JOURNAL OF NUTRITION COLLEGE
Volume 15, Nomor 3, Tahun 2026, Halaman 226-234
Received: 17 September 2025, Revised: 11 Juli 2026
Accepted: 13 Juli 2026, Published:27 Juli 2026
Online di: http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/ , DOI: 10.14710/jnc.v15i3.51456

EFEKTIVITAS PEMBERIAN MAKANAN BERGIZI GRATIS DI SEKOLAH: TINJAUAN LITERATUR TERHADAP MODEL IMPLEMENTASI DI NEGARA MAJU

Erwinda[1]*, Delmi Sulastri[2], Ikeu Tanziha[3], Rosfita Rasyid[2]

[1]Program Doktor Pascasarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
[2]Departemen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
[3]Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA), IPB University, Bogor, Jawa Barat, Indonesia
***Korespondensi**: safirawinda7@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Free school meal policies are widely implemented to improve child nutrition, reduce social inequality, and support learning outcomes. Evidence from developed countries is relevant for Indonesia because the Makan Bergizi Gratis programme requires strong governance, clear nutrition standards, robust food safety control, and sustainable financing.*

Objective: *This review analyses implementation models and key effectiveness factors of free school meal programmes in developed countries and formulates policy implications for Indonesia. Methods: A structured literature review was conducted using the PRISMA approach. Articles were searched in PubMed, Scopus, Web of Science, ScienceDirect, and Google Scholar with the keywords free school meals, school feeding program, nutrition policy, academic achievement, and child health. Eligible articles were peer-reviewed, available in full-text, published between 2017 and 2026, and reported health, education, participation, or implementation outcomes.*

Results: *The reviewed studies indicate that successful school meal programmes share five core factors: clear targeting or universal coverage, adequate and stable funding, enforceable nutrition and food safety standards, reliable procurement and distribution systems, and continuous monitoring and evaluation. Universal models tend to increase participation and reduce stigma, while targeted models depend on accurate eligibility data and strong administrative capacity.*

Conclusion: *Free school meal programmes can effectively support child nutrition and learning when they integrate health, education, and food system governance. Indonesia should strengthen phased implementation, local food procurement, menu standardisation, food safety supervision, and outcome evaluation in the Makan Bergizi Gratis programme*

Keywords: *Academic achievement; child health; nutrition; policy implementation; school meals*

ABSTRAK

Latar belakang: Kebijakan makanan gratis di sekolah banyak digunakan untuk memperbaiki gizi anak, mengurangi kesenjangan sosial, dan mendukung hasil belajar. Bukti dari negara maju relevan bagi Indonesia karena program Makan Bergizi Gratis memerlukan tata kelola yang kuat, standar gizi yang jelas, pengawasan keamanan pangan yang ketat, dan pembiayaan yang berkelanjutan.

Tujuan: Tinjauan ini menganalisis model implementasi dan faktor efektivitas program makanan gratis di sekolah pada negara maju serta merumuskan implikasi kebijakannya bagi Indonesia.

Metode: Tinjauan literatur dilakukan secara terstruktur dengan pendekatan PRISMA. Artikel ditelusuri melalui PubMed, Scopus, Web of Science, ScienceDirect, dan Google Scholar dengan kata kunci *free school meals, school feeding program, nutrition policy, academic achievement, dan child health*. Artikel yang dipilih merupakan artikel *peer-reviewed*, tersedia dalam bentuk *full-text*, terbit pada 2017–2026, dan melaporkan luaran kesehatan, pendidikan, partisipasi, atau implementasi.

Hasil: Studi yang direview menunjukkan bahwa keberhasilan program ditopang oleh lima faktor utama, yaitu cakupan sasaran yang jelas atau universal, pendanaan yang memadai dan stabil, standar gizi serta keamanan pangan yang dapat ditegakkan, sistem pengadaan dan distribusi yang andal, serta monitoring dan evaluasi yang berkelanjutan. Model universal cenderung meningkatkan partisipasi dan mengurangi stigma, sedangkan model bersasaran sangat bergantung pada akurasi data kelayakan dan kapasitas administrasi.

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Simpulan: Program makanan gratis di sekolah dapat mendukung perbaikan gizi dan pembelajaran anak jika mampu mengintegrasikan tata kelola kesehatan, pendidikan, dan sistem pangan. Indonesia perlu memperkuat implementasi bertahap, pengadaan pangan lokal, standardisasi menu, pengawasan keamanan pangan, dan evaluasi luaran dalam pelaksanaan Makan Bergizi Gratis.

