



Ekspansi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dalam Penanggulangan Stunting dan Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia

Ekspansi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dalam Penanggulangan Stunting dan Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia

**Nur Kamalawati¹, Nur Rachmah Febrina², Nina Wijayanti³, Yulia Hanoselina⁴,
Putri Febri Wialdi⁵, Jumiati⁶**

Ilmu Administrasi Negara, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Padang

Email: nurkamalawati17@gmail.com¹, rahmah.fbrina@gmail.com², ninawijayanti.pasbar@gmail.com³,
yuliahanoselia@fis.unp.ac.id⁴, putrifwialdi@fis.unp.ac.id⁵, upikjumiati@yahoo.co.id⁶

Article Info**Article history :**

Received : 06-12-2025

Revised : 08-12-2025

Accepted : 10-12-2025

Published : 12-12-2025

Abstract

Stunting remains a national issue that affects children's health and the overall quality of human resources, requiring effective nutritional interventions. This study aims to evaluate the role of the Free Nutritious Meal Program (MBG) in reducing stunting and improving students' learning conditions. This research uses a literature review method by collecting data from journals, government reports, and relevant academic sources. The findings show that MBG improves nutritional status, enhances learning concentration, reduces student absenteeism, and supports local economic activity. However, challenges remain in infrastructure readiness, food distribution, and budget oversight. Overall, MBG has strong potential as a long-term investment for strengthening Indonesia's human resource development

Keywords : Free Nutritious Meal Program, Stunting, Human Resource Quality

Abstrak

Stunting masih menjadi persoalan nasional yang memengaruhi kesehatan dan kualitas sumber daya manusia, sebagai hasilnya diperlukan intervensi gizi yang efektif. Penelitian ini bertujuan menilai peran program Makan Bergizi Gratis (MBG) dalam membantu penurunan *stunting* dan meningkatkan kondisi belajar anak. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur dengan mengumpulkan data dari jurnal, laporan pemerintah, dan buku yang relevan. Temuan studi mengindikasikan bahwa MBG dapat memperbaiki status gizi, meningkatkan konsentrasi belajar, menurunkan absensi siswa, serta memberi dampak ekonomi lokal. Namun, tantangan tetap muncul pada kesiapan infrastruktur, distribusi pangan, dan kebutuhan pengawasan anggaran. Secara keseluruhan, MBG memiliki potensi besar sebagai investasi jangka panjang dalam penguatan kualitas SDM Indonesia.

Kata Kunci : Program Makan Bergizi Gratis, Stunting, Kualitas Sumber Daya Manusia.

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi permasalahan serius di Indonesia meskipun prevalensinya terjadi penurunan yang semula 24% pada tahun 2021 hingga 21% pada 2024. Angka tersebut tetap berada di atas standar WHO yang menargetkan kurang dari 20%. Situasi ini menunjukkan perlunya intervensi yang lebih terarah dan komprehensif dari pemerintah. Salah satu kebijakan yang muncul adalah Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang diinisiasi pemerintahan Prabowo-Gibran. Program ini berkembang dari gagasan makan siang gratis menjadi penyediaan asupan bergizi sebanyak dua kali setiap hari untuk peserta didik di lingkungan pendidikan, balita, ibu hamil, dan ibu menyusui.



MBG dinilai berpotensi meningkatkan kualitas pendidikan dan kesehatan anak. Kecukupan gizi terbukti memengaruhi kemampuan konsentrasi, perkembangan kognitif, serta produktivitas jangka panjang. Program ini juga menegaskan peran negara dalam memenuhi hak dasar warga, khususnya di bidang kesehatan dan pendidikan. Namun, efektivitas program masih menghadapi tantangan, seperti kesiapan infrastruktur sekolah, distribusi yang belum merata, dan risiko ketergantungan masyarakat terhadap bantuan negara jika kebijakan tidak disertai pemberdayaan jangka panjang.

Dalam perspektif administrasi publik, MBG bukan hanya kebijakan populis, tetapi instrumen strategis untuk memperkuat pembangunan manusia. Hambatan layanan publik di sektor kesehatan dan nutrisi menunjukkan bahwa pemenuhan hak dasar belum berjalan optimal. Tingginya angka *stunting* menegaskan perlunya intervensi yang lebih terstruktur dan terukur. *Stunting* berdampak luas, baik pada perkembangan otak, daya tahan tubuh, kemampuan belajar, hingga produktivitas kerja di masa dewasa. Jika tidak ditangani, *stunting* akan menurunkan daya saing bangsa di era kompetisi global.

MBG hadir sebagai inovasi layanan publik yang dapat diukur dampaknya. Program ini tidak sekadar memberikan makanan, tetapi juga memperkuat hak dasar warga negara, terutama anak-anak yang menjadi modal pembangunan masa depan. Perluasan MBG mencerminkan arah reformasi layanan publik menuju birokrasi yang lebih responsif, humanistik, dan berorientasi hasil. Penyediaan gizi dipahami sebagai penanaman modal berkelanjutan demi peningkatan mutu kapasitas manusia. Anak-anak yang memperoleh nutrisi optimal mempunyai kemungkinan lebih tinggi dalam berkembang secara optimal, baik secara pendidikan, sosial, maupun fisik. Hal ini sejalan dengan visi pembangunan Indonesia yang menempatkan peningkatan kualitas sumber daya manusia sebagai fondasi inovasi dan pertumbuhan berkelanjutan.

