

Dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Status Gizi Siswa Sekolah Dasar: Studi Komparatif pada SD Swasta Ikal Bulog dan SD Negeri 005 Bangko Kiri Tahun Ajaran 2025/2026

Palma Juanta¹, Purnama Sari², Ravita Marsanda³, Orra Yasobam Harefa⁴
Program Studi Sistem Informasi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Prima Indonesia^{1,2,3,4}

*Email Korespondensi: unnemm10@gmail.com

Diterima: 01-07-2026 | Disetujui: 07-07-2026 | Diterbitkan: 09-07-2026

ABSTRACT

Stunting remains a serious chronic nutritional problem in Indonesia, with a national prevalence of 21.5% in 2024, far above the threshold set by the World Health Organization (WHO) of below 14%. In response, the Indonesian government launched the Free Nutritious Meal Program (Program Makan Bergizi Gratis/MBG) in January 2025 under Presidential Regulation No. 83 of 2024 on the National Nutrition Agency. This study aims to analyze the effect of the MBG Program on the nutritional status of elementary school students and to compare the nutritional status of MBG recipients and non-recipients. A quantitative comparative design with a cross-sectional approach was applied to 44 fourth-grade students, consisting of 20 MBG recipients at SD Swasta IKAL BULOG and 24 non-recipients at SD Negeri 005 Bangko Kiri. Data were collected through anthropometric measurements (height, weight, and body mass index) and analyzed using descriptive statistics, normality and homogeneity tests, Chi-Square test, independent sample t-test, and regression analysis with SPSS. The results show no significant association between MBG participation and nutritional status ($\chi^2 = 0.978$; $p = 0.323$), no significant difference in mean BMI between recipients (19.54) and non-recipients (19.45) ($p = 0.934$), and a regression model explaining only 4.5% of the variance in nutritional status ($R^2 = 0.045$; $p = 0.385$). These findings indicate that, within the scope of this study, the MBG Program has not yet shown a significant effect on students' nutritional status, which is likely more influenced by other factors such as family dietary patterns, socioeconomic conditions, and access to health services. Further research with a larger sample and more comprehensive control variables is recommended.

Keywords: Free Nutritious Meal Program, nutritional status, stunting, anthropometry, elementary school students

ABSTRAK

Stunting masih menjadi masalah gizi kronis yang serius di Indonesia, dengan prevalensi nasional sebesar 21,5% pada tahun 2024, jauh di atas ambang batas yang ditetapkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yaitu di bawah 14%. Sebagai upaya penanggulangan, pemerintah meluncurkan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada Januari 2025 berdasarkan Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024 tentang Badan Gizi Nasional. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh Program MBG terhadap status gizi siswa sekolah dasar serta membandingkan status gizi antara siswa penerima dan non-penerima MBG. Penelitian menggunakan desain kuantitatif komparatif dengan pendekatan cross sectional pada 44 siswa kelas IV, terdiri atas 20 siswa penerima MBG di SD Swasta IKAL BULOG dan 24 siswa non-penerima MBG di SD Negeri 005 Bangko Kiri. Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri (tinggi badan, berat badan, dan indeks massa tubuh) dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, uji Chi-Square, uji t independen, serta analisis regresi dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan Program MBG dengan status gizi siswa ($\chi^2 = 0,978$; $p = 0,323$), tidak terdapat perbedaan rata-rata IMT yang signifikan antara kelompok penerima (19,54) dan non-penerima MBG (19,45) ($p = 0,934$), serta model regresi hanya mampu menjelaskan 4,5% variasi status gizi siswa ($R^2 = 0,045$; $p = 0,385$). Temuan ini mengindikasikan bahwa dalam konteks penelitian ini, Program MBG belum menunjukkan pengaruh signifikan terhadap status gizi siswa, dan status gizi kemungkinan lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti pola makan keluarga, kondisi sosial ekonomi, dan akses layanan kesehatan. Penelitian lanjutan dengan cakupan sampel yang lebih luas dan variabel kontrol yang lebih komprehensif disarankan untuk memperkuat validitas temuan.

