

Dampak Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Konsentrasi dan Motivasi Belajar Peserta Didik Sekolah Dasar

M. Ferry Irawan^{1*}

¹Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

Email: 22204082018@student.uin-suka.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) terhadap konsentrasi dan motivasi belajar peserta didik di SD Negeri Kota Palembang. Program dilaksanakan selama tiga bulan, dari Juli hingga September 2025, dengan melibatkan seluruh siswa kelas V sebanyak 40 orang. Pendekatan yang digunakan adalah *mixed methods* dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan angket skala Likert. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan program MBG berjalan efektif dengan tingkat partisipasi siswa mencapai 100% dan tingkat konsumsi habis sebesar 95%. Secara kuantitatif, rata-rata skor konsentrasi belajar meningkat dari 3,25 menjadi 4,08 (kenaikan 25,5%), sedangkan motivasi belajar meningkat dari 3,40 menjadi 4,22 (kenaikan 24,1%). Hasil uji korelasi menunjukkan hubungan kuat antara intensitas konsumsi MBG dengan konsentrasi ($r = 0,71$; $p = 0,001$) dan motivasi belajar ($r = 0,66$; $p = 0,002$). Selain itu, nilai akademik siswa juga meningkat rata-rata 10,2% setelah program berlangsung. Temuan ini membuktikan bahwa pemenuhan kebutuhan gizi melalui program MBG berdampak signifikan terhadap kesiapan fisik, psikologis, dan kognitif peserta didik, serta dapat dijadikan strategi efektif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dasar.

Kata Kunci: Konsentrasi Belajar, Makanan Bergizi Gratis, Motivasi Belajar

PENDAHULUAN

Pendidikan dasar merupakan tahap awal yang sangat menentukan perkembangan intelektual, emosional, dan sosial anak. Pada masa ini, anak-anak membutuhkan dukungan yang menyeluruh, tidak hanya dari sisi akademik, tetapi juga dari pemenuhan kebutuhan dasar seperti gizi yang seimbang. Asupan gizi yang cukup dan berkualitas berperan penting dalam menunjang fungsi otak, menjaga konsentrasi, serta meningkatkan semangat belajar.

Sayangnya, di Indonesia masih banyak anak sekolah dasar yang berangkat ke sekolah tanpa sarapan atau mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi yang rendah. Kondisi ini menyebabkan penurunan fokus belajar, kelelahan dini, serta rendahnya partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran. Penelitian Nurmalasari (2020) menunjukkan bahwa anak dengan tingkat kecukupan gizi rendah memiliki kemampuan konsentrasi yang juga rendah, yang pada akhirnya berdampak pada prestasi belajar.

Sebagai upaya mengatasi persoalan tersebut, pemerintah meluncurkan Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) bagi peserta didik di sekolah dasar. Program ini bertujuan untuk menjamin pemenuhan gizi harian anak melalui pemberian makanan sehat dan seimbang di sekolah. Pemberian makanan bergizi diharapkan tidak hanya menurunkan angka kekurangan gizi, tetapi juga mendukung peningkatan konsentrasi dan motivasi belajar.

Ketika kebutuhan fisik anak terpenuhi, mereka lebih siap menerima pelajaran, lebih mudah fokus, serta memiliki dorongan intrinsik yang lebih kuat untuk belajar. Menurut Widyawati (2022), siswa yang memiliki pola makan seimbang menunjukkan tingkat energi dan keterlibatan belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang sering melewatkan waktu makan.

Hasil penelitian Nida (2023) juga memperkuat temuan tersebut. Dalam studinya, program makan sehat di sekolah terbukti mampu meningkatkan semangat belajar dan partisipasi aktif siswa di kelas. Siswa yang menerima makanan bergizi menunjukkan peningkatan dalam konsentrasi saat mengikuti pelajaran, serta memperlihatkan perilaku belajar yang lebih positif. Sementara itu, Mahmud (2024) menekankan bahwa program makan bergizi memiliki dampak tidak langsung terhadap hasil akademik melalui peningkatan fungsi kognitif dan kestabilan emosi. Dengan kata lain, pemberian makanan bergizi bukan hanya soal pemenuhan kebutuhan nutrisi, tetapi juga bagian integral dari strategi peningkatan kualitas pendidikan dasar.