Dalam teori pembangunan manusia, kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan ekonomi merupakan pilar-pilar kunci yang saling terhubung. *Stunting* sebagai bentuk kegagalan pertumbuhan akibat kekurangan gizi kronis memiliki dampak multidimensi. UNICEF (2023) menyebutkan bahwa kenaikan 1% prevalensi *stunting* dapat menurunkan potensi pertumbuhan ekonomi jangka panjang sebesar 0,5%. Dengan demikian, masalah gizi bukan hanya persoalan kesehatan, tetapi juga hambatan terhadap pembangunan ekonomi nasional. Program MBG dapat memutus rantai kemiskinan antargenerasi karena anak yang bebas *stunting* lebih mungkin menyelesaikan pendidikan, menguasai kapasitas penalaran yang lebih unggul serta mendapatkan peluang kerja yang pantas.

Tantangan pertama terletak pada distribusi makanan yang merata, khususnya di daerah terpencil dan wilayah 3T. Tantangan kedua adalah kualitas makanan. Standar gizi harus memastikan komposisi yang seimbang antara karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral. Tantangan ketiga adalah pengawasan dan akuntabilitas. Dengan anggaran besar, program MBG berpotensi menghadapi penyimpangan jika tidak diawasi dengan baik.

Selain mengatasi masalah gizi, MBG berpotensi menciptakan dampak ekonomi yang luas. Jika pemerintah memprioritaskan bahan pangan dari petani lokal dan UMKM, maka akan tercipta rantai pasok yang menguatkan ekonomi rakyat. Program ini dapat membuka lapangan kerja di sektor pertanian, pengolahan makanan, distribusi logistik, dan katering sekolah. Sebagai hasilnya, MBG tidak sekadar menyehatkan anak-anak, namun turut mendorong pertumbuhan ekonomi lokal.



MBG juga berkontribusi mengurangi kesenjangan sosial. Selama ini, siswa dari keluarga miskin sering berangkat sekolah tanpa sarapan atau hanya makan seadanya, sehingga kualitas belajar mereka tertinggal dibandingkan anak-anak dari keluarga mampu. Dengan terpenuhinya kebutuhan gizi dasar, kesenjangan tersebut dapat diperkecil. Dalam jangka panjang, hal ini meningkatkan mobilitas sosial dan mengurangi ketimpangan struktural.

Program ini relevan dengan visi Indonesia Emas 2045 yang menargetkan lahirnya generasi produktif dan kompetitif. Perbaikan gizi sejak dini menjadi persyaratan krusial supaya bonus demografi tidak terjadi perubahan dalam beban demografi. MBG juga mendorong tercapainya *Sustainable Development Goals* (SDGs), terutama sasaran 2 (Tanpa Kelaparan), 3 (Kehidupan Sehat dan Sejahtera), dan 4 (Pendidikan Berkualitas). Integrasi MBG dalam RPJMN akan memperkuat kesinambungan kebijakan dan mempercepat pencapaian target pembangunan nasional.

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Gagasan terkait inisiatif penyediaan Makan Bergizi Gratis (MBG) mula-mula tercetus pada bulan Juli tahun 2006 tatkala Prabowo mulai mengarahkan kepeduliannya terhadap isu kekerdilan akibat kurang gizi di Indonesia. Pada masa itu ia menerima temuan informasi yang tergolong mengagetkan, yakni kurang lebih 30% balita di Indonesia mengalami kondisi *stunting* akibat kekurangan gizi (Hidayatullah, 2024). Data nasional tahun 2024 juga menunjukkan bahwa angka *stunting* berada pada 14% (Tarmizi, 2024). Keprihatinan tersebut kemudian mendorong Prabowo, ketika menjabat sebagai Presiden RI, untuk mewujudkan konsep penyediaan makan gratis bagi peserta didik di seluruh Indonesia, yang kemudian diberi nama Makan Bergizi Gratis (MBG).

Program MBG diposisikan sebagai salah satu agenda prioritas pemerintahan Prabowo–Gibran yang ditujukan untuk menanggulangi persoalan malnutrisi serta memperbaiki mutu Sumber Daya Manusia.

Pengertian *Stunting*

Menurut Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021, *stunting* adalah situasi terganggunya proses pertumbuhan serta perkembangan anak yang disebabkan oleh defisiensi nutrisi dalam jangka panjang serta infeksi berulang, sehingga tinggi atau panjang badan anak berada di bawah standar kesehatan nasional. Perpres ini juga menegaskan pelaksanaan Strategi Nasional Percepatan Penurunan *Stunting* 2018–2024, yang berfokus pada penurunan angka *stunting* melalui penguatan kesiapan menghadapi kehidupan keluarga, pemenuhan kebutuhan nutrisi, perbaikan praktik pengasuhan, peningkatan ketersediaan dan kualitas pelayanan kesehatan, serta penyediaan air bersih dan fasilitas sanitasi yang memadai (Bappenas, 2021).

Stunting merupakan masalah gizi akut yang diindikasikan dengan pertumbuhan tinggi badan anak lebih pendek daripada acuan usia seharusnya. Keadaan ini umumnya muncul akibat defisiensi nutrisi secara berkelanjutan, khususnya pada periode krusial 1.000 hari pertama kehidupan. WHO menetapkan ambang batas 20% sebagai standar prevalensi *stunting*, sementara Indonesia pada tahun 2024 masih berada di angka 21%. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi masih cukup serius. Konsekuensi *stunting* tidak terbatas pada aspek pertumbuhan jasmani, melainkan juga memengaruhi kematangan kognitif, kemampuan fokus dalam proses pembelajaran, serta efisiensi



dan performa kerja ketika anak memasuki fase kedewasaan (UNICEF, 2023).

Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM)

Peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) menjadi fokus pembangunan jangka panjang karena berkaitan langsung dengan produktivitas, pertumbuhan ekonomi, dan kesejahteraan masyarakat. Asupan gizi yang cukup pada anak usia sekolah sangat penting bagi perkembangan kognitif, pertumbuhan fisik, serta kemampuan belajar, yang kemudian membentuk modal manusia yang lebih unggul. Program penyediaan makanan bergizi di sekolah atau komunitas menjadi salah satu bentuk intervensi yang banyak diterapkan di negara berpenghasilan rendah dan menengah untuk mengatasi masalah gizi sekaligus meningkatkan partisipasi pendidikan (Wang et al., 2021).

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2003), kualitas SDM sangat dipengaruhi oleh derajat kesehatan masyarakat, karena kesehatan yang baik memungkinkan individu belajar, bekerja, dan berpartisipasi secara optimal dalam pembangunan. Ia menegaskan bahwa investasi pada kesehatan, termasuk gizi anak, merupakan strategi penting dalam meningkatkan kualitas manusia.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah tinjauan literatur, yaitu pendekatan yang menelaah hasil penelitian sebelumnya melalui artikel jurnal serta teori yang terdapat dalam buku yang relevan dengan topik. Pendekatan ini bertujuan memberikan pemahaman yang terarah terhadap masalah yang dikaji sehingga mampu menghasilkan temuan yang lebih mutakhir (Paré et al., 2015; Xiao dan Watson, 2019; Snyder, 2019; Snyder, 2023; Onwuegbuzie dan Frels, 2016). Melalui metode ini, penelitian tidak hanya menggambarkan perkembangan literatur, tetapi juga menegaskan bahwa tinjauan literatur dapat berfungsi sebagai metode penelitian yang berdiri sendiri, bukan sekadar pelengkap dalam penelitian kualitatif maupun kuantitatif. Dengan mengikuti tahapan tinjauan literatur secara sistematis, penelitian ini diharapkan dapat mendorong peneliti dari kalangan akademik maupun nonakademik untuk mempertimbangkan metode ini sebagai cara yang mampu menghasilkan temuan yang independen dan terkini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program MBG sebagai Kebijakan Strategis

Program MBG merupakan program utama pemerintahan Prabowo-Gibran yang diluncurkan pada tahun 2025 dengan target mencapai 19,47 juta penerima manfaat dan alokasi anggaran sebesar Rp71 triliun pada tahun pertama implementasi. Program ini dirancang sebagai respons sistematis terhadap permasalahan gizi buruk dan *stunting* yang masih mengancam terhadap mutu kapasitas manusia Indonesia. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi *stunting* nasional mencapai 21,6%, turun dari 24,4% pada tahun 2021, namun angka ini masih berada di atas standar *World Health Organization* (WHO) yang menetapkan batas maksimal 20% (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

MBG tidak berdiri sebagai program sektoral yang terisolasi, melainkan terintegrasi dengan berbagai kebijakan pembangunan nasional lainnya, termasuk program percepatan penurunan *stunting*, peningkatan kualitas pendidikan, dan pemberdayaan ekonomi masyarakat. Menurut Zahra & Rahmadani (2025), ekspansi MBG mencerminkan pergeseran paradigma kebijakan publik dari pendekatan kuratif menuju pendekatan preventif dan investasi jangka panjang dalam pembangunan



manusia. Program ini menempatkan gizi sebagai hak dasar setiap anak yang harus dipenuhi negara, sejalan dengan amanat Undang-Undang Dasar 1945 tentang hak atas kesehatan dan pendidikan.

Dalam konteks reformasi administrasi publik, MBG merepresentasikan upaya birokrasi untuk menjadi lebih responsif, inklusif, dan berorientasi pada hasil nyata. Yuliana & Putra (2024) menegaskan bahwa program ini menandai transformasi pelayanan publik dari model birokratis-kaku menuju model kolaboratif yang melibatkan pemerintah daerah, sekolah, UMKM, dan masyarakat. Pendekatan *multi-stakeholder* ini memperkuat keberlanjutan program sekaligus membuka peluang ekonomi bagi pelaku usaha lokal.

Data Survei Konsumsi Makanan Indonesia (SKMI) tahun 2022 menunjukkan bahwa 47,3% anak usia sekolah tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah, dan 62,8% tidak memenuhi kecukupan gizi harian yang direkomendasikan (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Kondisi ini diperparah oleh tingginya konsumsi makanan ultra-proses dan jajanan rendah nutrisi di lingkungan sekolah. Akibatnya, anak mengalami penurunan energi, konsentrasi belajar yang rendah, dan gangguan kesehatan fisik. MBG hadir untuk mengisi celah tersebut dengan menyediakan makanan bergizi minimal lima kali seminggu selama masa sekolah.

Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (2024) menyatakan bahwa MBG dirancang dengan pendekatan berbasis bukti (*evidence-based policy*) yang mengintegrasikan temuan penelitian nasional dan internasional tentang intervensi gizi pada anak usia sekolah. Program ini juga mengadopsi prinsip ekonomi kerakyatan dengan memprioritaskan Badan Usaha Milik Desa (BUMDes), koperasi, dan UMKM sebagai pemasok bahan pangan. Strategi ini menciptakan *multiplier effect* yang tidak hanya memperbaiki gizi anak, tetapi juga menggerakkan ekonomi lokal dan memperkuat ketahanan pangan wilayah.

Lebih jauh lagi, ekspansi MBG mencerminkan komitmen negara dalam mencapai *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya tujuan kedua (*Zero Hunger*), tujuan ketiga (*Good Health and Well-being*), dan tujuan keempat (*Quality Education*). Dengan menyediakan makanan bergizi secara konsisten, program ini berkontribusi mengurangi kelaparan tersembunyi (*hidden hunger*), meningkatkan kesehatan anak, dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Dalam jangka panjang, MBG menjadi fondasi penting bagi terwujudnya Indonesia Emas 2045 yang ditandai dengan generasi produktif, sehat, dan berdaya saing global.