Kata kunci: Prestasi akademik; kesehatan anak; gizi; implementasi kebijakan; makanan sekolah

PENDAHULUAN

Gizi yang baik merupakan determinan fundamental dalam meningkatkan kualitas kesehatan, perkembangan kognitif, serta capaian akademik anak-anak.[1] Sebaliknya, ketidakseimbangan gizi berkontribusi terhadap berbagai permasalahan kesehatan seperti stunting, obesitas, dan gangguan metabolik yang berdampak jangka panjang terhadap kualitas hidup.[2] Dalam konteks kebijakan publik, promosi gizi telah menjadi instrumen strategis, khususnya di negara maju yang didukung oleh kapasitas fiskal dan sistem kesejahteraan sosial yang relatif kuat[3]. Implementasi konkret dari kebijakan tersebut salah satunya diwujudkan melalui program pemberian makanan gratis di sekolah, seperti *National School Lunch Program* di Amerika Serikat[5] serta *Universal Free School Mea*l di Finlandia dan Swedia[6], yang terbukti mampu meningkatkan status gizi, mengurangi ketimpangan sosial, serta mendukung performa akademik siswa[7].

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah melalui penyediaan makanan bergizi memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan kesehatan anak dan remaja, khususnya pada kelompok usia sekolah dasar dan menengah.[8] Namun demikian, temuan empiris juga mengindikasikan bahwa efektivitas program tersebut tidak bersifat universal, melainkan sangat dipengaruhi oleh faktor implementasi, desain kebijakan, tata kelola, serta dukungan institusional dan partisipasi masyarakat.[9] Sebagian besar studi masih berfokus pada evaluasi dampak di masing-masing negara secara parsial, sehingga belum memberikan pemahaman komprehensif mengenai variasi model implementasi dan faktor kunci keberhasilan antarnegara maju. Selain itu, terdapat kesenjangan penelitian *(research gap*) dalam aspek komparatif dan kontekstualisasi kebijakan, khususnya terkait bagaimana model implementasi di negara maju dapat direplikasi atau diadaptasi pada negara berkembang seperti Indonesia yang memiliki karakteristik sosial ekonomi, distribusi pendapatan, serta kapasitas kelembagaan yang berbeda. Negara maju umumnya memiliki tingkat kemiskinan yang lebih rendah, distribusi sumber daya yang lebih merata, serta sistem jaminan sosial yang mapan, sementara Indonesia masih menghadapi ketimpangan akses terhadap pendidikan dan pangan bergizi, terutama antara wilayah perkotaan dan pedesaan. Perbedaan struktural ini menunjukkan bahwa keberhasilan kebijakan di negara maju tidak dapat diadopsi secara langsung tanpa analisis kritis terhadap konteks lokal. Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas program pemberian makanan gratis di sekolah melalui tinjauan literatur terhadap model implementasi di negara maju, serta mengidentifikasi faktor-faktor kunci yang memengaruhi keberhasilan kebijakan tersebut sebagai dasar pertimbangan adaptasi kebijakan di konteks yang berbeda.[16]

Kesenjangan utama dalam literatur bukan terletak pada ada atau tidaknya manfaat program, tetapi pada variasi efektivitas menurut desain kebijakan. Program yang sama dapat menghasilkan luaran berbeda karena dipengaruhi oleh cakupan sasaran, kualitas menu, pembiayaan, kapasitas sekolah, distribusi makanan, keamanan pangan, dan monitoring. Karena itu, pengalaman negara maju perlu dikaji secara lebih sistematis untuk mengidentifikasi faktor implementasi yang dapat diadaptasi, bukan sekadar menyalin bentuk programnya. Indonesia mulai menempatkan Makan Bergizi Gratis sebagai agenda nasional untuk memperbaiki gizi dan kualitas belajar anak. Namun, skala geografis, keragaman sosial budaya, kapasitas dapur penyedia, dan keamanan pangan membuat implementasi program membutuhkan desain bertahap dan pengawasan kuat.[15,16] Berdasarkan kesenjangan tersebut, artikel ini bertujuan meninjau model implementasi program makanan gratis di sekolah pada negara maju, membandingkan faktor efektivitasnya, dan merumuskan pelajaran yang relevan bagi penguatan program Makan Bergizi Gratis di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan tinjauan literatur sistematis untuk menganalisis efektivitas kebijakan pemberian makanan gratis di sekolah di negara maju serta relevansinya terhadap implementasi program Makan Bergizi Gratis di Indonesia. Desain penelitian mengacu pada pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (*PRISMA*), yang meliputi empat tahap utama, yaitu identifikasi, penyaringan (*screening*), uji kelayakan (*eligibility*), dan sintesis data. Pencarian literatur dilakukan pada