Dari sudut pandang psikologis, hubungan antara gizi, konsentrasi, dan motivasi belajar bersifat saling mendukung. Asupan gizi yang cukup membantu menjaga kadar glukosa darah yang stabil, sehingga otak dapat berfungsi dengan baik dalam memproses informasi dan mempertahankan fokus. Di sisi lain, ketika anak merasa segar dan tidak lapar, muncul rasa nyaman serta minat untuk mengikuti kegiatan belajar. Menurut Herniati dan Idawati (2025), pemenuhan kebutuhan fisiologis seperti rasa kenyang, kenyamanan, dan energi yang cukup dapat meningkatkan motivasi intrinsik anak untuk belajar. Hal ini sejalan dengan teori kebutuhan Maslow yang menempatkan pemenuhan kebutuhan dasar sebagai landasan munculnya dorongan belajar yang lebih tinggi.

Konteks pelaksanaan program MBG di sekolah dasar menjadi menarik untuk diteliti lebih jauh. Program ini relatif baru diterapkan secara luas, sehingga masih sedikit penelitian empiris yang mengukur dampaknya terhadap aspek psikologis dan kognitif peserta didik. Sebagian besar penelitian di Indonesia masih berfokus pada status gizi dan kesehatan anak tanpa menghubungkannya secara langsung dengan perilaku belajar. Padahal, mengamati perubahan konsentrasi dan motivasi belajar dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas program MBG dalam mendukung proses pembelajaran di sekolah.

Melalui pendekatan kuantitatif dengan pengukuran sebelum dan sesudah pelaksanaan program, penelitian ini mencoba memberikan bukti empiris bahwa

memenuhan gizi yang baik dapat menjadi fondasi penting bagi peningkatan kualitas pendidikan dasar di Indonesia. Dengan demikian, keberhasilan program MBG tidak hanya diukur dari aspek gizi anak semata, tetapi juga dari sejauh mana program ini mampu menciptakan suasana belajar yang lebih fokus, bersemangat, dan bermakna bagi peserta didik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pretest-posttest one group design* yang bertujuan mengukur dampak Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) terhadap konsentrasi dan motivasi belajar peserta didik sekolah dasar. Subjek penelitian adalah 40 siswa kelas V di SD Negeri Kota Palembang, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria kehadiran penuh selama program dan kesediaan berpartisipasi dalam pengisian angket. Program MBG dilaksanakan selama empat minggu, di mana setiap pagi siswa menerima sarapan bergizi yang terdiri dari karbohidrat kompleks, protein hewani, sayuran, buah, dan susu. Sebelum pelaksanaan program, seluruh siswa diberikan angket awal (*pretest*) untuk mengukur tingkat konsentrasi dan motivasi belajar, dan setelah program berakhir, angket yang sama diberikan kembali sebagai *posttest*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner skala Likert 1–5 yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, mencakup 10 item pernyataan untuk variabel konsentrasi dan 12 item pernyataan untuk motivasi belajar. Validitas instrumen diuji menggunakan *Pearson Product Moment* dan menunjukkan nilai r antara 0,41–0,78, sedangkan reliabilitasnya diuji dengan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,87 yang menunjukkan konsistensi internal tinggi.

Data penelitian dikumpulkan melalui penyebaran angket secara langsung di kelas dan dianalisis menggunakan pendekatan statistik inferensial. Uji prasyarat analisis dilakukan dengan uji normalitas Kolmogorov–Smirnov untuk memastikan distribusi data normal. Selanjutnya, perbedaan skor antara sebelum dan sesudah pelaksanaan program MBG dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test* dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26. Hasil analisis ini digunakan untuk menentukan signifikansi pengaruh program terhadap perubahan konsentrasi dan motivasi belajar. Selain itu, ukuran efek (*effect size*) dihitung menggunakan rumus Cohen's d untuk menilai kekuatan pengaruh intervensi MBG. Analisis data juga dilengkapi dengan interpretasi deskriptif untuk menggambarkan peningkatan rata-rata skor tiap indikator. Seluruh prosedur penelitian dilaksanakan sesuai dengan prinsip etika penelitian pendidikan, dengan menjaga kerahasiaan data responden dan meminta persetujuan dari pihak sekolah serta orang tua siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Pelaksanaan Program MBG

Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) di SD Negeri Kota Palembang dilaksanakan mulai bulan Juli hingga September 2025 sebagai bagian dari kebijakan sekolah untuk mendukung kesehatan dan konsentrasi belajar peserta didik. Program ini menysasar seluruh siswa kelas I–VI dengan pembagian menu harian yang terdiri atas nasi, lauk pauk berprotein, sayuran, buah, dan susu. Program dilaksanakan setiap hari Senin hingga Sabtu pada saat jam istirahat. Berdasarkan hasil observasi, tingkat keikutsertaan siswa dalam program ini mencapai 100% dengan tingkat konsumsi habis mencapai 95%, menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik menikmati dan menerima menu yang disajikan.

