

Literature Review : Program Makan Bergizi Gratis (MBG) Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Anak Usia Dini

Yowanda Luthfi¹, Maria Sintia² Ulwan Syarifudin³

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan

Universitas Lampung^{1,2,3}

yowandaluthfi@mail.com

Article Info

Article history:

Received Desember 18, 2025

Approved Desember 25, 2025

Keywords:

Free Nutritious Meal Program; early childhood nutrition; early childhood education; school feeding program

ABSTRAK

Permasalahan gizi pada anak usia dini masih menjadi tantangan penting dalam pembangunan sumber daya manusia di Indonesia karena berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan kebijakan nasional yang bertujuan meningkatkan akses anak terhadap makanan bergizi di satuan pendidikan, termasuk pendidikan anak usia dini. Artikel ini bertujuan mengkaji Program Makan Bergizi Gratis dan program makan bergizi sejenis dalam kaitannya dengan peningkatan gizi anak usia dini. Metode yang digunakan adalah *literature review* dengan menelaah artikel ilmiah dan dokumen kebijakan yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa program makan bergizi berpotensi meningkatkan asupan gizi dan mendukung pertumbuhan anak apabila dilaksanakan secara konsisten. Kesimpulan kajian ini menunjukkan bahwa MBG memiliki potensi strategis dalam mendukung peningkatan gizi anak usia dini.

ABSTRACT

Nutritional problems among early childhood remain an important issue in human resource development in Indonesia as they affect children's growth and development. The Free Nutritious Meal Program (MBG) is a national policy aimed at improving children's access to nutritious food in educational settings, including early childhood education. This article aims to review the Free Nutritious Meal Program and similar school feeding programs in relation to improving early childhood nutrition. This study employed a literature review method by analyzing relevant scientific articles and policy documents. The findings indicate that nutritious meal programs have the potential to improve nutrient intake and support children's growth when implemented consistently. This study concludes that the MBG has strategic potential to support improvements in early childhood nutrition.

Copyright © 2025, The Author(s).

This is an open access article under the CC-BY-SA license



PENDAHULUAN

Permasalahan gizi pada anak usia dini merupakan isu krusial dalam pembangunan sumber daya manusia, khususnya di negara berkembang. Anak usia dini berada pada fase kritis pertumbuhan yang sangat dipengaruhi oleh kecukupan gizi, terutama asupan energi, protein, dan zat gizi mikro. Literatur menunjukkan bahwa kekurangan gizi pada periode awal kehidupan berhubungan erat dengan gangguan pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta peningkatan risiko penyakit pada masa dewasa (Black et al., 2013). Oleh karena itu, intervensi gizi pada anak usia dini dipandang sebagai investasi jangka panjang yang menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Di Indonesia, permasalahan gizi anak masih ditandai oleh tingginya prevalensi stunting, anemia, dan kekurangan zat gizi mikro menegaskan bahwa Indonesia menghadapi tantangan gizi ganda, di mana masalah kekurangan gizi masih terjadi bersamaan dengan meningkatnya risiko kelebihan gizi pada anak (Miranda et al. 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa kebijakan gizi tidak dapat dilakukan secara parsial, melainkan memerlukan pendekatan terintegrasi lintas sektor, terutama antara pendidikan, kesehatan, dan perlindungan sosial. Anak usia dini menjadi kelompok yang paling rentan terhadap dampak kekurangan gizi karena kebutuhan nutrisinya yang tinggi dan sensitivitas proses tumbuh kembang yang berlangsung cepat.

Salah satu strategi yang secara luas direkomendasikan dalam literatur internasional untuk mengatasi permasalahan gizi anak adalah pelaksanaan *school feeding programs*. (Kristjansson et al. 2022) dalam tinjauan sistematisnya menyatakan bahwa program makan di sekolah berkontribusi positif terhadap peningkatan asupan gizi, penurunan anemia, serta perbaikan partisipasi belajar anak. Program makan bergizi tidak hanya berfungsi sebagai intervensi pendidikan, tetapi juga sebagai instrumen kebijakan kesehatan masyarakat dan perlindungan sosial, terutama di negara berpendapatan rendah dan menengah (Wang et al., 2021). Dalam konteks Indonesia, kebijakan makan bergizi di sekolah dikembangkan melalui Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang mulai diimplementasikan secara nasional sejak tahun 2024 dan dikoordinasikan oleh Badan Gizi Nasional. Program ini menyasar peserta didik di berbagai jenjang pendidikan, termasuk pendidikan anak usia dini, dengan tujuan meningkatkan akses terhadap makanan bergizi dan mendukung pemenuhan kebutuhan gizi harian anak. Literatur kebijakan nasional menunjukkan bahwa MBG dirancang sebagai intervensi preventif jangka panjang yang diharapkan mampu mendukung perbaikan status gizi dan pembangunan kualitas sumber daya manusia berkelanjutan (Ludher & Nasution, 2024).

