

## Makan Bergizi Gratis Dongkrak Semangat Belajar dan Kesehatan Siswa

Updates. - [TELISIKFAKTA.COM](https://TELISIKFAKTA.COM)

Feb 20, 2026 - 19:40



JAKARTA - Sebuah program inovatif yang menggabungkan nutrisi dan pendidikan telah membuahkan hasil manis. Program Makan Bergizi Gratis (MBG) kini terbukti secara ilmiah mampu meningkatkan kualitas gizi dan membangkitkan semangat belajar para siswa di seluruh Indonesia.

Temuan penting ini terungkap melalui kolaborasi penelitian antara Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemendikdasmen) dengan Laboratorium Sosiologi Universitas Indonesia (LabSosio UI). Studi mendalam yang

berlangsung sepanjang tahun 2025 ini memberikan gambaran utuh mengenai dampak positif MBG.

Data dari evaluasi LabSosio UI menunjukkan angka yang mengagumkan: sebanyak 66,4 persen murid melaporkan peningkatan semangat mereka dalam mengikuti pelajaran setelah adanya program ini. Ini bukan sekadar angka, melainkan cerminan nyata bagaimana asupan gizi yang memadai dapat menyulut energi, mempertajam konsentrasi, dan memupuk motivasi belajar.

Lebih dari itu, MBG juga dinilai sangat efektif dalam memenuhi kebutuhan pangan bergizi, terutama bagi anak-anak dari keluarga kurang mampu. Persepsi positif terhadap pemenuhan gizi ini mencapai skor 4,30, menunjukkan betapa berharganya program ini bagi mereka yang paling membutuhkan.

Namun, manfaat MBG tidak berhenti pada aspek gizi semata. Pengalaman makan bersama di lingkungan sekolah ternyata menjadi elemen penting yang tak terduga. Sebanyak 85,8 persen murid mengaku bahwa momen makan bersama ini sangat menyenangkan. Kualitas makanan yang disajikan dan interaksi sosial yang tercipta selama makan bersama memberikan nilai tambah tersendiri. Momen kebersamaan ini terbukti mampu mempererat tali persaudaraan dan menanamkan kebiasaan makan yang lebih baik.

Melihat tingginya penerimaan dan manfaat nyata yang dirasakan oleh para siswa, keberlanjutan program MBG menjadi prioritas. Perluasan dan peningkatan kualitas pelaksanaannya, mulai dari distribusi pangan, mutu makanan, hingga pengawasan standar gizi, kini menjadi fokus utama.

Sebelumnya, Kemendikdasmen juga telah melakukan kajian evaluasi yang komprehensif. Studi ini menjangkau 334.128 siswa dari 11.143 satuan pendidikan di 29 provinsi pada tahun 2025.

Hasil kajian tersebut mengkonfirmasi temuan sebelumnya, di mana 69,00 persen murid merasakan perbaikan signifikan dalam pola makan dan kualitas gizi mereka. Dampak positifnya pun meluas ke aspek akademik: 27,90 persen siswa mengaku menjadi lebih fokus dalam pelajaran, 28,20 persen merasa lebih bersemangat mengikuti kegiatan belajar, dan 25,70 persen menunjukkan peningkatan kedisiplinan untuk hadir di sekolah. Sungguh menggembirakan, 12,50 persen siswa bahkan melaporkan frekuensi sakit mereka berkurang setelah rutin mengonsumsi makanan bergizi dari program MBG.

Data terbaru dari Kemendikdasmen per tanggal 18 Februari 2026 menunjukkan cakupan program yang luar biasa. Sebanyak 43,17 juta peserta didik telah merasakan manfaat MBG, dari total 53,4 juta siswa yang terdata dalam Dapodik. Angka ini menegaskan keberhasilan MBG dalam menjangkau jutaan anak di seluruh penjuru negeri.

Temuan-temuan ini secara gamblang menunjukkan bahwa MBG bukan sekadar program penyedia makanan. Ia telah menjelma menjadi bagian krusial dari strategi peningkatan kualitas pendidikan nasional, dengan memperkuat fondasi kesehatan dan kesejahteraan bagi seluruh peserta didik. (24Jam)