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Januari–Juni 2026 melalui beberapa basis data internasional, yaitu *PubMed, Scopus, Web of Science, ScienceDirect, dan Google Scholar*. Strategi pencarian menggunakan kombinasi kata kunci: *free school meals*, *school feeding program*, *school meals*, *nutrition policy*, *academic achievement*, *child health*, *policy implementation*, dan *food safety*. Penelusuran dilakukan dengan menggunakan *operator Boolean* (*AND, OR*) untuk meningkatkan sensitivitas dan spesifisitas hasil pencarian.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel ilmiah *peer-reviewed*; (2) tersedia dalam bentuk *full-text*; (3) diterbitkan dalam rentang tahun 2017–2026; (4) membahas program makanan gratis atau makanan sekolah bersubsidi di negara maju; serta (5) melaporkan luaran yang terukur, seperti kesehatan anak, capaian akademik, partisipasi siswa, atau aspek implementasi kebijakan. Adapun kriteria eksklusi meliputi: (1) artikel yang hanya membahas kantin komersial tanpa intervensi kebijakan; (2) tidak menyajikan luaran program secara jelas; (3) tidak tersedia dalam teks lengkap; (4) artikel opini tanpa metode ilmiah; serta (5) *grey literature*, kecuali digunakan secara terbatas sebagai penguat konteks kebijakan. Proses seleksi artikel dilakukan secara bertahap sesuai alur PRISMA, dimulai dari identifikasi artikel, penghapusan duplikasi, penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, hingga penilaian kelayakan berdasarkan teks lengkap. Artikel yang memenuhi kriteria selanjutnya dianalisis dan disintesis.

Variabel yang dianalisis dalam penelitian ini meliputi: (1) karakteristik program (model universal atau berbasis sasaran); (2) luaran kesehatan (status gizi, obesitas, kualitas diet); (3) luaran pendidikan (kehadiran, konsentrasi, capaian akademik); (4) luaran sosial (pengurangan stigma dan ketimpangan); serta (5) faktor implementasi (tata kelola, pendanaan, kapasitas institusi, dan penerimaan masyarakat). Sintesis data dilakukan secara naratif dengan pendekatan komparatif, yaitu mengelompokkan temuan berdasarkan negara, desain penelitian, model program, serta hasil utama yang dilaporkan. Selain itu, dilakukan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola keberhasilan dan hambatan implementasi kebijakan di berbagai konteks negara maju.

Sebanyak sepuluh artikel utama yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis dalam penelitian ini, yang mencakup berbagai desain penelitian seperti tinjauan sistematis, eksperimen alamiah (*natural experiment*), longitudinal, survei, serta evaluasi kebijakan dan proses implementasi. Secara umum, literatur menunjukkan bahwa program makanan gratis di sekolah cenderung meningkatkan partisipasi siswa, kualitas asupan gizi, serta memiliki potensi dalam meningkatkan luaran akademik, meskipun masih terdapat variasi efektivitas yang dipengaruhi oleh desain kebijakan dan konteks implementasi.

HASIL

Analisis terhadap literatur menunjukkan bahwa kebijakan pemberian makanan gratis di sekolah di negara maju umumnya dirancang untuk mencapai tiga tujuan utama, yaitu meningkatkan status gizi siswa, memperkuat partisipasi belajar, dan mengurangi ketimpangan akses pangan di lingkungan pendidikan. Efektivitas program sangat dipengaruhi oleh model kebijakan, cakupan sasaran, kualitas menu, tata kelola implementasi, serta dukungan pendanaan dan sosial-kultural di masing-masing negara . Secara umum, model universal cenderung menghasilkan partisipasi lebih tinggi dan stigma yang lebih rendah dibandingkan model berbasis seleksi ekonomi, sedangkan model selektif lebih sering menghadapi tantangan administrasi dan ketimpangan akses.[11] Di Amerika Serikat, *National School Lunch Program* dan *School Breakfast Program* berperan sebagai instrumen mitigasi ketimpangan gizi melalui pemberian makan siang dan sarapan bagi siswa, terutama dari keluarga berpendapatan rendah . Literatur menunjukkan bahwa partisipasi dalam program ini berkaitan dengan peningkatan asupan gizi dan luaran akademik, meskipun kualitas implementasinya masih bervariasi antarwilayah karena perbedaan kapasitas fiskal, infrastruktur dapur sekolah, dan standar penyediaan makanan . Artinya, keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh keberadaan kebijakan, tetapi juga oleh konsistensi pengawasan dan pemerataan sumber daya.[12]

