayunah et al., 2025). Temuan ini memperkuat hasil penelitian ini yang menekankan bahwa keberhasilan program makanan bergizi gratis tidak hanya ditentukan oleh kualitas makanan yang disediakan, tetapi juga oleh keterlibatan berbagai pemangku kepentingan dalam implementasi program. Namun demikian, beberapa penelitian menunjukkan bahwa peningkatan berat badan atau BMI sebagai hasil dari intervensi makanan bergizi tidak selalu mencerminkan perbaikan status gizi secara komprehensif. Evaluasi program pemberian makanan

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

tambahan pada anak stunting menunjukkan bahwa peningkatan berat badan dapat terjadi tanpa perubahan signifikan pada indikator pertumbuhan lain seperti panjang atau tinggi badan apabila intervensi dilakukan dalam jangka waktu yang relatif singkat atau tanpa pemantauan tumbuh kembang yang berkelanjutan (Dalimunthe et al., 2016; Hanim, 2025). Oleh karena itu, evaluasi program MBG perlu menggunakan pendekatan multi-indikator yang mencakup BMI, tinggi badan menurut umur, prevalensi anemia, serta kualitas asupan nutrisi agar dampak program dapat diukur secara lebih komprehensif (Ayanti et al., 2025).

Selain itu, literatur juga menekankan pentingnya integrasi program makanan bergizi dengan edukasi gizi keluarga dan penggunaan bahan pangan lokal sebagai strategi untuk memperkuat keberlanjutan program. Program edukasi gizi yang melibatkan orang tua, demonstrasi pembuatan makanan berbasis bahan pangan lokal, serta pendampingan keluarga terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik pemberian makan pada anak (Situmeang et al., 2024; Toaha et al., 2025). Pendekatan ini memungkinkan keluarga untuk memanfaatkan sumber pangan lokal yang tersedia secara optimal, sehingga tidak hanya meningkatkan asupan gizi anak tetapi juga mendukung keberlanjutan program dalam jangka Panjang (Suarni et al., 2025). Dengan demikian, integrasi antara intervensi makanan bergizi, edukasi gizi, serta pemanfaatan pangan lokal menjadi pendekatan yang lebih efektif dalam meningkatkan status gizi anak secara berkelanjutan.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Implementasi Program Makan Bergizi Grati

Keberhasilan implementasi program MBG tidak hanya bergantung pada penyediaan makanan bergizi di sekolah, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor struktural, institusional, dan sosial yang menentukan efektivitas pelaksanaan program. Salah satu faktor penting adalah keberadaan kebijakan dan regulasi yang jelas sebagai kerangka operasional program. Studi mengenai implementasi MBG di tingkat sekolah menunjukkan bahwa keterbatasan regulasi tertulis dan ketidakjelasan mekanisme operasional dapat menjadi hambatan dalam pelaksanaan program, terutama dalam hal pengelolaan anggaran dan koordinasi antar pemangku kepentingan (Febryanti et al., 2025). Oleh karena itu, kebijakan nasional yang terintegrasi dan didukung oleh panduan operasional yang jelas sangat diperlukan untuk memastikan konsistensi implementasi program di berbagai daerah (Desiani & Syafiq, 2025; Pinasti & Alfarizi, 2025).

Selain faktor kebijakan, keberhasilan program juga sangat dipengaruhi oleh kesiapan sumber daya manusia yang terlibat dalam pelaksanaan program. Tenaga pendamping seperti guru, kader gizi, dan tenaga kesehatan sekolah memiliki peran penting dalam memastikan bahwa makanan yang disediakan memenuhi standar gizi serta dalam melakukan edukasi gizi kepada siswa dan keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa pelatihan dan pendampingan bagi tenaga pelaksana program dapat meningkatkan efektivitas implementasi program serta memperkuat kapasitas komunitas dalam mendukung perubahan perilaku makan yang lebih sehat (Nadimin et al., 2025; Situmeang et al., 2024; Wayunah et al., 2025). Dengan demikian, investasi dalam

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

peningkatan kapasitas sumber daya manusia menjadi salah satu faktor kunci dalam memastikan keberhasilan program MBG.

