

Makan Bergizi Gratis: Gizi Meningkatkan, Semangat Belajar Siswa Meroket

Updates. - [SAPA129.COM](https://www.sapa129.com)

Feb 20, 2026 - 19:49



JAKARTA - Program Makan Bergizi Gratis (MBG) telah membuktikan diri sebagai motor penggerak optimisme di kalangan siswa. Lebih dari sekadar sajian lezat, program ini ternyata ampuh menyulut bara semangat belajar dan memenuhi kebutuhan gizi krusial mereka. Sebuah terobosan signifikan terungkap dari kolaborasi riset mendalam antara Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemendikdasmen) dan Laboratorium Sosiologi Universitas Indonesia (LabSocio

UI) yang rampung pada tahun 2025.

Hasil investigasi cerdas LabSosio UI membeberkan temuan mengejutkan: 66,4 persen siswa mengaku merasakan lonjakan semangat luar biasa saat mengikuti pelajaran berkat MBG. Ini bukan sekadar angka, ini adalah bukti nyata bagaimana asupan gizi yang tepat berbanding lurus dengan peningkatan energi, ketajaman konsentrasi, dan membunyahnya motivasi belajar. Rasanya seperti melihat generasi muda kita kembali berenergi, siap menaklukkan setiap tantangan di kelas.

Program ini juga menjadi pahlawan bagi anak-anak dari keluarga kurang mampu, memastikan ketersediaan pangan bergizi yang memadai. Dengan skor persepsi mencapai 4,30, MBG dinilai sangat efektif dalam menjembatani kesenjangan akses pangan bergizi.

Namun, keajaiban MBG tidak berhenti di situ. Pengalaman makan bersama di sekolah ternyata menjadi perekat sosial yang tak ternilai. Sebanyak 85,8 persen siswa berbagi cerita tentang betapa menyenangkannya momen makan bersama ini, baik dari segi rasa makanan yang lezat maupun kehangatan interaksi sosial yang terjalin. Momen ini bukan hanya soal perut kenyang, tapi juga tentang membangun rasa kebersamaan yang kuat dan menanamkan kebiasaan makan sehat yang berkelanjutan.

Melihat antusiasme dan manfaat nyata yang dirasakan para siswa, keberlanjutan MBG menjadi sebuah keniscayaan. Namun, upaya ini harus dibarengi dengan peningkatan kualitas pelaksanaannya. Aspek distribusi yang efisien, mutu makanan yang tak pernah berkompromi, serta pengawasan standar gizi yang ketat adalah kunci untuk memastikan program ini terus memberikan dampak maksimal.

Sebelumnya, Kemendikdasmen juga telah merilis kajian komprehensif mengenai implementasi dan keberhasilan MBG di berbagai satuan pendidikan sepanjang 2025. Studi masif ini melibatkan 334.128 siswa dari 11.143 sekolah di 29 provinsi, sebuah bukti skala program yang luar biasa.

Temuan dari kajian tersebut semakin memperkuat argumen akan vitalnya MBG. Tercatat 69,00 persen siswa merasakan perbaikan signifikan dalam pola makan dan kualitas gizi mereka. Lebih menggembirakan lagi, 27,90 persen siswa melaporkan peningkatan fokus dalam belajar, 28,20 persen merasa lebih bersemangat mengikuti kegiatan pembelajaran, dan 25,70 persen menunjukkan peningkatan kehadiran di sekolah. Bahkan, 12,50 persen siswa mengaku lebih jarang jatuh sakit setelah rutin menikmati hidangan MBG. Ini adalah gambaran nyata bagaimana kesehatan yang terjaga berujung pada performa akademik yang gemilang.

Data terbaru dari Kemendikdasmen per 18 Februari 2026 menunjukkan geliat positif yang membanggakan. Sebanyak 43,17 juta peserta didik telah merasakan manfaat MBG, melampaui target awal yang terdata dalam Dapodik. Angka ini menegaskan jangkauan program yang kian meluas secara nasional, menyentuh lebih banyak anak bangsa.

Singkatnya, temuan-temuan ini menegaskan bahwa MBG lebih dari sekadar program pemberian makan. Ia adalah strategi jitu untuk meningkatkan kualitas

pendidikan melalui fondasi kesehatan dan kesejahteraan peserta didik yang kokoh. MBG adalah investasi masa depan yang cerah bagi generasi penerus bangsa. ([Zone](#))