Sejumlah kajian empiris di Indonesia sebelum implementasi MBG secara penuh menunjukkan bahwa program makan sekolah memiliki potensi dalam memperbaiki status gizi anak apabila dikelola dengan baik. (Sekiyama et al. 2018) melaporkan bahwa program makan siang sekolah di Indonesia berkontribusi terhadap peningkatan kadar hemoglobin dan status antropometri anak, meskipun efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh kualitas menu, keamanan pangan, dan keberlanjutan pendanaan. Temuan ini relevan bagi pengembangan MBG, terutama dalam konteks anak usia dini yang memiliki kebutuhan gizi spesifik dan sistem fisiologis yang masih berkembang. Meskipun demikian, literatur juga menunjukkan bahwa bukti empiris mengenai dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap status gizi anak usia dini masih terbatas. Sebagian besar penelitian yang tersedia masih bersifat deskriptif atau berfokus pada aspek kebijakan dan tantangan implementasi, sementara studi yang secara khusus mengkaji dampak gizi pada anak usia dini belum banyak dilakukan (Saadah et al., 2024; Ludher & Nasution, 2024). Keterbatasan ini menegaskan perlunya kajian literatur yang

mampu mensintesis temuan penelitian yang relevan untuk memahami potensi, tantangan, dan implikasi kebijakan MBG bagi peningkatan gizi anak usia dini.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini disusun dalam bentuk literature review yang bertujuan untuk mengkaji secara sistematis berbagai penelitian ilmiah terkait Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dan program makan bergizi sejenis, dengan fokus pada implikasinya terhadap peningkatan gizi anak usia dini. Kajian ini diharapkan dapat memberikan dasar konseptual yang kuat bagi penguatan kebijakan MBG serta menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya yang berorientasi pada evaluasi dampak gizi anak usia dini di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literature review atau kajian pustaka dengan tujuan untuk mengkaji dan mensintesis berbagai hasil penelitian ilmiah yang relevan dengan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) serta implikasinya terhadap peningkatan gizi anak usia dini. Proses penelusuran literatur dilakukan melalui database ilmiah nasional dan internasional, seperti Google Scholar, DOAJ, dan jurnal bereputasi lainnya, dengan menggunakan kata kunci antara lain Program Makan Bergizi Gratis, school feeding program, gizi anak usia dini, dan nutrition intervention. Artikel yang dipilih dibatasi pada publikasi sepuluh tahun terakhir, baik berupa jurnal nasional maupun internasional, laporan kebijakan, serta hasil kajian ilmiah yang relevan dengan konteks Indonesia. Kriteria inklusi meliputi artikel yang membahas program makan bergizi, status gizi anak, kebijakan gizi, serta implementasi program makan di satuan pendidikan, sementara artikel yang tidak relevan dengan fokus anak usia dini atau tidak memiliki kejelasan metodologi dikecualikan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif-kualitatif melalui tahapan pengelompokan tema, perbandingan temuan, serta sintesis hasil penelitian untuk memperoleh gambaran komprehensif mengenai potensi, tantangan, dan implikasi kebijakan MBG terhadap peningkatan gizi anak usia dini.

HASIL DAN DISKUSI

Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dalam literatur dipahami sebagai kebijakan intervensi gizi berskala nasional yang dirancang untuk meningkatkan kualitas gizi peserta didik serta mendukung pembangunan sumber daya manusia sejak usia dini hingga usia sekolah. MBG merupakan bentuk *school feeding program* yang secara global telah lama diakui sebagai strategi efektif untuk mengatasi masalah kekurangan gizi, meningkatkan kehadiran sekolah, serta mendukung kapasitas belajar anak (Kristjansson et al., 2022). Di Indonesia, MBG mulai diimplementasikan sebagai program nasional sejak tahun 2024 dan dikoordinasikan oleh Badan Gizi Nasional dengan sasaran utama peserta didik di berbagai jenjang pendidikan, termasuk pendidikan anak usia dini, sekolah dasar, dan menengah.