Faktor lain yang sangat menentukan keberhasilan program adalah ketersediaan dan keberlanjutan pasokan pangan bergizi. Integrasi program MBG dengan produksi pangan lokal dapat menjadi strategi yang efektif untuk memastikan ketersediaan bahan makanan yang bergizi sekaligus mendukung ekonomi lokal. Penelitian menunjukkan bahwa kemitraan antara sekolah, produsen pangan lokal, dan koperasi dapat meningkatkan stabilitas pasokan makanan bergizi serta memperkuat keberlanjutan program dalam jangka Panjang (Pinasti & Alfarizi, 2025; Pramono et al., 2021). Selain itu, pemanfaatan bahan pangan lokal dalam program makanan sekolah juga dapat meningkatkan keberterimaan makanan oleh siswa serta mengurangi biaya distribusi pangan (Wayunah et al., 2025). Namun demikian, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa implementasi program MBG sering menghadapi berbagai tantangan, termasuk keterbatasan pendanaan, masalah logistik distribusi makanan, serta rendahnya partisipasi komunitas. Hambatan-hambatan tersebut dapat mengurangi efektivitas program meskipun kualitas makanan yang disediakan telah memenuhi standar gizi (Pancani & Ningsih, 2025; Suarni et al., 2025). Oleh karena itu, pendekatan kebijakan yang komprehensif yang mencakup dukungan pendanaan berkelanjutan, koordinasi lintas sektor, serta keterlibatan komunitas menjadi sangat penting dalam memastikan keberhasilan implementasi program MBG.

Hubungan Program Makan Bergizi Gratis dengan Prestasi Akademik Siswa

Selain berdampak pada kesehatan dan status gizi anak, program MBG juga memiliki potensi untuk mempengaruhi prestasi akademik siswa melalui berbagai mekanisme biologis dan psikososial. Asupan nutrisi yang cukup merupakan faktor penting dalam mendukung fungsi kognitif, termasuk perhatian, memori, serta kemampuan pemrosesan informasi yang diperlukan dalam proses pembelajaran (Pacheco & Dias, 2025). Oleh karena itu, peningkatan kualitas nutrisi melalui program makan sekolah dapat berkontribusi terhadap peningkatan konsentrasi dan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar di kelas.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa program makan sekolah dapat meningkatkan prestasi akademik melalui peningkatan energi dan konsentrasi siswa selama jam pelajaran. Misalnya, penelitian mengenai program makan siang di India menunjukkan bahwa program tersebut tidak hanya meningkatkan status gizi anak tetapi juga berkontribusi terhadap peningkatan kinerja akademik melalui peningkatan konsentrasi dan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar (Souza et al., 2021). Temuan serupa juga dilaporkan dalam penelitian di Uganda yang menunjukkan bahwa penyediaan makanan bergizi di sekolah dapat meningkatkan kehadiran siswa serta menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan prestasi akademik (Turyamureeba et al., 2024). Namun demikian, hubungan antara program makan bergizi dan prestasi akademik tidak selalu bersifat langsung dan konsisten. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa meskipun program MBG dapat meningkatkan asupan nutrisi dan kesehatan anak, dampaknya terhadap prestasi akademik sering kali dipengaruhi oleh faktor kontekstual seperti kondisi sosial ekonomi keluarga, kualitas

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

pendidikan di sekolah, serta keberlanjutan program dalam jangka Panjang (Nagorny et al., 2023; Sarwati et al., 2025). Selain itu, peningkatan nutrisi saja tidak selalu menghasilkan peningkatan prestasi akademik apabila faktor lingkungan lain seperti sanitasi, kesehatan, dan dukungan keluarga tidak ditangani secara simultan (Souza et al., 2021).