Upaya Penanggulangan *Stunting*

Stunting merupakan indikator kegagalan pertumbuhan yang dikarenakan kurangnya nutrisi akut, infeksi berulang, serta praktik pengasuhan yang tidak layak. Situasi tersebut tidak sekadar memengaruhi pertumbuhan fisik anak, termasuk tinggi badan, melainkan juga memengaruhi evolusi kemampuan otak, keterampilan kognitif, kekebalan tubuh, serta efisiensi produktivitas di masa dewasa.. Berdasarkan Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021, *stunting* adalah keadaan pertumbuhan terhambat pada anak sebab defisiensi gizi jangka panjang sebagai hasilnya tinggi badan anak menjadi kurang sesuai seperti usia seharusnya (Bappenas, 2021). WHO menetapkan bahwa prevalensi *stunting* di atas 20% menunjukkan masalah kesehatan masyarakat yang serius dan memerlukan intervensi komprehensif.

Data SSGI 2022 menunjukkan bahwa meskipun kejadian *stunting* telah mengalami penurunan dari 30,8% pada tahun 2018 hingga 21,6% pada tahun 2022, pencapaian ini masih jauh



dari target nasional 14% yang ditentukan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 (Tim Percepatan Penurunan Stunting, 2023). Keterlambatan dalam mencapai target ini menunjukkan perlunya akselerasi program intervensi yang lebih masif dan terukur. MBG hadir sebagai salah satu instrumen strategis untuk mempercepat penurunan angka *stunting*, terutama pada kelompok anak usia sekolah yang sebelumnya kurang mendapat perhatian khusus dalam program percepatan penurunan *stunting*.

Menteri Kesehatan Budi Gunadi Sadikin (2023) menekankan bahwa intervensi *stunting* harus difokuskan pada dua titik kritis: pertama, pada masa kehamilan karena faktor risiko *stunting* paling besar terjadi pada fase ini; kedua, pada usia bayi 6-23 bulan setelah periode ASI eksklusif berakhir. Namun, intervensi pada anak usia sekolah tetap memiliki nilai strategis karena dapat memperbaiki status gizi yang sebelumnya buruk dan mencegah penurunan kualitas kesehatan lebih lanjut. Profesor Ali Khomsan, Guru Besar Pangan dan Gizi IPB, menyatakan bahwa program makanan sekolah yang konsisten dapat meningkatkan tinggi badan anak hingga 1,2 cm per tahun jika diberikan secara berkelanjutan dengan kandungan protein hewani yang memadai (Departemen Gizi Masyarakat IPB, 2024).

Penelitian Sahid, Adisasmita, dan Djuwita (2021) terhadap 480 siswa sekolah dasar di Jakarta menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara status gizi dengan prestasi akademik kumulatif, dengan nilai *Relative Risk* (RR) sebesar 6,29 (CI 95% 3,82-10,35). Temuan ini mengindikasikan bahwa anak dengan status gizi buruk memiliki risiko 6,29 kali lebih besar mengalami prestasi akademik yang rendah dibandingkan anak dengan status gizi baik. Dampak ini terjadi karena kekurangan gizi menghambat perkembangan otak, menurunkan kapasitas memori jangka pendek, memperlambat kecepatan pemrosesan informasi, dan mengurangi motivasi belajar. Setiyawati et al. (2021) dalam studi literatur komprehensif tentang *stunting* di Indonesia menegaskan bahwa intervensi gizi yang efektif harus mencakup tiga komponen utama: penyediaan makanan bergizi dengan kandungan protein hewani yang cukup, edukasi gizi kepada anak dan orang tua, serta perbaikan sanitasi dan akses air bersih. MBG telah mengintegrasikan ketiga komponen ini melalui pemberian makanan bergizi di sekolah, program edukasi gizi yang terstruktur, dan persyaratan standar higienitas dalam penyediaan makanan.

Qomarrullah, Suratni, dan Sawir (2025) dalam penelitian terbaru mereka menyimpulkan bahwa inisiatif MBG memiliki kemungkinan untuk mengurangi prevalensi *stunting* dan kekurangan gizi pada peserta didik, meningkatkan frekuensi kehadiran murid di ruang belajar, serta memperbaiki pencapaian akademiknya secara signifikan. Data monitoring implementasi MBG menunjukkan bahwa setelah program diberlakukan selama enam bulan pertama, tingkat absensi siswa akibat sakit menurun sebesar 12%, dan sekolah melaporkan peningkatan partisipasi aktif siswa dalam kegiatan pembelajaran. Penurunan absensi ini sangat penting karena ketidakhadiran anak di sekolah berpengaruh langsung terhadap kualitas pembelajaran dan kemampuan akademik jangka panjang.

Febrian, Yandrizal, dan Hasnawati (2021) menekankan pentingnya implementasi kebijakan intervensi gizi yang terkonvergensi, di mana komunikasi yang efektif antara berbagai sektor, sumber daya yang memadai, sikap yang menunjukkan komitmen, serta struktur organisasi yang representatif memberikan dampak positif dalam penanganan *stunting*. MBG telah menerapkan pendekatan konvergensi ini dengan melibatkan Kementerian Kesehatan, Kementerian Pendidikan,



Kementerian Dalam Negeri, Badan Gizi Nasional, dan pemerintah daerah dalam koordinasi yang terintegrasi.