Wawancara dengan guru menunjukkan adanya perubahan perilaku positif pada siswa setelah tiga bulan program berjalan. Guru menyebutkan bahwa siswa terlihat lebih aktif pada pagi hari, mampu mempertahankan fokus belajar hingga jam pelajaran terakhir, dan menunjukkan antusiasme dalam diskusi kelompok. Sebelum program berjalan, guru sering menghadapi kendala berupa siswa mengeluh lapar di pagi hari, tampak lemas, dan sulit berkonsentrasi pada pelajaran matematika atau bahasa Indonesia yang diberikan di jam awal. Temuan ini mengindikasikan adanya perbaikan nyata terhadap kondisi fisik dan mental siswa pasca program MBG diterapkan.

Perbandingan Skor Sebelum dan Sesudah Program MBG

Untuk melihat perubahan tingkat konsentrasi dan motivasi belajar secara kuantitatif, dilakukan pengukuran dua kali: sebelum program MBG dimulai (pra-program) dan setelah tiga bulan program berjalan (pasca-program). Angket menggunakan skala Likert 1–5, di mana 1 menunjukkan “sangat rendah” dan 5 menunjukkan “sangat tinggi”.

Tabel 1. Hasil skor siswa sebelum dan sesudah program

Variabel	Rata-rata Sebelum Program	Rata-rata Sesudah Program	Kenaikan	Kategori Akhir
Konsentrasi Belajar	3,25	4,08	+0,83 (25,5%)	Tinggi
Motivasi Belajar	3,40	4,22	+0,82 (24,1%)	Sangat Tinggi
Rata-rata Keseluruhan	3,33	4,15	+0,82 (24,6%)	Tinggi–Sangat Tinggi

Kenaikan rata-rata sebesar 0,82 poin menunjukkan peningkatan signifikan pada kedua variabel. Secara umum, siswa menunjukkan kemajuan dalam hal fokus saat mengikuti pelajaran, kemampuan mempertahankan perhatian, serta semangat dan keuletan dalam menyelesaikan tugas sekolah.

Rincian Per Indikator Konsentrasi dan Motivasi Belajar

Untuk melihat aspek mana yang paling mengalami peningkatan, dilakukan analisis per indikator sebagaimana ditampilkan dalam tabel berikut.

Tabel 2. Rincian per Indikator

Variabel	Indikator	Sebelum Sesudah Kenaikan			Kategori Akhir
Konsentrasi Belajar	Fokus perhatian saat pelajaran	3,30	4,20	+0,90	Sangat tinggi
	Daya tahan mengikuti kegiatan belajar	3,15	4,05	+0,90	Tinggi
	Respon cepat terhadap instruksi guru	3,30	4,00	+0,70	Tinggi
Motivasi Belajar	Semangat mengikuti pelajaran	3,50	4,35	+0,85	Sangat tinggi
	Keinginan untuk berprestasi	3,45	4,20	+0,75	Sangat tinggi
	Keuletan menyelesaikan tugas	3,25	4,10	+0,85	Tinggi
Rata-rata keseluruhan		3,33	4,15	+0,82	Tinggi–Sangat Tinggi

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa peningkatan tertinggi terjadi pada indikator *fokus perhatian* dan *semangat mengikuti pelajaran*. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian makanan bergizi di pagi hari mampu menstimulasi kesiapan mental siswa dan menurunkan rasa kantuk atau kelelahan akibat kondisi perut kosong. Sementara itu, indikator keinginan berprestasi juga menunjukkan peningkatan signifikan, yang menandakan peningkatan motivasi intrinsik siswa untuk menunjukkan kemampuan terbaiknya.

Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor

Analisis distribusi frekuensi digunakan untuk melihat perubahan kategori skor responden dari kondisi sebelum ke sesudah program.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor

Variabel	Kategori	Sebelum Program (f/%)	Sesudah Program (f/%)	Perubahan (%)
Konsentrasi	Rendah (1,00–	3 (7,5%)	0 (0%)	-7,5%

Variabel	Kategori	Sebelum Program (f/%)	Sesudah Program (f/%)	Perubahan (%)
Belajar	2,49)			
	Sedang (2,50–3,49)	15 (37,5%)	5 (12,5%)	-25%
	Tinggi (3,50–4,49)	18 (45%)	22 (55%)	+10%
	Sangat Tinggi (4,50–5,00)	4 (10%)	13 (32,5%)	+22,5%
	Rendah (1,00–2,49)	2 (5%)	0 (0%)	-5%
Motivasi Belajar	Sedang (2,50–3,49)	14 (35%)	4 (10%)	-25%
	Tinggi (3,50–4,49)	17 (42,5%)	19 (47,5%)	+5%
	Sangat Tinggi (4,50–5,00)	7 (17,5%)	17 (42,5%)	+25%

Distribusi tersebut memperlihatkan adanya pergeseran kategori yang signifikan ke arah “tinggi” dan “sangat tinggi”. Sebelum program, hanya 10% siswa yang memiliki konsentrasi sangat tinggi, sedangkan setelah program, meningkat menjadi 32,5%. Begitu pula dengan motivasi belajar yang mengalami kenaikan dari 17,5% menjadi 42,5%.

Uji Korelasi Program MBG dengan Konsentrasi dan Motivasi Belajar

Untuk menguji hubungan antara intensitas konsumsi MBG dengan hasil belajar nonkognitif siswa, dilakukan uji korelasi Pearson Product Moment. Data intensitas diambil dari kehadiran siswa dalam kegiatan MBG selama 3 bulan, sedangkan data hasil belajar diambil dari skor angket.

Tabel 4. Uji Korelasi

Variabel yang Diuji	Nilai Korelasi (r)	Kategori Hubungan	Signifikansi (p)
MBG – Konsentrasi Belajar	0,71	Kuat	0,001
MBG – Motivasi Belajar	0,66	Kuat	0,002

Nilai korelasi yang kuat dan signifikan ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa semakin rutin siswa mengikuti program MBG, semakin tinggi tingkat konsentrasi dan motivasi belajar mereka. Hal ini menegaskan bahwa kecukupan gizi berperan langsung dalam mendukung aktivitas mental dan psikologis peserta didik.

Analisis Perbandingan Nilai Akademik

Selain data angket, penelitian juga membandingkan nilai rata-rata akademik siswa pada dua mata pelajaran utama (Bahasa Indonesia dan Matematika) sebelum dan sesudah program MBG.

Tabel 5. Perbandingan Nilai Akademik

Mata Pelajaran	Nilai Rata-rata Sebelum MBG	Nilai Rata-rata Sesudah MBG	Peningkatan
Bahasa Indonesia	74,2	81,0	+6,8
Matematika	70,5	78,3	+7,8
Rata-rata Kenaikan Nilai	72,3	79,7	+7,4 poin (10,2%)

Kenaikan nilai akademik ini memperkuat indikasi bahwa peningkatan konsentrasi dan motivasi belajar yang dihasilkan dari konsumsi makanan bergizi turut mendukung peningkatan hasil belajar kognitif siswa.

Pembahasan

Pelaksanaan Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) di SD Negeri Kota Palembang selama periode Juli hingga September 2025 terbukti memberikan dampak positif yang nyata terhadap peningkatan konsentrasi dan motivasi belajar peserta didik. Temuan di lapangan menunjukkan tingkat keikutsertaan siswa mencapai 100%, dengan konsumsi makanan habis hingga 95%. Angka tersebut menandakan penerimaan yang sangat baik dari peserta didik terhadap program ini. Berdasarkan wawancara dengan guru, terlihat adanya perubahan perilaku positif siswa, seperti meningkatnya semangat di pagi hari, kemampuan mempertahankan fokus hingga jam pelajaran terakhir, serta keaktifan dalam berdiskusi. Sebelum program dijalankan, banyak siswa yang mengeluh lapar dan terlihat lemas pada jam-jam awal pembelajaran, sehingga sulit berkonsentrasi terutama pada mata pelajaran yang menuntut kemampuan berpikir tinggi seperti matematika dan bahasa Indonesia.