Kata kunci: Program Makan Bergizi Gratis, status gizi, stunting, antropometri, siswa sekolah dasar

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Juanta, P., Sari, P. ., Marsanda, R. ., & Harefa, O. Y. . (2026). Dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Status Gizi Siswa Sekolah Dasar: Studi Komparatif pada SD Swasta Ikal Bulog dan SD Negeri 005 Bangko Kiri Tahun Ajaran 2025/2026. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(3), 2580-2586. <https://doi.org/10.63822/x9qjd98>

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar bagi pembangunan sumber daya manusia di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih rendah dibandingkan standar usianya akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama, dan berdampak tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan otak, kecerdasan, serta produktivitas generasi muda di masa depan (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Data Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa prevalensi stunting nasional pada tahun 2024 masih berada pada angka 21,5%, jauh dari target WHO yaitu di bawah 14%. Secara makro, stunting bahkan diperkirakan dapat menurunkan potensi pertumbuhan ekonomi nasional hingga 2-3% per tahun, sehingga permasalahan ini tidak dapat dipandang semata sebagai isu kesehatan, melainkan juga isu pembangunan nasional.

Sebagai respons terhadap permasalahan tersebut, pemerintah Indonesia meluncurkan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada Januari 2025 berdasarkan Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024 tentang Badan Gizi Nasional. Program ini menyasar anak sekolah, balita, ibu hamil, dan ibu menyusui, dengan tujuan meningkatkan status gizi, memperkuat daya tahan tubuh, serta menekan angka stunting. Pada tahun pertama pelaksanaannya, MBG telah menjangkau sekitar 2,05 juta penerima manfaat di 26 provinsi dengan anggaran sebesar Rp710,5 miliar, dan cakupannya terus diperluas pada tahun berikutnya. Meski demikian, implementasi program ini tidak lepas dari berbagai tantangan, mulai dari distribusi yang belum merata, risiko salah sasaran, pemangkasan porsi makanan, hingga isu keberlanjutan anggaran yang diperkirakan membutuhkan dana Rp71-171 triliun per tahun.

Berbagai kajian terdahulu menunjukkan hasil yang beragam mengenai efektivitas program intervensi gizi berbasis sekolah. Institut Pertanian Bogor (2026) melaporkan bahwa MBG meningkatkan status gizi balita dan memperbaiki kekuatan otot melalui eksperimen dengan empat kelompok intervensi. Kajian tinjauan sistematis oleh Jurnal Paradigma (2025) dan Universitas Negeri Jakarta (2025) turut menunjukkan pengaruh positif terhadap status gizi, konsentrasi belajar, dan kehadiran siswa, meski keduanya menyoroti tantangan pengawasan mutu makanan dan keberlanjutan program. Sebaliknya, temuan di lapangan masih menyisakan pertanyaan mengenai konsistensi dampak program pada level satuan pendidikan yang lebih kecil, sehingga diperlukan kajian empiris tambahan yang bersifat komparatif antara sekolah penerima dan non-penerima MBG.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kondisi di mana SD Swasta IKAL BULOG telah menerapkan Program MBG, sedangkan SD Negeri 005 Bangko Kiri belum menerapkan program tersebut. Perbedaan kondisi ini memberikan peluang untuk melakukan penelitian komparatif mengenai dampak MBG terhadap status gizi siswa. Rumusan masalah dalam penelitian ini meliputi: (1) apakah terdapat perbedaan status gizi antara siswa penerima dan non-penerima MBG; (2) apakah Program MBG berpengaruh terhadap status gizi siswa sekolah dasar; dan (3) apakah terdapat perbedaan indeks massa tubuh (IMT) antara kedua kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pelaksanaan Program MBG, mengetahui dampaknya terhadap status gizi siswa berdasarkan pengukuran antropometri, serta memberikan gambaran mengenai efektivitas program sebagai salah satu kebijakan pemerintah dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak sekolah.

Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berpikir yang menempatkan Program MBG sebagai variabel independen dan status gizi siswa (diukur melalui TB/U, BB/U, dan IMT/U) sebagai variabel dependen, penelitian ini merumuskan dua hipotesis: H1, terdapat hubungan antara penerimaan Program MBG dengan status gizi siswa sekolah dasar; dan H2, terdapat perbedaan rata-rata IMT antara siswa

penerima dan non-penerima MBG.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif komparatif dengan pendekatan cross sectional untuk menguji hubungan antara penerimaan Program MBG dengan status gizi siswa sekolah dasar. Penelitian dilaksanakan di dua lokasi, yaitu SD Swasta IKAL BULOG sebagai sekolah penerima Program MBG dan SD Negeri 005 Bangko Kiri sebagai sekolah pembanding yang belum menerapkan program tersebut, dengan waktu pelaksanaan selama dua minggu pada bulan Mei 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas IV pada kedua sekolah tersebut. Sampel ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria: siswa kelas IV, berusia 9-10 tahun, bersedia menjadi responden, serta memiliki data tinggi dan berat badan yang lengkap. Jumlah sampel sebanyak 44 siswa, terdiri atas 20 siswa penerima MBG di SD IKAL BULOG dan 24 siswa non-penerima MBG di SD Negeri 005 Bangko Kiri.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah Program Makan Bergizi Gratis (MBG), yang dioperasionalkan melalui frekuensi konsumsi, kualitas menu, dan intensitas penerimaan program. Variabel dependen adalah status gizi siswa, yang diukur melalui indikator antropometri berupa tinggi badan menurut umur (TB/U), berat badan menurut umur (BB/U), dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U), dengan ambang kategori Z-score < -2 SD sebagai kondisi bermasalah (stunting/gizi kurang) mengikuti standar WHO. Variabel kontrol meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan orang tua, kondisi sosial ekonomi keluarga, dan akses layanan kesehatan.

Data primer dikumpulkan melalui pengukuran antropometri (timbangan digital dan microtoise) serta kuesioner tertutup mengenai faktor kontrol, sedangkan data sekunder diperoleh dari daftar penerima program, catatan kehadiran, dan data kesehatan sekolah/puskesmas. Data dianalisis menggunakan bantuan aplikasi SPSS melalui tahapan: analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik variabel; uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov/Shapiro-Wilk); uji homogenitas (Levene Test); uji Chi-Square untuk menguji hubungan antara penerimaan MBG dengan kategori status gizi; uji t independen untuk membandingkan rata-rata IMT antar kelompok; serta analisis regresi linear untuk menguji pengaruh penerimaan MBG dan usia terhadap status gizi siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Responden penelitian berjumlah 44 siswa, terdiri atas 20 siswa (45,5%) dari SD Swasta IKAL BULOG sebagai kelompok penerima MBG dan 24 siswa (54,5%) dari SD Negeri 005 Bangko Kiri sebagai kelompok non-penerima MBG. Berdasarkan jenis kelamin, terdapat 23 siswa laki-laki (52,3%) dan 21 siswa perempuan (47,7%). Seluruh responden berada pada rentang usia 6-10 tahun. Berdasarkan hasil pengukuran antropometri, sebanyak 32 siswa (72,7%) berada pada kategori status gizi normal, sedangkan 12 siswa (27,3%) berada pada kategori gizi kurang.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (n = 44)

Karakteristik	Kategori	Jumlah	Persentase
Kelompok	Penerima MBG (SD IKAL BULOG)	20	45,5%
Kelompok	Non-Penerima MBG (SDN 005 Bangko Kiri)	24	54,5%
Jenis Kelamin	Laki-laki	23	52,3%
Jenis Kelamin	Perempuan	21	47,7%
Status Gizi	Normal	32	72,7%
Status Gizi	Gizi Kurang	12	27,3%