Kajian literatur menunjukkan bahwa program makan bergizi gratis tidak semata-mata diposisikan sebagai program pendidikan, tetapi juga sebagai instrumen kebijakan kesehatan masyarakat dan perlindungan sosial. (Wang et al. 2021) menjelaskan bahwa *school feeding programs* berkontribusi signifikan terhadap perbaikan status gizi, penurunan anemia, serta peningkatan partisipasi belajar pada anak-anak di negara berpendapatan rendah dan menengah. Dalam konteks ini, MBG di Indonesia dirancang untuk menjawab tantangan gizi ganda, khususnya stunting dan kekurangan zat gizi mikro, yang masih menjadi persoalan nasional (Miranda et al., 2023). Beberapa studi kebijakan dan dokumen resmi menegaskan bahwa MBG ditujukan sebagai intervensi preventif jangka panjang yang menysasar masa

pertumbuhan anak secara berkelanjutan. Program ini tidak dibatasi pada kelompok usia tertentu, tetapi mencakup seluruh peserta didik dengan penyesuaian menu dan porsi sesuai kebutuhan gizi masing-masing jenjang pendidikan (Ludher & Nasution, 2024). Dalam literatur, pendekatan ini sejalan dengan konsep *human capital investment*, di mana pemenuhan gizi sejak usia dini hingga usia sekolah dipandang sebagai fondasi utama bagi produktivitas dan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

Selain itu, kajian empiris mengenai implementasi *school feeding* di Indonesia juga menunjukkan bahwa program makan bergizi yang terkelola dengan baik berpotensi memberikan dampak positif terhadap kesehatan dan kesiapan belajar anak, meskipun efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh kualitas tata kelola, keamanan pangan, serta konsistensi pendanaan (Wang & Fawzi, 2020). Oleh karena itu, dalam literatur, MBG dipahami bukan sebagai program sektoral semata, melainkan sebagai kebijakan lintas sektor yang memerlukan sinergi antara bidang pendidikan, kesehatan, dan perlindungan sosial agar tujuan peningkatan gizi nasional dapat tercapai secara optimal.

Dampak Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Status Gizi Anak Usia Dini

Berdasarkan hasil kajian literatur, program makan bergizi gratis yang dilaksanakan secara terstruktur dan berkelanjutan menunjukkan kontribusi positif terhadap peningkatan status gizi anak, termasuk anak usia dini sebagai bagian dari kelompok sasaran. Literatur internasional mengenai *school feeding programs* menunjukkan bahwa pemberian makanan bergizi di lingkungan pendidikan berperan dalam meningkatkan asupan energi, protein, serta zat gizi mikro penting seperti zat besi, vitamin A, dan kalsium, yang sangat dibutuhkan pada fase awal pertumbuhan anak (Kristjansson et al., 2022). Temuan ini relevan dengan konteks MBG di Indonesia, di mana anak usia dini berada pada periode emas pertumbuhan yang sangat sensitif terhadap kecukupan gizi. Sejumlah studi empiris menunjukkan bahwa anak-anak yang menerima intervensi makan bergizi secara rutin cenderung memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang tidak menerima intervensi serupa. Dalam tinjauan sistematis dan meta-analisisnya menemukan bahwa *school feeding programs* berkontribusi terhadap peningkatan berat badan dan indeks massa tubuh (BMI), serta penurunan prevalensi anemia pada anak usia sekolah (Wang et al. 2021). Meskipun sebagian besar penelitian tersebut mencakup anak usia sekolah dasar, temuan ini secara konseptual relevan bagi anak usia dini, mengingat kebutuhan gizi dan mekanisme biologis pertumbuhan berlangsung sejak usia awal kehidupan.

Dalam konteks Indonesia, kajian tentang program makan sekolah juga menunjukkan bahwa intervensi makan bergizi yang berbasis pangan lokal mampu memperbaiki status gizi anak secara signifikan. (Sekiyama et al. 2017) melaporkan bahwa program makan siang sekolah yang berkelanjutan dapat meningkatkan kadar hemoglobin, status antropometri, serta asupan zat gizi pada anak. Literatur tersebut menegaskan bahwa kualitas menu, keteraturan pemberian, dan keamanan pangan merupakan faktor kunci yang menentukan keberhasilan program dalam meningkatkan status gizi, termasuk pada anak usia dini yang memiliki sistem pencernaan dan imunitas yang masih berkembang. Beberapa penelitian nasional yang mengkaji implementasi MBG dan program sejenis menunjukkan bahwa anak usia dini yang mendapatkan makanan bergizi di satuan pendidikan mengalami perbaikan nafsu makan, daya tahan tubuh, dan stabilitas berat badan dalam jangka pendek. Temuan Saadah et al. (2024) mengindikasikan bahwa intervensi makan bergizi gratis berdampak positif terhadap perkembangan fisik anak, meskipun efeknya sangat dipengaruhi oleh durasi program dan kesesuaian menu dengan kebutuhan usia anak.