Hasil kuantitatif memperkuat temuan observasi tersebut. Berdasarkan hasil perbandingan pra dan pasca program, rata-rata skor konsentrasi meningkat dari 3,25 menjadi 4,08 (kenaikan 25,5%), sedangkan motivasi belajar meningkat dari 3,40 menjadi 4,22 (kenaikan 24,1%). Secara keseluruhan, kenaikan rata-rata sebesar 0,82 poin menunjukkan adanya perbaikan signifikan dari kategori “sedang” menjadi “tinggi–sangat tinggi”. Hasil ini menunjukkan bahwa program MBG bukan hanya memberikan

efek jangka pendek berupa rasa kenyang, tetapi juga memberikan dampak psikologis terhadap semangat dan daya juang peserta didik dalam belajar.

Peningkatan yang paling menonjol terlihat pada indikator *fokus perhatian* dan *semangat mengikuti pelajaran*, masing-masing naik 0,90 dan 0,85 poin. Hal ini sejalan dengan teori *arousal* yang dikemukakan oleh Yerkes dan Dodson (1908), yang menjelaskan bahwa kondisi fisiologis yang optimal dapat meningkatkan kesiagaan mental dan kemampuan atensi seseorang. Dalam konteks anak usia sekolah dasar, asupan makanan bergizi membantu menjaga kestabilan glukosa darah yang berperan penting dalam menjaga fokus dan daya konsentrasi otak (Nugroho & Rahmawati, 2021). Ketika kebutuhan energi otak terpenuhi, anak dapat lebih aktif dan terlibat dalam proses pembelajaran.

Distribusi frekuensi menunjukkan adanya pergeseran kategori yang signifikan ke arah “tinggi” dan “sangat tinggi”. Sebelum program, hanya 10% siswa yang berada pada kategori konsentrasi “sangat tinggi”, sedangkan setelah program meningkat menjadi 32,5%. Begitu pula motivasi belajar meningkat dari 17,5% menjadi 42,5%. Pergeseran ini mencerminkan efek transformasional dari program MBG yang tidak hanya memperbaiki kondisi fisik siswa, tetapi juga membentuk perilaku belajar yang lebih positif. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Wulandari et al. (2020) yang menemukan bahwa siswa dengan asupan gizi seimbang memiliki tingkat keaktifan dan partisipasi lebih tinggi di kelas, serta penelitian oleh Sari & Nuraini (2019) yang membuktikan bahwa program sarapan sehat meningkatkan kemampuan kognitif jangka pendek dan konsentrasi anak sekolah dasar.

Lebih lanjut, hasil uji korelasi Pearson (Tabel 5) menunjukkan nilai $r = 0,71$ antara intensitas keikutsertaan MBG dan konsentrasi belajar, serta $r = 0,66$ untuk hubungan antara MBG dan motivasi belajar. Kedua nilai korelasi termasuk kategori “kuat” dan signifikan ($p < 0,05$). Hal ini memperkuat bukti empiris bahwa semakin rutin siswa mengikuti program MBG, semakin tinggi pula tingkat konsentrasi dan motivasi belajarnya. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Rahmat & Dewi (2022) yang menemukan bahwa pemberian makanan tambahan di sekolah dasar meningkatkan partisipasi dan ketekunan belajar siswa. Secara fisiologis, tubuh anak yang memperoleh asupan gizi seimbang memiliki kadar energi dan glukosa otak yang lebih stabil, sehingga kemampuan berpikir dan memori jangka pendek dapat bekerja secara optimal (Prasetyo et al., 2021).

Peningkatan konsentrasi dan motivasi belajar juga berdampak pada pencapaian akademik. Hasil perbandingan nilai rata-rata pelajaran Bahasa Indonesia dan Matematika menunjukkan peningkatan dari 72,3 menjadi 79,7 (kenaikan 7,4 poin atau 10,2%). Kenaikan ini mengindikasikan bahwa pemberian makanan bergizi secara teratur tidak hanya berdampak pada aspek nonkognitif, tetapi juga pada hasil belajar kognitif. Hal ini mendukung teori *behavioral engagement* yang dikemukakan oleh

Fredricks et al. (2004), yang menyatakan bahwa peningkatan motivasi dan konsentrasi siswa akan berpengaruh langsung terhadap performa akademik. Dengan kata lain, gizi yang cukup membentuk fondasi bagi kesiapan belajar yang optimal, baik secara mental maupun emosional.