Deskripsi Variabel Antropometri

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata indeks massa tubuh (IMT) responden adalah $19,49 \pm 3,36$, dengan nilai minimum 14,55 dan maksimum 26,16. Rata-rata berat badan responden adalah $36,75 \pm 8,79$ kg (rentang 24-54 kg), sedangkan rata-rata tinggi badan adalah $137,07 \pm 7,41$ cm (rentang 127-150 cm). Gambaran ini menunjukkan bahwa secara umum kondisi antropometri siswa berada pada rentang yang relatif wajar untuk usia sekolah dasar, meskipun variasi individual masih cukup lebar.

Uji Normalitas dan Homogenitas

Uji normalitas terhadap data IMT dan tinggi badan menunjukkan sebaran yang mendekati garis diagonal pada grafik Normal Q-Q Plot, meskipun terdapat sedikit penyimpangan pada beberapa titik, sehingga data numerik dalam penelitian ini dapat dikatakan mendekati distribusi normal. Uji homogenitas dengan Levene Test menunjukkan bahwa variabel tinggi badan memiliki nilai signifikansi 0,096 ($p > 0,05$) sehingga variansnya homogen, sedangkan variabel IMT ($p = 0,000$) dan berat badan ($p = 0,001$) menunjukkan varians yang tidak homogen antar kelompok.

Uji Chi-Square

Uji Chi-Square dilakukan untuk menguji hipotesis H1, yaitu hubungan antara penerimaan Program MBG dengan kategori status gizi siswa. Hasil analisis menunjukkan nilai Pearson Chi-Square sebesar 0,978 dengan signifikansi 0,323 ($p > 0,05$). Nilai ini berada di atas ambang signifikansi 0,05, sehingga H1 ditolak: tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan Program MBG dengan status gizi siswa dalam penelitian ini.

Uji t Independen

Uji t independen dilakukan untuk menguji hipotesis H2 mengenai perbedaan rata-rata IMT antara kelompok penerima dan non-penerima MBG. Hasil analisis menunjukkan rata-rata IMT kelompok penerima MBG sebesar 19,54, sedangkan kelompok non-penerima sebesar 19,45. Nilai signifikansi uji t sebesar 0,934 ($p > 0,05$), sehingga H2 juga ditolak: tidak terdapat perbedaan rata-rata IMT yang signifikan antara kedua kelompok.

Tabel 2. Hasil Uji t Independen Rata-rata IMT

Kelompok	Rata-rata IMT	Nilai p	Keterangan
Penerima MBG (n=20)	19,54	0,934	Tidak signifikan
Non-Penerima MBG (n=24)	19,45	0,934	Tidak signifikan

Uji Regresi

Analisis regresi linear dilakukan untuk melihat pengaruh penerimaan MBG dan usia terhadap status gizi siswa. Hasil analisis menunjukkan nilai R Square sebesar 0,045, yang berarti variabel penerimaan MBG dan usia hanya mampu menjelaskan 4,5% variasi status gizi siswa, sedangkan 95,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model. Uji simultan menunjukkan signifikansi 0,385 ($p > 0,05$), sehingga model regresi secara keseluruhan tidak signifikan. Secara parsial, variabel penerimaan MBG memiliki signifikansi 0,260 dan usia sebesar 0,324, yang berarti keduanya tidak berpengaruh signifikan terhadap status gizi siswa.

Pembahasan

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Program MBG belum memberikan pengaruh yang signifikan terhadap status gizi siswa sekolah dasar pada kedua sekolah yang diteliti, baik dilihat dari uji hubungan (Chi-Square), uji beda rata-rata (uji t independen), maupun uji pengaruh (regresi linear). Temuan ini berbeda dengan beberapa hasil kajian sebelumnya yang melaporkan dampak positif MBG terhadap status gizi, seperti kajian Institut Pertanian Bogor (2026) dan tinjauan sistematis Jurnal Paradigma (2025), namun sejalan dengan sejumlah catatan penting dalam penelitian terdahulu yang menyoroti bahwa efektivitas MBG sangat bergantung pada kualitas pengelolaan, pengawasan mutu makanan, ketepatan sasaran, dan konsistensi pelaksanaan program.