Indikasi Awal Dampak Program MBG di Indonesia dan Isu Pemerataan

Sejak mulai diimplementasikan secara nasional pada tahun 2024, Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di Indonesia masih berada pada tahap awal pelaksanaan, sehingga bukti dampak yang tersedia sebagian besar bersifat deskriptif dan operasional. Beberapa laporan awal dan kajian kebijakan menunjukkan bahwa MBG telah memberikan manfaat langsung berupa meningkatnya akses anak terhadap makanan bergizi di satuan pendidikan, khususnya di wilayah dengan tingkat kerentanan gizi yang tinggi (Ludher & Nasution, 2024). Dampak awal yang paling sering dilaporkan mencakup peningkatan kehadiran peserta didik, keteraturan pola makan selama jam sekolah, serta berkurangnya beban ekonomi keluarga dalam penyediaan bekal makanan.

Dalam konteks anak usia dini, temuan-temuan awal dari studi implementasi MBG dan program sejenis menunjukkan adanya perbaikan kondisi fisik anak dalam jangka pendek, seperti meningkatnya nafsu makan, stabilitas berat badan, dan daya tahan tubuh. Meskipun data kuantitatif nasional yang mengukur perubahan status gizi anak usia dini secara komprehensif masih terbatas, literatur menegaskan bahwa intervensi makan bergizi yang diberikan secara rutin sejak usia dini berpotensi memberikan manfaat gizi yang signifikan apabila dilaksanakan secara konsisten dan sesuai standar gizi (Saadah et al., 2024).

Namun demikian, sejumlah kajian juga menyoroti tantangan pemerataan pelaksanaan MBG di Indonesia. Perbedaan kapasitas daerah dalam penyediaan infrastruktur, rantai pasok pangan, serta sumber daya manusia menyebabkan implementasi MBG belum sepenuhnya merata di seluruh wilayah. Ludher dan Nasution (2024) mencatat bahwa ketergantungan pada anggaran pusat dan keterbatasan adaptasi lokal berpotensi menimbulkan kesenjangan cakupan program, sehingga dampak MBG terhadap peningkatan status gizi anak termasuk anak usia dini belum dapat dirasakan secara merata di seluruh daerah. Oleh karena itu, literatur menekankan pentingnya penguatan tata kelola dan mekanisme evaluasi berbasis outcome agar dampak MBG di Indonesia dapat diukur secara lebih akurat dan berkeadilan.

Tantangan Implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dan Implikasinya bagi Anak Usia Dini

Literatur yang ditulis oleh peneliti Indonesia menunjukkan bahwa program makan bergizi sebagai kebijakan publik menghadapi berbagai tantangan struktural dan teknis dalam tahap implementasi. Tantangan utama yang sering diidentifikasi meliputi kesiapan infrastruktur, ketersediaan bahan pangan bergizi, kapasitas sumber daya manusia, serta mekanisme pengawasan mutu makanan yang diberikan kepada peserta didik (Ludher & Nasution, 2024). Dalam konteks Indonesia yang memiliki keragaman wilayah dan tingkat pembangunan daerah yang berbeda, tantangan tersebut menjadi faktor krusial yang menentukan keberhasilan program MBG secara nasional.

Beberapa kajian menegaskan bahwa pelaksanaan program makan bergizi di sekolah sering kali belum sepenuhnya memenuhi standar gizi seimbang karena keterbatasan anggaran dan manajemen penyediaan makanan. Penelitian oleh Sekiyama et al. (2018) menunjukkan bahwa program makan sekolah di Indonesia sebelum era MBG masih menghadapi masalah konsistensi menu, kualitas bahan pangan, serta keberlanjutan pendanaan. Kondisi ini menjadi catatan penting bagi implementasi MBG, mengingat kualitas asupan gizi sangat menentukan dampak program terhadap pertumbuhan dan kesehatan anak. Dari sisi tata kelola, penulis Indonesia juga menyoroti lemahnya koordinasi lintas sektor antara pemerintah pusat, pemerintah daerah, dan satuan pendidikan. Program MBG memerlukan keterlibatan berbagai sektor, seperti pendidikan, kesehatan, dan pangan, namun dalam praktiknya koordinasi tersebut belum berjalan optimal (Ludher & Nasution, 2024). Ketidaksinkronan ini berpotensi menimbulkan ketimpangan pelaksanaan program antarwilayah, baik dalam cakupan penerima manfaat maupun kualitas makanan yang disediakan.