Dalam konteks kebijakan pendidikan dan kesehatan masyarakat, temuan ini menunjukkan bahwa program MBG memiliki potensi untuk meningkatkan hasil pendidikan siswa apabila diimplementasikan secara terpadu dengan intervensi lain yang mendukung kesejahteraan anak. Integrasi antara program makan sekolah, edukasi gizi, serta dukungan terhadap kesejahteraan keluarga dapat memperkuat dampak program terhadap peningkatan prestasi akademik dalam jangka panjang (Bütikofer et al., 2018; Yuliyawati et al., 2024). Oleh karena itu, kebijakan MBG yang efektif perlu dirancang sebagai bagian dari strategi pembangunan sumber daya manusia yang lebih luas, yang tidak hanya berfokus pada peningkatan status gizi tetapi juga pada peningkatan kualitas pendidikan dan kesejahteraan anak secara keseluruhan.

Implikasi:

"Temuan scoping review ini menegaskan bahwa MBG berpotensi memperbaiki indikator gizi dan kesehatan (misalnya diet quality, BMI, dan anemia) serta meningkatkan partisipasi makan sekolah dan kehadiran siswa. Karena dampak akademik masih inkonsisten, kebijakan MBG perlu diposisikan sebagai intervensi gizi-kesehatan yang terintegrasi dengan dukungan sekolah dan keluarga, bukan semata intervensi pendidikan. Secara operasional, mutu menu, keberlanjutan pendanaan, serta sistem distribusi perlu distandarkan melalui pedoman implementasi dan mekanisme monitoring yang menilai outcome multi-indikator (anemia, stunting, kualitas konsumsi, serta kehadiran)."

Keterbatasan:

"Studi ini dibatasi pada dua basis data (PubMed dan Scopus) dan hanya memasukkan publikasi berbahasa Inggris, sehingga artikel relevan dalam bahasa lain mungkin terlewat. Jumlah studi yang diinklusikan (n=10) relatif kecil dan heterogen dalam desain serta outcome, sehingga sintesis dilakukan secara naratif dan tidak memungkinkan meta-analisis. Selain itu, variasi konteks negara dan komponen program (universal meals, breakfast vs lunch, disertai edukasi atau tidak) dapat memengaruhi besaran dampak sehingga generalisasi ke konteks Indonesia perlu kehati-hatian."

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tinjauan literatur, program makanan bergizi gratis di sekolah memiliki potensi yang signifikan dalam meningkatkan status gizi, kesehatan, dan kesejahteraan anak-anak, khususnya pada kelompok yang berasal dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi. Program ini terbukti dapat meningkatkan akses terhadap makanan sehat, memperbaiki beberapa indikator kesehatan seperti keamanan pangan dan penurunan anemia, serta meningkatkan partisipasi dan kehadiran siswa di sekolah. Namun demikian, keberhasilan program sangat dipengaruhi oleh

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

berbagai faktor, antara lain kualitas makanan yang disediakan, keberlanjutan pendanaan, sistem distribusi makanan yang efektif, serta keterlibatan orang tua, guru, dan masyarakat dalam mendukung implementasi program. Tanpa pengelolaan yang baik dan dukungan kebijakan yang memadai, dampak positif dari program makanan bergizi gratis tidak dapat dicapai secara optimal.

Selain itu, meskipun terdapat indikasi hubungan positif antara peningkatan status gizi dan kesejahteraan siswa, hubungan langsung antara status gizi dan pencapaian akademik masih menunjukkan hasil yang tidak konsisten dalam berbagai penelitian. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut dengan desain metodologi yang lebih komprehensif untuk memahami hubungan jangka panjang antara gizi, kesehatan, dan prestasi akademik anak. Secara keseluruhan, program makanan bergizi gratis dapat menjadi salah satu strategi penting dalam upaya peningkatan kesehatan anak dan pengurangan ketimpangan gizi di masyarakat. Dengan perencanaan yang tepat, dukungan kebijakan yang kuat, serta pengelolaan program yang efektif, program ini berpotensi memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan kualitas kesehatan dan pendidikan anak-anak di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Afifah, N., & Samsul, S. (2025). Effectiveness of Providing Local Food-Based Supplementary Food on Toddler Nutritional Status: A Review. *JHSP*, *2*(2), 245–251. https://doi.org/10.36685/jhsp.v2i2.1235

