

## **DAMPAK PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS (MBG) TERHADAP KONSENTRASI SISWA SEKOLAH DASAR DALAM KEGIATAN BELAJAR**

Selapiah Maryam<sup>1</sup>, Tia Latifatu Sadiyah<sup>2</sup>, Sri Wulan Anggraeni<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>PGSD FKIP Universitas Buana Perjuangan Karawang

sd22.selapiahmaryam@mhs.ubpkarawang.ac.id<sup>1</sup>,

tia.latifatu@ubpkarawang.ac.id<sup>2</sup>, wulan.anggraeni@ubpkarawang.ac.id<sup>3</sup>

### **ABSTRACT**

*In Indonesia, malnutrition remains a serious public health issue, with many elementary school children experiencing inadequate nutritional intake, negatively impacting their concentration, motivation, and academic achievement. This study aims to analyze the impact of the MBG Program on elementary school students' concentration during learning activities. This study used a descriptive qualitative approach with data collection techniques through in-depth interviews, participant observation, and documentation. Research informants included students, classroom teachers, parents, and school officials directly involved in the implementation of the MBG program. The results showed that the implementation of the MBG Program contributed to increased student concentration, as indicated by increased learning focus duration and reduced distractive behavior in class. In addition, MBG also increased student motivation and active participation in the learning process. Support from teachers, parents, and school officials strengthened the program's effectiveness in creating a more conducive learning atmosphere. Overall, the MBG Program has proven to play a significant role in supporting students' learning readiness and improving the quality of the learning process in elementary schools.*

**Keywords:** *Elementary education; Free nutritious meals; Learning activities; Student concentration; Well-being*

### **ABSTRAK**

Di Indonesia, masalah gizi buruk masih merupakan isu kesehatan masyarakat yang serius, di mana banyak anak sekolah dasar mengalami asupan gizi tidak memadai yang berdampak negatif pada konsentrasi, motivasi, serta prestasi akademik mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak Program MBG terhadap konsentrasi siswa sekolah dasar dalam kegiatan belajar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Informan penelitian meliputi siswa, guru kelas, orang tua, dan pihak sekolah yang terlibat langsung dalam pelaksanaan program MBG. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi Program MBG berkontribusi terhadap peningkatan konsentrasi siswa yang ditandai dengan bertambahnya durasi fokus belajar dan berkurangnya perilaku distraksi di kelas. Selain itu, MBG juga meningkatkan motivasi dan keaktifan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Dukungan guru, orang tua, dan pihak sekolah memperkuat efektivitas program dalam menciptakan suasana belajar yang lebih kondusif. Secara keseluruhan, Program MBG terbukti berperan

penting dalam mendukung kesiapan belajar siswa dan peningkatan kualitas proses pembelajaran di sekolah dasar.

**Kata kunci:** Aktivitas belajar; Konsentrasi siswa; Makan bergizi gratis; Pendidikan dasar; Pembelajaran

## **A. Pendahuluan**

Program Makan Bergizi Gratis (Makan Bergizi Gratis/MBG) yang resmi diluncurkan pada Januari 2025 oleh pemerintah Indonesia di bawah Presiden Prabowo Subianto merupakan inisiatif strategis untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui pemenuhan kebutuhan gizi anak sekolah, dengan sasaran utama siswa dari tingkat Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) hingga Sekolah Menengah Atas/Sekolah Menengah Kejuruan (SMA/SMK) melalui penyediaan makanan bergizi seimbang secara gratis. Program ini dirancang untuk mengatasi prevalensi stunting dan malnutrisi yang masih tinggi di Indonesia, di mana intervensi gizi berbasis sekolah telah terbukti efektif dalam meningkatkan status gizi serta mengurangi defisiensi nutrisi pada anak usia sekolah (Rimbawan et al., 2023). Program makan sekolah serupa di berbagai negara berkembang, termasuk Indonesia, telah menunjukkan peningkatan

asupan nutrisi, kehadiran siswa, dan capaian kognitif melalui pengurangan kelaparan jangka pendek serta peningkatan kesehatan secara keseluruhan (Nida & Sari, 2023).

Selain itu, program makan sekolah gratis dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap penurunan malnutrisi kronis dan peningkatan prestasi akademik siswa melalui pemenuhan asupan energi dan mikronutrien esensial. Oleh karena itu, implementasi MBG berpotensi menjadi intervensi efektif dalam memutus rantai malnutrisi intergenerational dan mendukung pembangunan manusia berkelanjutan di Indonesia. Dengan demikian, MBG tidak hanya berfokus pada pencegahan stunting jangka pendek, tetapi juga mendukung pembangunan manusia berkelanjutan sebagaimana dibuktikan oleh bukti empiris dari intervensi serupa yang meningkatkan pertumbuhan linier dan kesehatan anak (Andrestian et al., 2025).