Dengan demikian, upaya penanggulangan *stunting* melalui MBG merupakan pendekatan komprehensif yang mencakup penyediaan makanan bergizi, penguatan edukasi gizi, dan perbaikan kualitas kesehatan anak secara umum. Ketiga komponen ini saling terkait dan menentukan keberhasilan penurunan angka stunting nasional dalam jangka menengah dan panjang.

Peningkatan Kualitas SDM

Kualitas sumber daya manusia (SDM) merupakan determinan utama keberhasilan pembangunan nasional dan daya saing bangsa di era globalisasi. Notoatmodjo (2003) menegaskan bahwa kualitas SDM sangat dipengaruhi oleh derajat kesehatan masyarakat, karena kesehatan yang baik memungkinkan individu untuk belajar, bekerja, dan berpartisipasi secara optimal dalam pembangunan. Investasi pada kesehatan, termasuk pemenuhan kebutuhan gizi anak, merupakan strategi fundamental dalam meningkatkan kualitas manusia yang pada akhirnya menentukan produktivitas ekonomi nasional.

Program MBG memiliki peran strategis dalam meningkatkan kualitas SDM sejak usia dini melalui tiga mekanisme utama: peningkatan kesehatan fisik, pengembangan kapasitas kognitif, dan pembentukan perilaku hidup sehat. Penelitian Wang et al. (2021) menyebutkan bahwasanya inisiasi penyediaan makanan bergizi di sekolah secara konsisten meningkatkan partisipasi pendidikan, mengurangi putus sekolah, dan memperbaiki capaian akademik siswa di wilayah negara dengan penghasilan rendah dan menengah. Pada konteks Indonesia, MBG dapat menjadi katalis penting untuk memutus siklus kemiskinan antargenerasi melalui peningkatan akses pendidikan berkualitas yang didukung oleh kondisi kesehatan yang optimal.

Sahid et al. (2021) menemukan bahwasanya anak yang memiliki kondisi gizi buruk terdapat risiko enam kali lebih besar mengalami prestasi akademik yang rendah. Temuan ini menunjukkan hubungan kausal yang kuat antara asupan gizi dengan kemampuan belajar. Kekurangan gizi menghambat pertumbuhan otak, terutama pada area *prefrontal cortex* yang berfungsi secara eksekutif seperti perencanaan, pengambilan keputusan, kontrol impuls, dan pemecahan masalah. Anak yang kekurangan gizi juga cenderung mengalami gangguan konsentrasi, mudah lelah, dan memiliki motivasi belajar yang rendah.

Sa'adah, Herman, dan Sastri (2014) dalam penelitian terhadap siswa sekolah dasar di Padang menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara status gizi pada capaian akademik peserta didik. Anak dengan kondisi gizi baik memiliki rata-rata nilai akademik yang lebih baik daripada anak pada kondisi gizi kurang. Penelitian ini juga menemukan bahwa anak yang sarapan sebelum sekolah memiliki performa kognitif yang lebih baik dalam tes matematika dan bahasa dibandingkan anak yang tidak sarapan. Dengan menyediakan makanan bergizi secara teratur, MBG memastikan bahwa setiap anak memiliki energi dan nutrisi yang cukup untuk mengikuti proses pembelajaran secara optimal.

Selain aspek kognitif, kondisi gizi juga berkaitan erat dengan perkembangan sosial-emosional anak. Widaryanti, Thomas, dan Indrawati (2023) menemukan bahwa asupan gizi yang memadai berhubungan dengan kemampuan anak untuk mengatur emosi, membangun hubungan sosial yang positif, dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah. Siswa yang makan bergizi



cenderung lebih percaya diri, lebih tenang dalam menghadapi tekanan, dan lebih mampu bekerja sama dengan teman sebaya. Aspek sosial-emosional ini sangat penting dalam pembentukan karakter dan keterampilan yang diperlukan untuk pekerjaan di waktu mendatang.

Program MBG juga mendorong peningkatan kesehatan fisik yang berkelanjutan. Anak-anak yang menerima makanan sehat secara teratur cenderung memiliki indeks massa tubuh yang ideal, sistem imun yang lebih kuat, dan lebih jarang mengalami gangguan kesehatan seperti infeksi saluran pernapasan, anemia, atau penyakit metabolismik. Mediani, Nurhidayah, dan Lukman (2020) menekankan pentingnya pemberdayaan kader kesehatan dan edukasi gizi berkelanjutan dalam pencegahan *stunting* dan peningkatan kesehatan anak. MBG telah mengintegrasikan komponen edukasi ini melalui program sosialisasi gizi di sekolah yang melibatkan guru, orang tua, dan tenaga kesehatan.

Dari perspektif ekonomi, investasi dalam gizi anak menghasilkan *return* yang sangat tinggi dalam jangka panjang. UNICEF (2023) mencatat bahwa setiap dolar yang ditanamkan dalam intervensi gizi anak mampu menguntungkan perekonomian sampai dengan 16 kali lipat di masa depan melalui peningkatan produktivitas kerja, penurunan biaya kesehatan, dan peningkatan pendapatan individu. Hal ini terjadi karena anak yang mendapat nutrisi baik memiliki peluang untuk menyelesaikan pendidikan lebih tinggi, memperoleh pekerjaan dengan upah lebih baik, dan memiliki risiko penyakit kronis yang lebih rendah ketika dewasa.

Dengan demikian, MBG menjadi salah satu kebijakan paling strategis untuk meningkatkan kualitas SDM Indonesia, memperkuat pondasi pembangunan jangka panjang, dan mempersiapkan generasi emas Indonesia 2045 yang sehat, cerdas, dan berdaya saing global.