Ketiadaan pengaruh signifikan dalam penelitian ini kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pertama, durasi observasi yang relatif singkat (dua minggu) belum cukup untuk menangkap efek kumulatif dari intervensi gizi terhadap indikator antropometri jangka panjang seperti TB/U, yang lebih mencerminkan status gizi kronis. Kedua, ukuran sampel yang terbatas (44 siswa) turut memperbesar peluang tidak tercapainya signifikansi statistik. Ketiga, sebagaimana disebutkan dalam kerangka berpikir penelitian, status gizi siswa merupakan hasil interaksi banyak faktor, termasuk pola makan di rumah, kondisi sosial ekonomi keluarga, tingkat pendidikan orang tua, dan akses layanan kesehatan, yang dalam penelitian ini berperan sebagai variabel kontrol namun belum dianalisis secara mendalam pengaruhnya secara statistik.

Nilai R Square yang rendah (0,045) juga mengindikasikan bahwa model yang hanya melibatkan penerimaan MBG dan usia belum memadai untuk menjelaskan variasi status gizi siswa secara komprehensif. Temuan ini memberi implikasi bahwa evaluasi kebijakan MBG tidak dapat hanya berfokus pada aspek cakupan penerima, tetapi juga perlu mempertimbangkan kualitas gizi menu, konsistensi distribusi, serta integrasi dengan program pendukung lain seperti edukasi gizi keluarga dan peningkatan akses layanan kesehatan dasar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada 44 siswa sekolah dasar di SD Swasta IKAL BULOG dan SD

Negeri 005 Bangko Kiri, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden (72,7%) berada pada kategori status gizi normal. Namun, hasil uji Chi-Square ($p = 0,323$), uji t independen ($p = 0,934$), dan analisis regresi ($R^2 = 0,045$; $p = 0,385$) secara konsisten menunjukkan bahwa penerimaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) tidak berpengaruh signifikan terhadap status gizi maupun indeks massa tubuh siswa dalam penelitian ini. Dengan demikian, kedua hipotesis penelitian (H1 dan H2) ditolak. Temuan ini mengindikasikan bahwa status gizi siswa kemungkinan lebih dipengaruhi oleh faktor lain di luar program, seperti pola makan keluarga, kondisi sosial ekonomi, dan akses layanan kesehatan, sehingga strategi penurunan stunting perlu dilakukan secara multidimensional dan tidak hanya bertumpu pada satu jenis intervensi.

Penelitian lanjutan disarankan memperluas cakupan sampel dan durasi observasi, memasukkan variabel kontrol secara lebih mendalam dalam model statistik, serta menggunakan desain longitudinal atau eksperimental agar hubungan sebab-akibat antara MBG dan status gizi dapat diidentifikasi secara lebih valid. Bagi pemerintah dan sekolah, evaluasi menyeluruh terhadap kualitas menu, ketepatan sasaran, dan konsistensi distribusi program tetap diperlukan untuk memastikan MBG dapat memberikan dampak nyata terhadap perbaikan status gizi dan penurunan stunting pada anak usia sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, N. (2025). Dampak Program Makan Bergizi Gratis terhadap status gizi anak sekolah. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*.
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Badan Gizi Nasional. (2025). *Laporan monitoring dan evaluasi Program Makan Bergizi Gratis*. Jakarta: BGN.
- Hanafi, A., dkk. (2025). Implementasi Program Makan Bergizi Gratis dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*.
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (2017). *Ilmu gizi: Teori dan aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Hastuti, S., dkk. (2025). Efektivitas Program Makan Bergizi Gratis pada anak usia sekolah. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia tentang standar antropometri anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian status gizi*. Jakarta: EGC.
- World Health Organization. (2020). *Malnutrition*. Geneva: WHO.