Di Inggris, *Free School Meals* dan *Universal Infant Free School Meals* memperlihatkan bahwa skema universal untuk kelompok usia awal sekolah dapat meningkatkan partisipasi makan di sekolah dan memperbaiki kualitas diet anak.[13] Namun, efektivitasnya tetap bergantung pada ketepatan sasaran, kualitas penyediaan makanan, serta kemampuan sekolah dalam menjaga penerimaan siswa terhadap menu yang disajikan . Dengan demikian, model Inggris menunjukkan bahwa universalitas dapat memperkuat akses, tetapi keberhasilan jangka panjang memerlukan dukungan operasional yang stabil. Finlandia dan Swedia memperlihatkan model yang lebih mapan karena program makan sekolah diposisikan sebagai bagian dari sistem kesejahteraan sosial dan pendidikan publik . Di Finlandia, makanan sekolah telah lama menjadi kebijakan *universal* yang menekankan standar gizi, keberlanjutan pangan, dan pemerataan akses, sedangkan Swedia menerapkan distribusi

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

makanan gratis secara universal dengan dukungan pemerintah pusat dan *fleksibilitas* otoritas lokal.[14] Temuan literatur menegaskan bahwa kedua negara memiliki tingkat partisipasi yang sangat tinggi karena program didesain tanpa stigma sosial dan dengan koordinasi kelembagaan yang kuat.

Jepang menunjukkan model yang berbeda melalui *Kyushoku*, yaitu makan siang sekolah yang terintegrasi dengan pendidikan gizi dan pembentukan kebiasaan makan sehat sejak dini . Keterlibatan siswa dalam penyajian makanan dan penekanan pada edukasi gizi membuat program ini tidak hanya berfungsi sebagai intervensi nutrisi, tetapi juga sebagai alat pembelajaran sosial dan perilaku[15]. Literatur menilai bahwa integrasi kurikulum, budaya makan bersama, dan disiplin sekolah menjadi faktor utama keberhasilan implementasinya .Prancis menonjol melalui regulasi gizi yang ketat dan keterlibatan ahli gizi dalam penyusunan menu sekolah.[16] Pendekatan ini menunjukkan bahwa kualitas nutrisi dapat dijaga melalui standar nasional yang jelas, tetapi keberlanjutan program masih menghadapi tantangan pendanaan dan kesenjangan kapasitas antardaerah . Dengan kata lain, regulasi yang baik perlu diimbangi dengan dukungan fiskal agar standar layanan tetap konsisten. Secara lintas negara, faktor keberhasilan program makan gratis di sekolah dapat diringkas menjadi lima aspek utama, yaitu komitmen pemerintah, pendanaan yang berkelanjutan, kualitas dan standar menu, koordinasi implementasi di tingkat sekolah, serta penerimaan sosial dan budaya dari siswa maupun orang tua . Negara yang mampu mengombinasikan kelima faktor tersebut cenderung memperoleh dampak yang lebih kuat pada status gizi, partisipasi siswa, dan pengurangan stigma penerima manfaat .

Faktor-Faktor Kunci Keberhasilan Program Di Negara Maju

Secara lintas negara, analisis literatur mengidentifikasi sejumlah faktor yang konsisten mendukung keberhasilan program makan gratis di sekolah, yaitu: (1) komitmen politik dan kebijakan yang stabil; (2) pendanaan yang berkelanjutan dan terlindungi dari fluktuasi fiskal jangka pendek; (3) standar gizi dan kualitas menu yang jelas serta diawasi; (4) koordinasi tata kelola antara pemerintah pusat, pemerintah daerah, dan sekolah; (5) integrasi dengan edukasi gizi dan pembiasaan makan sehat; serta (6) desain program yang meminimalkan stigma, misalnya melalui kebijakan universal atau mekanisme administratif yang sederhana. Negara yang memenuhi sebagian besar faktor ini cenderung melaporkan peningkatan status gizi, kehadiran, partisipasi, dan persepsi positif terhadap program di kalangan siswa[11].

Model Universal dan Dampaknya terhadap Partisipasi

Model universal memiliki keunggulan pada peningkatan partisipasi dan pengurangan stigma. *Turner et al.* menunjukkan bahwa sekolah di California yang mengadopsi ketentuan universal mengalami kenaikan partisipasi sarapan dan makan siang dibandingkan sekolah yang tidak mengadopsi kebijakan tersebut.[4] Zuercher et al. juga melaporkan bahwa penyedia layanan makanan sekolah di California melihat kenaikan partisipasi siswa dan penurunan stigma ketika makanan diberikan secara gratis kepada seluruh siswa.[25] Temuan ini menunjukkan bahwa hambatan sosial dan administratif dapat berkurang ketika akses tidak lagi dibedakan menurut status ekonomi.