Implikasi dari berbagai tantangan tersebut menjadi semakin penting ketika dikaitkan dengan anak usia dini. Anak pada usia emas pertumbuhan memiliki kebutuhan gizi yang lebih sensitif dibandingkan kelompok usia lainnya, sehingga ketidakterpenuhan standar gizi dalam program makan dapat berdampak pada efektivitas intervensi. Studi-studi nasional menunjukkan bahwa intervensi gizi yang tidak konsisten berisiko menghasilkan dampak yang minimal terhadap status gizi anak, khususnya pada aspek pertumbuhan fisik dan daya tahan tubuh (Saadah et al., 2024). Oleh karena itu, keberhasilan MBG dalam mendukung peningkatan gizi anak usia dini sangat bergantung pada kualitas pelaksanaan di lapangan. Selain itu, tantangan pemerataan juga menjadi isu yang sering muncul dalam kajian penulis Indonesia. Daerah dengan akses logistik terbatas dan kapasitas fiskal yang rendah cenderung mengalami hambatan lebih besar dalam mengimplementasikan program makan bergizi secara berkelanjutan. Hal ini berimplikasi pada potensi ketimpangan manfaat MBG, di mana anak-anak di wilayah tertentu memperoleh manfaat yang lebih optimal dibandingkan anak di daerah lain. Dalam konteks anak usia dini, ketimpangan ini dapat memperlebar kesenjangan status gizi sejak usia awal apabila tidak diantisipasi melalui kebijakan afirmatif dan penguatan dukungan daerah.

Implikasi Kebijakan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) bagi Peningkatan Gizi Anak Usia Dini

Hasil sintesis dari berbagai kajian literatur menunjukkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memiliki implikasi kebijakan yang signifikan dalam upaya peningkatan gizi anak usia dini, meskipun program ini tidak secara khusus ditujukan hanya untuk kelompok usia tersebut. Literatur menegaskan bahwa anak usia dini merupakan kelompok yang sangat sensitif terhadap intervensi gizi, sehingga kebijakan makan bergizi yang diterapkan di satuan pendidikan berpotensi memberikan manfaat tidak langsung terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak apabila dilaksanakan secara konsisten dan sesuai standar gizi (Sekiyama et al., 2018).

Dari perspektif kebijakan pendidikan dan kesehatan, MBG dipandang sebagai instrumen preventif yang dapat mendukung pemenuhan kebutuhan gizi dasar anak sejak usia awal. Penelitian-penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa program makan bergizi yang terintegrasi dengan aktivitas sekolah mampu membantu membentuk pola makan yang lebih teratur dan sehat pada anak, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap kesiapan belajar dan kondisi fisik anak (Saadah et al., 2024). Dalam konteks anak usia dini, implikasi ini menjadi penting karena pemenuhan gizi pada masa awal kehidupan berkaitan erat dengan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Literatur juga menyoroti bahwa keberhasilan MBG sebagai kebijakan nasional sangat bergantung pada kejelasan standar pelaksanaan dan mekanisme pengawasan. Sekiyama et al. (2018) menekankan pentingnya standar menu berbasis kebutuhan gizi anak serta pengawasan kualitas makanan yang berkelanjutan. Tanpa adanya standar yang jelas dan sistem monitoring yang kuat, manfaat program makan bergizi berisiko tidak optimal, khususnya bagi anak usia dini yang membutuhkan asupan gizi seimbang dalam jumlah dan kualitas tertentu.

Selain aspek kualitas, implikasi kebijakan MBG juga berkaitan dengan pemerataan akses dan keadilan sosial. Literatur nasional menunjukkan bahwa perbedaan kapasitas daerah dalam mengelola program makan bergizi dapat memengaruhi capaian kebijakan secara keseluruhan (Ludher & Nasution, 2024). Dalam kaitannya dengan anak usia dini, ketimpangan pelaksanaan MBG berpotensi menyebabkan perbedaan status gizi antarwilayah sejak usia awal. Oleh karena itu, kebijakan MBG perlu disertai dengan pendekatan afirmatif bagi daerah yang memiliki keterbatasan sumber daya agar manfaat program dapat dirasakan secara lebih merata. Secara keseluruhan, sintesis literatur menunjukkan bahwa MBG memiliki

potensi sebagai kebijakan strategis dalam mendukung peningkatan gizi anak usia dini, meskipun dampaknya belum dapat diukur secara komprehensif dalam jangka panjang. Implikasi kebijakan yang dapat ditarik dari kajian ini mencakup perlunya penguatan tata kelola program, penyesuaian standar gizi yang ramah anak usia dini, serta integrasi MBG dengan program kesehatan dan pendidikan anak usia dini lainnya. Dengan demikian, MBG tidak hanya dipandang sebagai program pemenuhan makan, tetapi sebagai bagian dari upaya pembangunan kualitas anak Indonesia sejak usia dini melalui pendekatan kebijakan yang berkelanjutan dan berkeadilan.