Di Indonesia, masalah gizi buruk masih merupakan isu

kesehatan masyarakat yang serius, di mana banyak anak sekolah dasar mengalami asupan gizi tidak memadai yang berdampak negatif pada konsentrasi, motivasi, serta prestasi akademik mereka (Rah et al., 2021). Kurangnya asupan gizi dapat mengganggu fungsi kognitif, termasuk kemampuan fokus dan memori jangka pendek, sehingga menghambat proses belajar mengajar pada siswa usia sekolah dasar. Program pemberian makanan bergizi, seperti *school feeding program*, diharapkan menjadi solusi efektif karena dapat meningkatkan energi, fungsi kognitif, dan konsentrasi belajar anak. Oleh karena itu, implementasi program Makanan Bergizi Gratis (MBG) perlu diperkuat guna mengatasi dampak jangka panjang malnutrisi terhadap perkembangan kognitif dan prestasi akademik siswa sekolah dasar di Indonesia.

Meskipun berbagai studi internasional telah membuktikan bahwa *school feeding programs* memberikan dampak positif signifikan terhadap peningkatan konsentrasi, kehadiran siswa, serta prestasi belajar di berbagai negara seperti Afrika, India, dan Brasil (Vergue et

al., 2020; Barnabas & Bavorova, 2024), penelitian spesifik mengenai Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di Indonesia masih relatif terbatas dan baru berkembang sejak implementasi nasional pada tahun 2025. Namun, sebagian besar penelitian tersebut bersifat kuantitatif terbatas atau studi kasus lokal dengan fokus utama pada status gizi fisik dan prestasi akademik secara umum, sehingga terdapat celah penelitian yang perlu diisi melalui pendekatan yang lebih komprehensif dan jangka panjang untuk mengukur dampak holistik program tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap konsentrasi siswa sekolah dasar dalam kegiatan belajar mengajar. Selanjutnya, penelitian ini dirancang untuk mengungkap pengalaman serta persepsi siswa, guru, dan orang tua mengenai pengaruh program MBG terhadap fokus, motivasi, serta proses pembelajaran secara keseluruhan. Di samping itu, penelitian ini juga bertujuan memberikan rekomendasi kebijakan yang konkret bagi peningkatan implementasi MBG di sekolah dasar guna mendukung prestasi belajar

siswa yang lebih optimal. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada penguatan intervensi gizi dalam konteks pendidikan dasar di Indonesia.

### **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menganalisis dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap konsentrasi siswa sekolah dasar dalam kegiatan belajar. Pendekatan kualitatif digunakan untuk memahami fenomena secara mendalam berdasarkan pengalaman, persepsi, serta kondisi nyata subjek penelitian di lapangan.

Penelitian dilaksanakan di SDN Margasari III yang dipilih secara purposive karena merupakan salah satu sekolah penerima Program Makan Bergizi Gratis. Subjek penelitian terdiri atas 40 siswa kelas IV, guru kelas, dan kepala sekolah yang terlibat dalam pelaksanaan program tersebut.

Teknik pengumpulan data meliputi observasi partisipatif, wawancara semi-terstruktur, angket, dan dokumentasi. Observasi

dilakukan untuk memperoleh gambaran kondisi siswa selama kegiatan pembelajaran setelah menerima program makan bergizi. Wawancara dilakukan kepada siswa dan guru untuk menggali informasi secara mendalam mengenai pelaksanaan program dan perubahan konsentrasi belajar siswa. Angket digunakan untuk memperkuat data persepsi siswa dan guru terhadap dampak program. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan dan dokumen sekolah yang relevan.

Instrumen penelitian terdiri atas pedoman wawancara dan angket yang disusun berdasarkan variabel Program Makan Bergizi Gratis dan konsentrasi belajar siswa. Kisi-kisi instrumen disusun untuk memastikan keterkaitan antara tujuan penelitian, indikator, dan butir pertanyaan yang diajukan.