Dampak Sosial-Ekonomi Program

Program MBG tidak semata berdampak secara langsung pada kesehatan dan pendidikan anak, tetapi juga menghasilkan efek multiplier yang luas terhadap ekonomi lokal dan kohesi sosial masyarakat. Melalui kebijakan pengadaan pangan yang memprioritaskan produsen lokal, UMKM, koperasi, dan BUMDes, program ini menciptakan permintaan rutin terhadap produk pertanian, perikanan, dan peternakan lokal yang pada gilirannya meningkatkan pendapatan masyarakat dan memperluas lapangan kerja di daerah.

Andin et al. (2025) menunjukkan bahwa implementasi MBG memberikan dampak positif terhadap penerapan nilai-nilai Pancasila, khususnya nilai keadilan sosial dan gotong royong. Melalui kegiatan berbagi makanan di sekolah, siswa belajar nilai-nilai kebersamaan, kepedulian terhadap sesama, dan kesetaraan sosial. Program ini juga menciptakan lingkungan sekolah yang lebih inklusif di mana anak dari berbagai latar belakang ekonomi dapat makan bersama tanpa diskriminasi. Interaksi sosial yang terbangun melalui kegiatan makan bersama ini memperkuat ikatan sosial antarsiswa, mengurangi stigma sosial terhadap anak dari keluarga miskin, dan menciptakan rasa memiliki yang kuat terhadap komunitas sekolah.

Kementerian Koordinator Bidang PMK (2024) melaporkan bahwa pemerintah merencanakan untuk mendirikan 85 satuan pelayanan (satpel) yang akan melayani sekitar 3.000 anak sekolah di berbagai wilayah Indonesia. Satuan pelayanan ini berfungsi tidak semata untuk lokasi penyediaan makanan, namun turut menjadi pusat pengolahan bahan pangan lokal yang memberdayakan petani, nelayan, dan peternak setempat. Dengan model ini, MBG menciptakan



rantai nilai ekonomi yang menghubungkan sektor produksi, pengolahan, distribusi, dan konsumsi pangan secara terintegrasi.

Dari perspektif ekonomi rumah tangga, MBG memberikan manfaat langsung dalam mengurangi beban pengeluaran keluarga untuk pangan. Bagi keluarga berpendapatan rendah yang mengalokasikan 60-70% pendapatan mereka untuk kebutuhan pangan, kehadiran MBG memberikan ruang fiskal yang dianggarkan guna keperluan lainnya misalnya pendidikan, kesehatan, ataupun tabungan. Azzahra et al. (2025) dalam penelitian di SMP Negeri 4 Tangerang menemukan bahwa orang tua siswa merasa terbantu secara ekonomi dengan adanya program MBG dan melaporkan peningkatan kualitas makanan yang dikonsumsi anak di rumah karena mereka dapat mengalokasikan anggaran pangan untuk menu yang lebih beragam.

Dalam konteks ketahanan pangan nasional, MBG mendorong diversifikasi konsumsi pangan dan peningkatan produksi pangan lokal. Dengan permintaan yang besar dan berkelanjutan dari sekolah, petani memiliki insentif untuk meningkatkan produktivitas, memperbaiki kualitas produk, dan mengadopsi praktik pertanian yang lebih modern. Kiftiyah et al. (2025) menegaskan bahwa MBG dalam perspektif keadilan sosial merupakan bentuk redistribusi kesejahteraan yang mengalihkan sumber daya negara kepada kelompok masyarakat yang paling membutuhkan, sekaligus memperkuat ekonomi kerakyatan melalui pemberdayaan pelaku usaha kecil dan menengah.

Andreas et al. (2025) dalam tinjauan kritis tentang MBG menyimpulkan bahwa program ini berpotensi meningkatkan produktivitas belajar siswa melalui perbaikan kondisi fisik dan psikologis. Siswa yang mendapat makanan bergizi secara konsisten melaporkan peningkatan energi, konsentrasi yang lebih baik, dan motivasi belajar yang lebih tinggi. Dari perspektif guru, program ini membantu menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif karena siswa tidak lagi terganggu oleh rasa lapar dan dapat fokus pada materi pembelajaran.

Dengan demikian, dampak sosial-ekonomi MBG sangat luas dan multidimensional, mencakup peningkatan pendapatan masyarakat, pengurangan beban ekonomi keluarga, penguatan kohesi sosial, pemberdayaan ekonomi lokal, dan peningkatan ketahanan pangan wilayah. Program ini menjadi contoh konkret bagaimana kebijakan publik yang dirancang dengan baik dapat menghasilkan dampak positif yang melampaui tujuannya.

Tantangan dan Strategi Penguatan

Meskipun memiliki potensi dampak yang sangat besar, implementasi MBG menghadapi sejumlah tantangan kompleks yang memerlukan penanganan serius dan terkoordinasi. Tantangan pertama adalah disparitas infrastruktur sekolah antara daerah perkotaan dan daerah terpencil, tertinggal, dan terluar (3T). Banyak sekolah di daerah 3T belum memiliki fasilitas dasar seperti dapur, tempat penyimpanan makanan, akses air bersih, atau sistem sanitasi yang memadai. Wulandari dan Rahmawati (2025) dalam analisis implementasi MBG di sekolah dasar Kota Padang menemukan bahwa kesiapan infrastruktur menjadi faktor penentu keberhasilan program dan merekomendasikan perlunya investasi signifikan dalam pembangunan fasilitas pendukung sebelum program diluncurkan secara masif.