Arah Penguatan Kebijakan dan Rekomendasi Implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Berdasarkan hasil kajian literatur, penguatan kebijakan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) perlu diarahkan pada peningkatan kualitas implementasi agar tujuan peningkatan gizi anak dapat tercapai secara optimal. Literatur nasional menegaskan bahwa kebijakan makan bergizi tidak cukup hanya berfokus pada penyediaan makanan, tetapi harus diiringi dengan standar gizi yang jelas, mekanisme pengawasan yang ketat, serta evaluasi berkala yang berorientasi pada capaian gizi anak (Sekiyama et al., 2018). Dalam konteks ini, MBG perlu diposisikan sebagai intervensi gizi yang terencana dan berkelanjutan, bukan sekadar program bantuan sosial jangka pendek.

Rekomendasi penting yang muncul dari literatur adalah perlunya diferensiasi pendekatan implementasi MBG berdasarkan karakteristik wilayah dan kelompok sasaran. Penulis Indonesia menekankan bahwa kondisi geografis, ketersediaan pangan lokal, dan kapasitas fiskal daerah sangat memengaruhi efektivitas program makan bergizi (Ludher & Nasution, 2024). Oleh karena itu, kebijakan MBG perlu memberikan ruang adaptasi bagi pemerintah daerah dan satuan pendidikan untuk menyesuaikan pelaksanaan program dengan potensi lokal, tanpa mengabaikan standar gizi nasional. Pendekatan ini dinilai lebih realistis dalam mendorong pemerataan manfaat program, termasuk bagi anak usia dini. Selain itu, literatur merekomendasikan integrasi MBG dengan program kesehatan dan pendidikan anak usia dini yang telah ada. Program makan bergizi akan lebih efektif apabila disinergikan dengan edukasi gizi bagi pendidik dan orang tua, pemantauan pertumbuhan anak, serta layanan kesehatan dasar di satuan pendidikan. Saadah et al. (2024) menegaskan bahwa intervensi gizi yang berdiri sendiri cenderung menghasilkan dampak yang terbatas, sedangkan pendekatan terintegrasi memiliki potensi yang lebih besar dalam mendukung pertumbuhan fisik dan kesejahteraan anak, khususnya pada masa usia dini.

Rekomendasi lainnya adalah penguatan sistem monitoring dan evaluasi berbasis data. Hingga saat ini, kajian nasional menunjukkan bahwa pengukuran dampak program makan bergizi di Indonesia masih didominasi oleh indikator input dan proses, seperti jumlah penerima dan frekuensi pemberian makanan. Ke depan, MBG perlu dilengkapi dengan indikator outcome yang lebih spesifik, seperti perubahan status gizi, kebiasaan makan, dan kondisi kesehatan anak, agar efektivitas kebijakan dapat dievaluasi secara lebih komprehensif dan akuntabel (Sekiyama et al., 2018). Kajian literatur menegaskan bahwa arah penguatan kebijakan MBG perlu difokuskan pada peningkatan kualitas, pemerataan, dan keberlanjutan program. Implikasi bagi anak usia dini menuntut perhatian khusus terhadap standar gizi yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan, integrasi lintas sektor, serta sistem evaluasi yang sensitif terhadap dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dengan penguatan kebijakan yang berbasis bukti dan konteks lokal, MBG berpotensi menjadi instrumen strategis dalam mendukung peningkatan gizi anak usia dini dan pembangunan sumber daya manusia Indonesia secara berkelanjutan.

Kesenjangan Penelitian dan Arah Penelitian Selanjutnya Terkait Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Kajian literatur menunjukkan bahwa penelitian mengenai program makan bergizi di Indonesia, termasuk Program Makan Bergizi Gratis (MBG), masih didominasi oleh studi deskriptif dan kajian kebijakan. Sebagian besar penelitian berfokus pada aspek perencanaan, tantangan implementasi, serta potensi manfaat program secara umum, sementara bukti empiris yang mengukur dampak program terhadap status gizi anak secara komprehensif masih terbatas (Sekiyama et al., 2018; Ludher & Nasution, 2024). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu diisi melalui studi yang lebih sistematis dan berbasis data lapangan. Kesenjangan penelitian juga terlihat pada minimnya studi longitudinal yang menelusuri dampak program makan bergizi dalam jangka menengah dan panjang. Hingga saat ini, sebagian besar literatur nasional belum mampu menunjukkan perubahan status gizi anak secara berkelanjutan sebagai hasil dari intervensi makan bergizi di sekolah. Dalam konteks MBG yang masih relatif baru, keterbatasan ini dapat dipahami, namun tetap menegaskan pentingnya penelitian lanjutan yang dirancang untuk memantau perkembangan gizi anak secara periodik sejak program mulai diimplementasikan.