**Tabel 1. Kisi-Kisi Wawancara**

<b>Variabel</b>	<b>Indikator</b>	<b>Sumber data</b>
Program Makan Bergizi Gratis	Respon terhadap program, kebiasaan konsumsi makanan, kondisi fisik setelah makan	Siswa
Konsentra si Belajar	Fokus perhatian, ketahanan belajar,	Siswa

	dampak terhadap kegiatan belajar	
Program Makan Bergizi Gratis	Pelaksanaan program, kendala, dan saran perbaikan	Guru
Konsentrasi Belajar	Perubahan fokus, keaktifan, dan penyelesaian tugas siswa	Guru

Instrumen angket diberikan kepada siswa dan guru menggunakan skala Likert empat tingkat yaitu Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), dan Sangat Tidak Setuju (1). Adapun kisi-kisi angket penelitian disajikan pada tabel berikut.

**Tabel 2. Kisi-Kisi Angket**

Variabel	Indikator	Sumber data
Program Makan Bergizi Gratis	Konsumsi makanan dan kondisi fisik siswa setelah makan	Siswa
Konsentrasi Belajar	Perhatian, keaktifan, dan ketahanan belajar siswa	Siswa
Program Makan Bergizi Gratis	Dampak terhadap energi siswa	Guru
Konsentrasi Belajar	Perhatian, keaktifan, ketahanan belajar, dan penyelesaian tugas	Guru

Analisis data menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman (1994) yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber, member checking, audit trail, dan konfirmabilitas untuk memastikan kredibilitas, dependabilitas, dan transferabilitas hasil penelitian.

### **C.Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap konsentrasi, motivasi, dan proses pembelajaran siswa kelas IV di SDN Margasari III, Kecamatan Karawang Timur. Data diperoleh melalui angket yang diberikan kepada 40 siswa, serta diperkuat dengan hasil observasi partisipatif dan wawancara dengan siswa, guru kelas, dan kepala sekolah. Pengolahan data angket dilakukan menggunakan skala Likert empat tingkat, yaitu Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), dan Sangat Tidak Setuju (1). Distribusi persentase respon siswa terhadap setiap pernyataan disajikan pada tabel berikut.

**Tabel 3. Rekapitulasi Persentase Respon Siswa terhadap Program MBG**

No	Pernyataan	SS (%)	S (%)	TS (%)	STS (%)	Total Setuju (%)
1	Menghabiskan makanan MBG	60,0	27,5	10,0	2,5	87,5
2	Menyukai menu MBG	55,0	32,5	10,0	2,5	87,5
3	Tidak merasa lapar saat belajar	52,5	27,5	15,0	5,0	80,0
4	Badan lebih kuat dan segar	57,5	25,0	12,5	5,0	82,5
5	Fokus mendengarkan guru	62,5	22,5	10,0	5,0	85,0
6	tidak mudah terganggu	55,0	25,0	15,0	5,0	80,0
7	lebih berani bertanya/menjawab	52,5	30,0	12,5	5,0	82,5
8	tidak mengantuk saat belajar	57,5	22,5	15,0	5,0	80,0
9	menyelesaikan tugas dengan baik	50,0	27,0	17,5	5,0	77,5

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa mayoritas siswa memberikan respon positif terhadap seluruh indikator yang diukur. Persentase total persetujuan (SS dan S) berada pada rentang 77,5% hingga 87,5%, yang menunjukkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis diterima dengan baik serta dirasakan manfaatnya oleh siswa dalam kegiatan pembelajaran. Hasil wawancara dengan beberapa siswa juga menunjukkan bahwa mereka merasa lebih siap mengikuti pelajaran setelah menerima makanan dari program MBG. Salah satu siswa menyatakan bahwa setelah makan ia tidak lagi merasa lapar ketika guru menjelaskan materi sehingga dapat lebih fokus memperhatikan. Hal ini diperkuat oleh hasil observasi peneliti yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa terlihat lebih tenang dan tidak sering meminta izin keluar kelas

seperti sebelum program berjalan secara rutin.

Pada aspek konsumsi makanan dan kondisi fisik, sebagian besar siswa menyatakan selalu menghabiskan makanan dan menyukai menu yang disediakan sekolah. Sebanyak 80% siswa menyatakan tidak merasa lapar saat belajar dan 82,5% merasa tubuh lebih kuat serta segar setelah makan. Hasil wawancara dengan guru kelas juga mengungkapkan bahwa sebelum program MBG beberapa siswa sering mengeluhkan rasa lapar pada jam pelajaran terakhir. Namun setelah program berjalan, keluhan tersebut mulai berkurang. Observasi selama proses pembelajaran juga menunjukkan bahwa siswa terlihat lebih berenergi dan jarang menunjukkan tanda-tanda kelelahan saat mengikuti kegiatan belajar.