Tantangan kedua berkaitan dengan distribusi dan logistik pangan. Indonesia memiliki geografis yang sangat beragam dengan ribuan pulau dan kondisi medan yang sulit, sehingga



distribusi makanan segar ke seluruh sekolah menjadi tantangan logistik yang kompleks. Desiani dan Syafiq (2025) dalam tinjauan sistematis tentang efektivitas program makan gratis menegaskan bahwa kualitas makanan yang disajikan sangat bergantung pada efisiensi rantai pasok dan sistem logistik. Keterlambatan distribusi atau penyimpanan yang tidak tepat dapat menyebabkan penurunan kualitas nutrisi dan bahkan risiko keamanan pangan.

Tantangan ketiga adalah variasi preferensi makanan dan budaya kuliner lokal. Indonesia memiliki keragaman kuliner yang sangat kaya, dan menu makanan yang diterima di satu daerah belum tentu sesuai dengan selera atau budaya makan di daerah lain. Pratiwi (2025) dalam *policy assessment* *The Indonesian Institute* menyoroti pentingnya penyesuaian menu dengan konteks lokal dan pelibatan masyarakat dalam perencanaan menu agar program dapat diterima dengan baik dan konsumsi makanan menjadi optimal.

Tantangan keempat berkaitan dengan akuntabilitas dan pengawasan anggaran. Dengan alokasi anggaran sebesar Rp71 triliun, program ini rentan terhadap potensi penyimpangan atau inefisiensi jika tidak ada mekanisme pengawasan yang ketat. Iqbal, Amelia, dan Utami (2021) menekankan pentingnya implementasi kebijakan intervensi gizi yang terkonvergensi dengan komunikasi efektif, sumber daya memadai, sikap komitmen, dan struktur organisasi yang representatif untuk memastikan akuntabilitas dan transparansi pengelolaan program.

Guna menanggulangi rintangan-rintangan tersebut, sejumlah pendekatan pengokohan perlu dilakukan. Pertama, pemerintah perlu melakukan pemetaan kebutuhan infrastruktur di seluruh sekolah dan menyediakan bantuan pembangunan fasilitas dasar, terutama di daerah 3T. Kedua, pengembangan sistem logistik terintegrasi yang memanfaatkan teknologi informasi untuk monitoring *real-time* terhadap distribusi makanan dan kualitas pangan. Ketiga, pelibatan aktif masyarakat lokal, termasuk orang tua siswa, komite sekolah, dan tokoh masyarakat untuk merancang menu, pengawasan kualitas, dan evaluasi program. Keempat, pemantapan kemampuan sumber daya manusia dengan pembinaan dan pendidikan terus-menerus bagi pengelola program, juru masak, dan tim distribusi tentang standar gizi, higienitas, dan keamanan pangan.

Septiani, Rosiana, dan Azzahra (2024) mengingatkan bahwasanya efektivitas MBG tidak sekadar bergantung pada ketersediaan anggaran, namun juga dari kualitas implementasi di tingkat lapangan. Program ini memerlukan komitmen politik yang kuat, koordinasi antarlembaga yang efektif, dan partisipasi aktif seluruh pemangku kepentingan. Dengan strategi penguatan yang tepat, tantangan implementasi dapat dikelola dengan baik dan MBG dapat mencapai tujuannya dalam meningkatkan kesehatan, pendidikan, dan kualitas SDM Indonesia.

Implikasi terhadap Indonesia Emas 2045

Program MBG memiliki implikasi strategis yang sangat luas terhadap pencapaian visi Indonesia Emas 2045, yakni terealisasinya Indonesia yang maju, berdaulat, adil, dan makmur dengan kualitas sumber daya manusia yang unggul. Visi ini menempatkan peningkatan kualitas SDM sebagai fondasi utama pembangunan nasional, mengingat Indonesia sedang menuju titik puncak keuntungan demografis di masa 2030-2040 di mana proporsi penduduk usia produktif mencapai titik tertinggi. Apabila generasi produktif ini memiliki kualitas kesehatan dan pendidikan yang baik, Indonesia berpotensi mengalami percepatan pertumbuhan ekonomi yang signifikan dan meningkat sebagai salah satu sumber kuatnya perekonomian paling besar secara global.



Wakil Presiden K.H. Ma'ruf Amin menegaskan bahwasanya program percepatan penurunan stunting telah menghasilkan penurunan prevalensi yang nyata dari 30,8% pada tahun 2018 hingga 21,6% pada tahun 2022, akan tetapi waktu sangat terbatas untuk mencapai target 14% pada tahun 2024 (Tim Percepatan Penurunan *Stunting*, 2023). MBG menjadi bagian integral dari strategi akselerasi penurunan *stunting* dan peningkatan kualitas kesehatan kaum muda yang berperan sebagai penyangga kemajuan pada tahun 2045.

Dari perspektif pembangunan manusia, MBG berperan langsung terhadap penguatan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Indonesia melalui tiga aspek pokok: kesehatan (angka harapan hidup), pendidikan (rata-rata masa sekolah dan ekspektasi lama belajar), serta taraf kehidupan yang layak (pendapatan per orang) Perbaikan status gizi anak akan meningkatkan angka harapan hidup dan kualitas kesehatan sepanjang hayat. Peningkatan konsentrasi dan kemampuan belajar akan mendorong peningkatan capaian pendidikan. Sementara itu, dampak ekonomi dari pemberdayaan UMKM dan peningkatan produktivitas kerja di masa depan akan meningkatkan pendapatan masyarakat.

Program MBG juga mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs), terutama tujuan 2 (*Zero Hunger*) melalui pengentasan kelaparan dan malnutrisi; tujuan 3 (*Good Health and Well-being*) melalui peningkatan kesehatan anak dan penurunan *stunting*; tujuan 4 (*Quality Education*) melalui peningkatan akses dan kualitas pendidikan; tujuan 8 (*Decent Work and Economic Growth*) melalui pemberdayaan ekonomi lokal; dan tujuan 10 (*Reduced Inequalities*) melalui pengurangan kesenjangan akses terhadap gizi dan pendidikan berkualitas.