Selain itu, penelitian yang secara khusus mengkaji implikasi MBG terhadap anak usia dini masih sangat terbatas. Sebagian besar studi di Indonesia menempatkan anak usia dini sebagai bagian dari kelompok penerima manfaat secara umum, tanpa analisis mendalam mengenai kebutuhan gizi spesifik dan dampak program terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak pada fase usia emas. Padahal, literatur nasional menegaskan bahwa intervensi gizi pada usia dini memiliki karakteristik dan sensitivitas yang berbeda dibandingkan kelompok usia sekolah dasar atau remaja (Saadah et al., 2024). Kesenjangan lainnya berkaitan dengan aspek pemerataan dan keadilan implementasi program. Penelitian di Indonesia masih jarang membandingkan pelaksanaan program makan bergizi antarwilayah, terutama antara daerah perkotaan dan perdesaan atau wilayah dengan tingkat kerentanan gizi yang berbeda. Kajian semacam ini penting untuk memahami sejauh mana MBG mampu menjangkau kelompok anak yang paling membutuhkan dan mencegah munculnya ketimpangan manfaat program di tingkat nasional (Ludher & Nasution, 2024).

Keterbatasan Kajian Literatur Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Kajian literatur ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dicermati dalam menafsirkan hasil dan pembahasan terkait Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai upaya peningkatan gizi anak usia dini. Keterbatasan utama terletak pada ketersediaan sumber ilmiah yang secara khusus membahas MBG sebagai program nasional yang masih relatif baru di Indonesia. Sebagian besar literatur yang digunakan dalam kajian ini merupakan studi tentang program makan sekolah atau kebijakan gizi sebelum implementasi MBG secara penuh, sehingga temuan yang disintesis lebih bersifat konseptual dan implikatif daripada berbasis evaluasi empiris jangka panjang. Keterbatasan berikutnya berkaitan dengan ruang lingkup data yang tersedia dalam literatur nasional. Sebagian besar penelitian yang ditulis oleh penulis Indonesia masih bersifat deskriptif dan berfokus pada aspek perencanaan serta tantangan implementasi program makan bergizi. Studi yang mengukur dampak langsung program terhadap indikator status gizi anak, khususnya anak usia dini, masih sangat terbatas. Hal ini menyebabkan kajian ini belum dapat menyajikan gambaran yang komprehensif mengenai efektivitas MBG terhadap perubahan status gizi anak secara kuantitatif.

Selain itu, kajian ini juga memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi temuan. Indonesia memiliki karakteristik wilayah yang sangat beragam dari segi geografis, sosial, dan ekonomi, sementara sebagian literatur yang tersedia hanya merepresentasikan kondisi daerah tertentu. Akibatnya, hasil sintesis literatur dalam kajian ini belum sepenuhnya mencerminkan

variasi implementasi dan dampak MBG di seluruh wilayah Indonesia. Keterbatasan ini menjadi penting untuk diperhatikan, terutama dalam membahas isu pemerataan manfaat program bagi anak usia dini. Keterbatasan lainnya adalah belum optimalnya integrasi data lintas sektor dalam literatur yang dianalisis. Program MBG berada pada irisan sektor pendidikan, kesehatan, dan pangan, namun sebagian besar kajian masih membahas program dari sudut pandang sektoral. Minimnya kajian interdisipliner menyebabkan pemahaman terhadap dampak holistik MBG terhadap kesejahteraan anak, termasuk aspek kesehatan, perkembangan, dan kesiapan belajar anak usia dini, belum tergambar secara utuh.

Meskipun memiliki keterbatasan tersebut, kajian literatur ini tetap memberikan kontribusi dalam memetakan kerangka konseptual, tantangan, dan implikasi kebijakan MBG bagi peningkatan gizi anak usia dini. Keterbatasan yang diidentifikasi dalam kajian ini justru menjadi dasar penting bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan studi empiris yang lebih mendalam, terintegrasi, dan berkelanjutan, sehingga kebijakan MBG di Indonesia dapat dievaluasi dan disempurnakan berdasarkan bukti ilmiah yang lebih kuat.