Dari aspek konsentrasi belajar, 85% siswa menyatakan mampu lebih fokus mendengarkan guru, dan 80% menyatakan tidak mudah terganggu serta tidak mengantuk selama pembelajaran berlangsung. Hasil observasi menunjukkan peningkatan durasi perhatian siswa dari 20–30 menit menjadi sekitar 40–50 menit setelah implementasi program secara

rutin. Temuan ini juga diperkuat oleh hasil wawancara dengan guru kelas yang menyatakan bahwa siswa kini lebih mampu mengikuti penjelasan materi dalam waktu yang lebih lama tanpa kehilangan fokus. Selain itu, selama observasi terlihat bahwa jumlah siswa yang berbicara sendiri atau melakukan aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan pembelajaran cenderung berkurang.

Pada aspek motivasi dan keaktifan, 82,5% siswa menyatakan lebih berani bertanya atau menjawab pertanyaan guru, dan 77,5% merasa mampu menyelesaikan tugas dengan baik setelah makan. Guru kelas juga menyampaikan dalam wawancara bahwa siswa terlihat lebih responsif terhadap instruksi dan lebih aktif dalam diskusi kelompok. Hasil observasi menunjukkan bahwa ketika guru memberikan pertanyaan, lebih banyak siswa yang mengangkat tangan untuk menjawab dibandingkan sebelum implementasi program. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi fisik yang lebih baik setelah menerima asupan makanan bergizi turut memengaruhi keberanian dan partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran.

Meskipun secara umum respon siswa sangat positif, terdapat sebagian kecil siswa yang masih menyatakan ketidakpuasan terhadap variasi menu pada kondisi tertentu. Dalam konteks nasional, program MBG juga sempat menjadi sorotan publik terkait penyesuaian menu selama bulan Ramadhan. Namun, di tingkat sekolah dilakukan penyesuaian waktu distribusi makanan untuk menjaga kenyamanan seluruh siswa.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kondisi fisik, konsentrasi, motivasi, dan kualitas proses pembelajaran siswa sekolah dasar

## **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memberikan dampak positif terhadap konsentrasi, motivasi, dan partisipasi belajar siswa sekolah dasar. Tingginya persentase persetujuan siswa pada seluruh indikator angket, yang berada pada rentang 77,5% hingga 87,5%, mengindikasikan bahwa program ini tidak hanya diterima dengan baik,

tetapi juga dirasakan manfaatnya secara langsung oleh siswa dalam proses pembelajaran. Temuan ini memperlihatkan bahwa pemenuhan kebutuhan gizi memiliki keterkaitan erat dengan kesiapan belajar siswa, baik dari aspek fisik maupun psikologis. Hal ini sejalan dengan teori kebutuhan dasar dalam psikologi pendidikan yang menyatakan bahwa kondisi fisik yang terpenuhi menjadi prasyarat bagi optimalnya proses belajar. Siswa yang memiliki kondisi tubuh sehat dan kebutuhan nutrisi yang cukup cenderung memiliki kapasitas perhatian dan daya ingat yang lebih baik dalam menerima informasi pembelajaran.

Pemenuhan kebutuhan fisiologis siswa melalui program MBG tampak menjadi fondasi utama dari peningkatan tersebut. Sebagian besar siswa menyatakan tidak merasa lapar saat belajar dan merasa tubuh lebih kuat serta segar setelah menerima makanan. Kondisi ini menunjukkan bahwa asupan gizi yang cukup berperan dalam menjaga stabilitas energi selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Dalam perspektif teori hierarki kebutuhan yang dikemukakan oleh Abraham

Maslow (Maslow, 1943), kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan dasar yang harus terpenuhi sebelum individu dapat mengoptimalkan fungsi kognitif dan mencapai kebutuhan tingkat yang lebih tinggi. Dengan demikian, ketika rasa lapar tidak lagi menjadi distraksi utama, siswa memiliki kapasitas yang lebih besar untuk memusatkan perhatian pada materi pembelajaran.