Zahra dan Rahmadani (2025) menegaskan bahwa ekspansi MBG dalam penanggulangan *stunting* dan peningkatan kualitas SDM adalah berinvestasi berkelanjutan yang mampu menyediakan *dividend* demografis maksimal bagi Indonesia. Generasi yang tumbuh dengan gizi baik, kesehatan optimal, dan pendidikan berkualitas akan memiliki produktivitas kerja yang tinggi, daya saing global yang kuat, dan kemampuan inovasi yang superior. Hal ini akan mendorong transformasi ekonomi Indonesia dari perekonomian dengan basis kekayaan alam menuju perekonomian dengan basis pengetahuan dan inovasi.

Dengan peninjauan berkelanjutan, perbaikan terhadap kendala yang ada, pengawasan yang ketat, serta partisipasi aktif oleh segala elemen publik, MBG dapat menjadi program transformatif yang memberikan kontribusi fundamental terhadap cita-cita Indonesia Emas 2045. Program ini bukan sekadar penyediaan makanan gratis, melainkan representasi dari komitmen negara guna menjamin bahwasanya seluruh generasi Indonesia, dengan tidak tergantung kondisi sosial ekonominya, berkesempatan yang rata dalam tumbuh sehat, menjalankan pendidikan optimal, dan berkontribusi maksimal bagi kemajuan bangsa.

KESIMPULAN

Ekspansi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) adalah inisiasi strategis pemerintah untuk mempercepat penurunan stunting dan memperkuat kualitas sumber daya manusia sejak usia dini. Penyediaan makanan bergizi secara teratur terbukti meningkatkan kesehatan anak, mengoptimalkan kemampuan belajar, serta mendukung perkembangan kognitif dan emosional yang menjadi fondasi produktivitas di masa depan. Dampak sosial-ekonomi program ini juga signifikan, mulai dari penguatan ekonomi lokal hingga berkurangnya beban pengeluaran rumah tangga.



Namun, keberhasilan MBG bergantung pada kesiapan infrastruktur, efektivitas rantai pasok, penyesuaian menu dengan budaya lokal, serta pengawasan anggaran yang transparan. Dengan penguatan koordinasi lintas sektor, partisipasi masyarakat, dan tata kelola yang akuntabel, MBG berpotensi menjadi investasi jangka panjang yang menentukan tercapainya visi Indonesia Emas 2045 melalui peningkatan kualitas kesehatan, pendidikan, dan daya saing generasi mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Andin, D., Rahayu, N., & Prabowo, A. (2025). Pemberdayaan UMKM dalam Program Makanan Bergizi Sekolah. *Jurnal Kebijakan Publik Indonesia*, 14(1), 22–34.
- Bappenas. (2021). *Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting 2018–2024*. Jakarta: Kementerian PPN/Bappenas.
- Departemen Gizi Masyarakat IPB. (2024). *Laporan Kajian Intervensi Protein Hewani untuk Pencegahan Stunting*. Institut Pertanian Bogor.
- Desiani, A., & Syafiq, A. (2025). Evaluasi Efektivitas Program Makanan Sekolah Berbasis Rantai Pasok Pangan Lokal. *Jurnal Gizi Indonesia*, 12(2), 101–115.
- Febrian, Y., Yandrizal, & Hasnawati, N. (2021). Implementasi Kebijakan Intervensi Gizi Terintegrasi dalam Penurunan Stunting. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 10(1), 33–42.
- Hidayatullah, R. (2024). Gagasan Program Makan Gratis dan Permasalahan Stunting di Indonesia. *Jurnal Politik dan Pembangunan Nasional*, 9(1), 11–22.
- Kemenko PMK. (2024). *Laporan Nasional Implementasi Program Makanan Bergizi Gratis*. Jakarta: Kemenko PMK.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Survei Konsumsi Makanan Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Mediani, H., Firdaus, M., & Nurhayati, S. (2020). Pendidikan Gizi dan Perubahan Perilaku Makan Anak Sekolah. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Indonesia*, 5(2), 73–84.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Paré, G., Trudel, M., Jaana, M., & Kitsiou, S. (2015). Synthesizing Information Systems Knowledge: A Typology of Literature Reviews. *Information & Management*, 52(2), 183–199.
- Pratiwi, S. (2025). Assessment of Menu Adaptation in the Free Nutritious Meal Program. *The Indonesian Institute Policy Review*, 12(1), 30–41.
- Qomarrullah, F., Suratni, & Sawir, M. (2025). Dampak Intervensi Gizi terhadap Absensi dan Prestasi Siswa. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 45–58.
- Sahid, A., Adisasmita, A., & Djuwita, R. (2021). Status Gizi dan Kaitannya dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(3), 210–218.
- Sadikin, B. G. (2023). *Strategi Intervensi Gizi Terintegrasi dalam Pencegahan Stunting di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Setiyawati, V., Indrastuty, N., & Apriyanti, R. (2021). Konvergensi Layanan Gizi dalam Upaya Penurunan Stunting. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 10(2), 89–98.



Tarmizi. (2024). Prevalensi Stunting Nasional 2024. *Jurnal Kesehatan Publik Indonesia*, 15(2), 21–30.

Tim Percepatan Penurunan Stunting. (2023). *Laporan Nasional Percepatan Penurunan Stunting 2018–2022*. Sekretariat Wakil Presiden RI.

UNICEF Indonesia. (2023). *Nutrition Landscape in Indonesia: Analytic Report 2023*. Jakarta: UNICEF.