Andini, S. T. (2025). Free Nutritious Meals and Food Availability: Strengthening Community Nutrition for Indonesian Children. *Junic*, 74–81. https://doi.org/10.62012/junic.vi.30

Athiya, S. (2026). Makanan Bergizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Di Kabupaten Mojokerto. *Community Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *6*(1), 26–33. https://doi.org/10.51878/community.v6i1.8775

Ayanti, B. P., Hidayat, R., Saputera, M. M. A., & Muslim, A. (2025). Penyuluhan Kesehatan Tentang Gizi Seimbang Dan Makanan Bergizi Dari Tanaman Lokal Di SDN Jawa 2 Martapura. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, *8*(3), 1443–1450. https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i3.17947

Bütikofer, A., Mølland, E., & Salvanes, K. G. (2018). Childhood Nutrition and Labor Market Outcomes: Evidence From a School Breakfast Program. *Journal of Public Economics*, *168*, 62–80. https://doi.org/10.1016/j.jpubeco.2018.08.008

Dalimunthe, C. I., Sembiring, Y. R. V. M. A., Siregar, T. H., Darwis, H. S., & Barus, D. A. (2016). Identifikasi Dan Uji Metabolit Sekunder Bangun-Bangun (Coleus Amboinicus) Terhadap Penyakit Jamur Akar Putih (Rigidoporus Microporus) Di Laboratorium. *Jurnal Penelitian Karet*.

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

Febryanti, I., Indiati, I., Pane, M. A., & Astuti, P. (2025). Mplementasi Kebijakan Makan Bergizi Gratis (Mbg)(studi Kasus Pada SDN 3 Kepanjen Kabupaten Malang. *Dialogue Jurnal Ilmu Administrasi Publik*, *7*(1), 67–79. https://doi.org/10.14710/dialogue.v7i1.26628

Hanim, Z. (2025). Impact of a Local Nutrition Intervention on Growth Outcomes Among Stunted Children Under Two in Indonesia. *Jurnal Keluarga Berencana*, *10*(2), 193–207.

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

https://doi.org/10.37306/1cvcat13

Nadimin, N., Sirajuddin, S., Afifah, S. N., Hadju, V., & Bohari, B. (2025). The Effect of Nutritional Assistance "Gammarana Program" on Food Acceptance and Nutritional Status of Children in South Sulawesi, Indonesia. *Nutr Clin Diet Hosp*, *45*(1). https://doi.org/10.12873/451nadimin

Nagorny, K., Welch, M. J., Rosenberg, L., Chowdhury, U., Bubis, S., & Begdache, L. (2023). The Impact of Food Insecurity on Academic Motivation. *Physiology*, *38*(S1). https://doi.org/10.1152/physiol.2023.38.s1.5729671

Nurhanifah, D., Bianka, A., Natasya, D. A., Syahril, M. A. F., Sabil, S. E., Putri, S., & Khairilatilfa, S. (2024). Education and Implementation in Handling and Preventing Stunting. *Omnicode Journal (Omnicompetence Community Developement Journal)*, *4*(1), 25–30. https://doi.org/10.55756/omnicode.v4i1.181

Pacheco, B. V, & Dias, L. C. G. D. (2025). The Academic Impact of Eating Well: Biological and Behavioural Evidence. *MSRB*, *02*(09). https://doi.org/10.55677/themsrb/01vol02e9-2025