Lebih lanjut, peningkatan konsentrasi yang ditunjukkan melalui data angket dan observasi memperkuat hubungan antara kecukupan gizi dan fungsi kognitif. Sebanyak 85% siswa menyatakan mampu lebih fokus mendengarkan guru, dan hasil observasi menunjukkan peningkatan durasi perhatian dari 20–30 menit menjadi 40–50 menit setelah implementasi rutin program. Peningkatan ini menunjukkan adanya perbaikan pada kemampuan mempertahankan perhatian secara berkelanjutan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Florence, Asbridge, dan Veugelers (2008) yang menyatakan bahwa kualitas diet berkorelasi positif dengan performa akademik siswa sekolah dasar. Demikian pula, Taras (2005) menegaskan bahwa status

nutrisi yang baik berkontribusi terhadap peningkatan perhatian, perilaku positif, dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memperkuat bukti empiris bahwa intervensi gizi berbasis sekolah dapat menjadi strategi efektif dalam mendukung fungsi kognitif siswa.

Selain berdampak pada konsentrasi, program MBG juga menunjukkan pengaruh terhadap motivasi dan partisipasi aktif siswa. Persentase siswa yang menyatakan lebih berani bertanya dan menjawab pertanyaan guru mencapai 82,5%, sementara 77,5% siswa menyatakan lebih mampu menyelesaikan tugas dengan baik setelah makan. Hal ini menunjukkan bahwa dampak program tidak berhenti pada aspek fisik, tetapi turut memengaruhi aspek psikologis seperti rasa percaya diri dan kesiapan mental. Ketika kondisi fisik stabil, siswa cenderung lebih aktif dalam diskusi kelas dan lebih terlibat dalam aktivitas pembelajaran (Maslow, 1943). Dengan demikian, kesejahteraan fisik yang terjaga melalui pemenuhan gizi dapat berkontribusi pada terciptanya iklim kelas yang lebih kondusif dan interaktif.

Dalam konteks kebijakan nasional, temuan penelitian ini memperlihatkan relevansi program MBG sebagai bagian dari strategi pembangunan sumber daya manusia sejak usia dini. Meskipun demikian, implementasi program tidak terlepas dari dinamika sosial yang berkembang di masyarakat. Sorotan publik terkait penyesuaian menu MBG selama bulan Ramadhan (Syakirun Ni'am, 2026) menunjukkan bahwa keberhasilan program sosial tidak hanya ditentukan oleh aspek teknis dan nutrisi, tetapi juga oleh sensitivitas terhadap nilai sosial dan keagamaan. Dalam konteks SDN Margasari III, penyesuaian waktu distribusi makanan selama Ramadhan dilakukan tanpa mengurangi hak siswa yang tidak berpuasa. Adaptasi ini memperlihatkan pentingnya fleksibilitas kebijakan pada tingkat satuan pendidikan agar program tetap efektif dan dapat diterima oleh seluruh warga sekolah.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa Program Makan Bergizi Gratis memiliki kontribusi signifikan terhadap peningkatan kualitas proses pembelajaran. Pemenuhan

kebutuhan gizi yang memadai tidak hanya memperbaiki kondisi fisik siswa, tetapi juga meningkatkan konsentrasi, motivasi, dan partisipasi aktif dalam kelas. Dengan demikian, MBG dapat dipandang sebagai intervensi strategis yang mengintegrasikan aspek kesehatan dan pendidikan dalam upaya meningkatkan mutu pendidikan dasar secara berkelanjutan.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SDN Margasari III, dapat disimpulkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memberikan dampak positif terhadap konsentrasi siswa sekolah dasar dalam kegiatan pembelajaran. Hal ini terlihat dari tingginya respon positif siswa terhadap program MBG dengan persentase persetujuan pada angket berada pada rentang 77,5% hingga 87,5%. Selain itu, hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan durasi perhatian siswa dalam mengikuti pembelajaran, dari sekitar 20–30 menit menjadi 40–50 menit setelah program berjalan secara rutin. Hasil wawancara dengan guru dan siswa juga menunjukkan bahwa setelah menerima makanan dari program

MBG, siswa terlihat lebih fokus mendengarkan penjelasan guru, tidak mudah tertipu, serta lebih aktif dalam kegiatan belajar di kelas. Temuan ini menunjukkan bahwa penyediaan kebutuhan gizi melalui program MBG mampu mendukung kesiapan fisik dan mental siswa sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung dengan lebih kondusif.