KESIMPULAN

Kajian literatur ini menunjukkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memiliki potensi yang kuat sebagai kebijakan strategis dalam mendukung peningkatan gizi anak usia dini di Indonesia. Sintesis berbagai penelitian nasional dan internasional menegaskan bahwa program makan bergizi yang dilaksanakan secara terstruktur dan berkelanjutan dapat berkontribusi terhadap peningkatan asupan zat gizi, perbaikan kondisi kesehatan, serta dukungan terhadap proses pertumbuhan anak pada masa usia emas. Dalam konteks pendidikan anak usia dini, MBG tidak hanya berfungsi sebagai pemenuhan kebutuhan makan, tetapi juga sebagai intervensi preventif yang berimplikasi pada kualitas sumber daya manusia jangka panjang. Kontribusi utama kajian ini terletak pada penyusunan kerangka konseptual yang mengaitkan kebijakan MBG dengan peningkatan gizi anak usia dini, suatu aspek yang masih relatif terbatas dalam literatur Indonesia. Kajian ini memajukan pemahaman ilmiah dengan menempatkan MBG sebagai kebijakan lintas sektor yang memerlukan integrasi antara pendidikan, kesehatan, dan perlindungan sosial, khususnya dalam menjawab tantangan gizi pada anak usia dini. Selain itu, kajian ini mengungkap bahwa efektivitas MBG sangat bergantung pada kualitas implementasi, standar gizi yang ramah anak usia dini, serta pemerataan pelaksanaan antarwilayah.

Implikasi praktis dari temuan ini menunjukkan bahwa MBG berpotensi diaplikasikan sebagai bagian dari strategi pembangunan anak usia dini yang lebih komprehensif, terutama apabila diintegrasikan dengan pemantauan pertumbuhan, edukasi gizi, dan layanan kesehatan dasar di satuan pendidikan. Namun demikian, keterbatasan bukti empiris yang secara khusus mengukur dampak MBG terhadap status gizi anak usia dini menegaskan perlunya penelitian lanjutan. Penelitian di masa mendatang disarankan untuk mengembangkan studi empiris berbasis data primer, termasuk penelitian longitudinal dan evaluasi kebijakan berbasis wilayah, agar dampak jangka pendek dan jangka panjang MBG terhadap gizi dan perkembangan anak usia dini dapat diukur secara lebih akurat dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Kristjansson, E., Osman, M., Dignam, M., Labelle, P. R., Magwood, O., Galicia, A. H., Cooke-Hughes, P., Wells, G. A., Krasevec, J., & Enns, A. (2022). School feeding programs for improving the physical and psychological health of school children experiencing socioeconomic disadvantage. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2022(8), CD014794.
- Ludher, E., & Nasution, M. (2024). Indonesia's Free Nutritious Meal (Makan Bergizi Gratis) Programme: Policy opportunities and implementation challenges. *ISEAS Yusof Ishak Institute Perspective*, 96, 1–13.
- Miranda, A. V., Sirmareza, T., Nugraha, R. R., Rastuti, M., Syahidi, H., Asmara, R., & Petersen, Z. (2023). Towards stunting eradication in Indonesia: Time to invest in community health workers. *Public Health Challenges*, 2(3), e108.
- Sekiyama, M., Kawakami, T., Nurdiani, R., Roosita, K., Rimbawan, R., Murayama, N., Ishida, H., & Nozue, M. (2018). School feeding programs in Indonesia. *The Japanese Journal of Nutrition and Dietetics*, 76(Supplement), S86–S97.
- Wang, D., Shinde, S., Young, T., & Fawzi, W. W. (2021). Impacts of school feeding on educational and health outcomes of school-age children and adolescents in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Global Health*, 11, 04051.
- Saadah, D. A., Rahmawati, E., & Lestari, D. (2024). Pengaruh program makan bergizi gratis terhadap perkembangan fisik anak. *WALADI Journal*, 5(2), 89–99.
- Sekiyama, M., Roosita, K., & Ohtsuka, R. (2017). *Locally sustainable school lunch intervention improves hemoglobin and hematocrit levels and body mass index among elementary schoolchildren in rural West Java, Indonesia*. *Nutrients*, 9(8), 868.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., ... Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451.
- Wang, D., & Fawzi, W. W. (2020). Impacts of school feeding programs on educational and health outcomes of school-age children. *Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care*, 23(3), 216–221.
- Wang, D., Stewart, D., Chang, C., & Shi, Y. (2021). Effect of school feeding programs on nutritional outcomes and cognitive performance: A meta-analysis. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 5(7), 522–531.