Pancani, P. C. T., & Ningsih, N. (2025). A Comprehensive Study on MBG (Makan Bergizi Gratis) in the Prabowo-Gibran Cabinet: Evaluating the Psychological and Health Impacts of the Policy on Underserved Communities. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (Sikontan)*, *3*(4), 177–186. https://doi.org/10.47353/sikontan.v3i4.2783

Pinasti, T. P., & Alfarizi, L. M. (2025). Koperasi Sebagai Pilar Pengadaan Makanan Bergizi Gratis. *Jj*, *3*(2), 130–141. https://doi.org/10.26623/jj.v3i2.12285

Pramono, A. Y., Desborough, J. L., Smith, J. P., & Bourke, S. (2021). The social value of implementing the ten steps to successful breastfeeding in an Indonesian hospital: a case study. *The Yale Journal of Biology and Medicine*, *94*(3), 429.

Sarwati, S., Werdiningsih, R., & Pudjiarti, E. S. (2025). Evaluation of the Effectiveness of the Nutritious Meal Program as a Public Service Policy in Improving Student Academic Performance in Wonopringgo District. *Ijhs*, *2*(3), 87–95. https://doi.org/10.62951/ijhs.v2i3.460

Sembiring, A. C., Costa, S. L. D., & Nur, A. (2024). Pendampingan Dan Pemberian Makanan Tambahan Kepada Anak Stunting Di Kelurahan Oesapa Selatan Kota Kupang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, *7*(11), 4782–4791. https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i11.13104

Situmeang, L., Millati, R., Syamsul, T., Tyarini, I. A., Setiawati, A., & Primasari, Y. (2024). Improving Parenting and Healthy Nutrition for Stunted Toddler Mothers Through Community Service Programs. *Abdimas Polsaka*, *3*(2), 83–90. https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i2.76

Souza, S. H. D., Shetty, P., & Shetty, G. B. (2021). Nutritional Status of Mid-Day Meal Program on Government and Private School Students: A Comparative Study. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, *8*(10), 4982. https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20213806

Suarni, S., Batubara, B. M., & Lubis, M. S. (2025). Review of the Implementation of Stunting Prevention Policy in Galang District, Deli Serdang Regency. *Journal La Sociale*, *6*(2), 638–647. https://doi.org/10.37899/journal-la-sociale.v6i2.2006

Tasya, A. (2025). The Potential of Local Food as a Solution to National Nutrition Security in the Midst of the Threat of a Global Food Crisis. *Journal Nutrizione*, *2*(2), 31–37. https://doi.org/10.62872/j4ece997

Toaha, A., Ginting, R. M. S., Adam, Y. M. N. N., Syadzali, A. F., Rofiqoh, A. N. A., Nardyawati,

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

E., & Nurfaizah, H. (2025). Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Stunting Dalam Pembuatan Mpasi Lokal. *J-Abdi Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(9), 1839–1850. https://doi.org/10.53625/jabdi.v4i9.9711

Turyamureeba, S., Latif, K., Bagiwa, Z. L., Muhammad, T., & Eze, V. H. U. (2024). The Impact of School Meal Provision on Teachers' Performance and Students' Academic Achievement in Sheema Municipality, Uganda. *Roje*, *4*(1), 11–19. https://doi.org/10.59298/roje/2024/411119

Wayunah, W., Zustika, D. S., Ramadhan, F. S., Sukma, M. N., Nurhasanah, L., & Rahmatunnisa, R. (2025). Menggali Potensi Desa: Pemanfaatan Pangan Lokal Dan Edukasi Sanitasi Sehat Untuk Generasi Bebas Stunting Di Desa Sinagar. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *5*(5), 753–763. https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i5.627

Yuliyawati, R., Fuadah, S., Setiawan, D., & Sopiuridwan, R. (2024). Challenges in Implementing Free Nutritious Meals Policy: A Case Study of State Junior High School 5 Cileunyi, Bandung Regency. *Sij*, *3*(2), 85–94. https://doi.org/10.61391/sij.v3i2.203