Berdasarkan temuan penelitian tersebut, disarankan agar pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis terus dipertahankan dan ditingkatkan kualitasnya, baik dari segi ketepatan waktu distribusi maupun variasi menu makanan yang diberikan kepada siswa. Pihak sekolah dan pemerintah juga perlu bekerja sama dalam memastikan bahwa program ini dapat berjalan secara berkelanjutan sehingga manfaatnya terhadap konsentrasi dan motivasi belajar siswa dapat dirasakan secara optimal. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji dampak Program MBG dengan mencakup wilayah yang lebih luas serta menggunakan pendekatan metode campuran (mixed method) agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai pengaruh program

terhadap prestasi akademik dan perkembangan belajar siswa dalam jangka panjang.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Andrestian, M., Darmayanti, D., Hariati, N., Netty, N., Ardiansyah, A., & Mau, E. (2025). Analisis kebijakan intervensi gizi dalam prevalensi stunting di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universal*, 13 , 210–222.  
doi:10.13189/ujph.2025.130121
- Barnabas, B., Bavorova, M., Imami, D., & Zhllima, E. (2024). Akses terhadap makanan vs. pendidikan: Memberi makan perut penting untuk memberi makan pikiran. *Child Indicators Research*, 17 (6), 2739–2767.
- Badan Gizi Nasional. (2026). *Pedoman teknis pelaksanaan program makan bergizi gratis (MBG)*. Jakarta: Pemerintah Republik Indonesia.
- Benito, E., & Verge, T. (2020). Mengaitkan gender dengan penjaminan mutu pendidikan tinggi: Suatu masalah (e)kualitas. *Kualitas dalam Pendidikan Tinggi*, 26 (1), 1–16.  
doi:10.1080/13538322.2020.1769268
- Dewey, KG, Stewart, CP, Wessells, KR, Prado, EL, & Arnold, CD (2021). Suplemen nutrisi berbasis lipid dalam jumlah kecil untuk pencegahan malnutrisi anak dan promosi perkembangan sehat: Tinjauan meta-analisis data peserta individu dan implikasi program. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 114 , 3S–14S.
- Dewey, KG, Wessells, KR, Arnold, CD, Prado, EL, Abbeddou, S., Adu-Afarwuah, S., & Stewart, CP (2021). Karakteristik yang memodifikasi efek suplementasi nutrisi berbasis lipid dalam jumlah kecil terhadap pertumbuhan anak: Meta-analisis data peserta individual dari uji coba terkontrol secara acak. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 114 , 15S–42S.
- Farag, MA, Jomaa, SA, Abd El-Wahed, A., & El-Seedi, HR (2020). Berbagai wajah produk susu fermentasi kefir:

- Karakteristik kualitas, kimia rasa, nilai gizi, manfaat kesehatan, dan keamanan. *Nutrients*, 12 (2), 346. doi:10.3390/nu12020346
- Florence, MD, Asbridge, M., & Veugelers, PJ (2008). Kualitas diet dan prestasi akademik. *Jurnal Kesehatan Sekolah*, 78 (4), 209–215. doi:10.1111/j.1746-1561.2008.00288.x
- Grantham-McGregor, S., Adya, A., Attanasio, O., Augsburg, B., Behrman, J., Caeyers, B., & Vats, K. (2020). Sesi kelompok atau kunjungan rumah untuk perkembangan anak usia dini di India: Uji coba terkontrol acak klaster. *Pediatrics*, 146 (6), e2020002725.
- Kompas.com. (2026, 24 Februari). Menu MBG Ramadhan disampaikan, ini klarifikasi Badan Gizi Nasional. Diperoleh dari <https://money.kompas.com>
- Maslow, AH (1943). Sebuah teori motivasi manusia. *Tinjauan Psikologis*, 50 (4), 370–396. doi:10.1037/h0054346
- Nida, R., & Sari, DDP (2023). Program makan siang sekolah dan dampaknya terhadap prestasi kognitif siswa. *Jurnal Penelitian Ekonomi dan Ilmu Sosial*, 7 (1), 69–80. doi:10.18196/jerss.v7i1.17014
- Rah, JH, Melse-Boonstra, A., Agustina, R., van Zutphen, KG, & Kraemer, K. (2021). Beban ganda malnutrisi pada remaja di Indonesia. *Buletin Pangan dan Gizi*, 42 (1 Suppl), S4–S8. doi:10.1177/03795721211007114
- Rimbawan, R., Nurdiani, R., Rachman, PH, Kawamata, Y., & Nozawa, Y. (2023). Program makan siang sekolah dan pendidikan gizi meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik serta mengurangi prevalensi anemia: Studi intervensi pra-pasca di sebuah sekolah berasrama Islam di Indonesia. *Nutrients*, 15 (4), 1055. doi:10.3390/nu15041055
- Taras, H. (2005). Nutrisi dan prestasi siswa di sekolah. *Jurnal Kesehatan Sekolah*, 75 (6), 199–213. doi:10.1111/j.1746-1561.2005.00025.x