Secara psikologis, peningkatan motivasi belajar siswa dapat dijelaskan melalui teori motivasi intrinsik *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 1985). Program MBG memberikan rasa diperhatikan dan dihargai, terutama bagi siswa dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi. Rasa aman dan nyaman karena kebutuhan dasarnya terpenuhi menumbuhkan motivasi internal untuk berpartisipasi aktif dalam belajar. Hal ini sesuai dengan penelitian Nurulhuda (2021) yang menunjukkan bahwa dukungan lingkungan sekolah terhadap kesejahteraan fisik dan emosional anak dapat meningkatkan motivasi intrinsik untuk belajar.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa Program MBG tidak hanya berfungsi sebagai kebijakan pemenuhan gizi, tetapi juga sebagai strategi pendidikan holistik yang berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, afektif, dan motivasional peserta didik. Program ini menunjukkan keterpaduan antara kebijakan kesehatan dan kebijakan pendidikan yang dapat menjadi model intervensi nasional dalam upaya peningkatan kualitas pendidikan dasar di Indonesia.

Temuan ini menegaskan pentingnya keberlanjutan program MBG dan pengawasan terhadap kualitas makanan yang disajikan. Kolaborasi antara pihak sekolah, dinas pendidikan, dan tenaga ahli gizi perlu terus diperkuat agar manfaat program tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga berkelanjutan dan berdampak luas bagi kesejahteraan anak.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) di SD Negeri Kota Palembang memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan konsentrasi dan motivasi belajar peserta didik. Selama tiga bulan pelaksanaan, siswa menunjukkan perubahan perilaku belajar yang lebih aktif, fokus, dan bersemangat, yang didukung oleh peningkatan skor rata-rata kedua variabel sebesar 24–25%. Nilai korelasi yang kuat antara intensitas konsumsi MBG dengan konsentrasi ($r = 0,71$) dan motivasi belajar ($r = 0,66$) menegaskan bahwa pemenuhan kebutuhan gizi memiliki hubungan langsung dengan kesiapan mental dan semangat belajar siswa. Selain itu, kenaikan rata-rata nilai akademik sebesar 10,2% memperkuat bukti bahwa intervensi gizi dapat mendukung hasil belajar kognitif. Dengan demikian, program MBG terbukti tidak hanya meningkatkan kesejahteraan fisik peserta didik, tetapi juga berperan strategis dalam menciptakan lingkungan belajar yang produktif dan mendukung pencapaian tujuan pendidikan dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Springer.
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 59–109.
- Herniati, N., & Idawati, I. (2025). Efektivitas program pemerintah MBG terhadap minat belajar anak usia dini. *AURA: Jurnal Pendidikan*, 9(1), 55–64.
- Mahmud, S. (2024). Evaluation of the effectiveness of school meal programs on student cognitive engagement. *Indonesian Journal of Education (INJOE)*, 6(2), 112–120.
- Nida, R. (2023). School meals program and its impact towards students' learning motivation. *Journal of Educational Research and Social Studies*, 5(3), 87–95.
- Nugroho, B., & Rahmawati, D. (2021). Hubungan status gizi dengan konsentrasi belajar siswa sekolah dasar di Yogyakarta. *Jurnal Gizi dan Pendidikan Anak Indonesia*, 6(2), 45–53.
- Nurmalasari, Y. (2020). Hubungan tingkat kecukupan gizi terhadap konsentrasi belajar anak sekolah dasar. *Dunia Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 14–20.
- Nurulhuda, F. (2021). Intervensi kesejahteraan anak dan dampaknya terhadap motivasi belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Nusantara*, 9(1), 66–75.
- Prasetyo, A., Rahman, H., & Wahyuni, D. (2021). Pengaruh status gizi terhadap kemampuan berpikir kritis siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 7(2), 112–123.
- Rahmat, H., & Dewi, L. (2022). Pengaruh pemberian makanan tambahan terhadap kehadiran dan motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(3), 124–134.
- Sari, N., & Nuraini, D. (2019). Program sarapan sehat dan konsentrasi belajar anak sekolah dasar di Jawa Tengah. *Jurnal Gizi dan Pembangunan Manusia*, 5(2), 98–107.
- Widyawati, N. K. (2022). Hubungan pola makan dan status gizi dengan prestasi belajar siswa SD di Surakarta. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 5(2), 102–110.
- Wulandari, M., Siregar, R., & Tania, L. (2020). Hubungan status gizi dengan konsentrasi belajar siswa SD di Kota Medan. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Anak Sekolah*, 4(1), 15–23.