Kualitas Gizi dan Standar Menu

Kualitas menu menjadi faktor penting dalam efektivitas program. Evaluasi *Universal Infant Free School Meals* di Inggris dan Skotlandia menunjukkan adanya perbaikan kualitas diet anak sekolah dasar.[23] Di Jepang, makan siang sekolah berkontribusi terhadap asupan zat gizi yang lebih baik pada siswa sekolah dasar dan menengah karena menu disusun dengan standar gizi dan menjadi bagian dari pendidikan makan sehat.[7] Temuan ini memperlihatkan bahwa makanan gratis tidak cukup hanya tersedia, tetapi harus memenuhi standar komposisi gizi, keamanan pangan, dan penerimaan siswa.

Tata Kelola, Kapasitas Sekolah, dan Rantai Pasok

Keberhasilan implementasi juga bergantung pada kapasitas sekolah dan penyedia makanan. Studi proses di Inggris menunjukkan bahwa sekolah perlu mengelola ruang makan, jadwal, penerimaan siswa, dan koordinasi staf agar program universal berjalan baik.[8] Di Kanada, evaluasi Centrally Procured School Food Program menunjukkan bahwa koordinasi pemasok, dukungan sekolah, dan kesesuaian pangan dengan kebutuhan lokal menentukan kualitas pelaksanaan program.[9] Dengan demikian, efektivitas program ditentukan oleh hubungan antara kebijakan pusat, kapasitas sekolah, penyedia makanan, dan sistem distribusi.

Implikasi Awal bagi Indonesia

Jika dibandingkan dengan pengalaman negara maju, *Makan Bergizi Gratis* di Indonesia memiliki peluang besar karena menyasar masalah gizi, akses pangan sehat, dan kualitas pembelajaran. Namun, skala program membuat risiko implementasi juga besar. Petunjuk teknis Badan Gizi

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Nasional telah menempatkan tata kelola penyelenggaraan sebagai komponen penting, tetapi pelaksanaan lapangan tetap membutuhkan pengawasan menu, keamanan pangan, logistik, dan evaluasi dampak secara berkala.[15,16] Literatur negara maju menegaskan bahwa keberhasilan program bergantung pada konsistensi standar dan kemampuan sistem untuk menjaga mutu saat cakupan diperluas.

PEMBAHASAN

Perbedaan Struktural Antara Negara Maju Dan Indonesia

Hasil kajian menunjukkan bahwa program makan gratis di sekolah di negara maju berkembang dalam ekosistem kebijakan yang ditopang oleh sistem kesejahteraan sosial, kapasitas fiskal, dan tata kelola yang relatif mapan. Sebaliknya, Indonesia masih menghadapi tantangan struktural berupa ketimpangan pendapatan, disparitas layanan antar daerah, serta keterbatasan kapasitas kelembagaan di sejumlah wilayah. Hal ini membuat adopsi langsung model universal skala nasional berisiko menimbulkan ketidakseimbangan implementasi apabila tidak didahului penguatan infrastruktur layanan, mekanisme pendanaan, dan struktur koordinasi pusat–daerah.[16] Program makan sekolah di negara maju umumnya beroperasi di atas fondasi data gizi dan pendidikan yang relatif lengkap, sehingga penentuan sasaran dan evaluasi dapat dilakukan secara sistematis. Di Indonesia, keterbatasan data terpilah mengenai status gizi dan capaian akademik di banyak daerah dapat menghambat pemantauan dan evaluasi program Makan Bergizi Gratis bila tidak diimbangi dengan sistem pencatatan dan pelaporan yang diperkuat. *Gap* ini menegaskan bahwa keberhasilan MBG membutuhkan investasi tidak hanya pada komponen pangan, tetapi juga pada sistem informasi dan pemantauan kebijakan.[17]

Peluang Implementasi Makan Bergizi Gratis Di Indonesia

Meskipun terdapat perbedaan struktural, hasil kajian literatur justru membuka peluang bagi Indonesia untuk merancang MBG sebagai kebijakan adaptif yang memanfaatkan prinsip-prinsip yang terbukti efektif di negara maju. Pertama, pengalaman Finlandia, Swedia, dan Jepang menunjukkan bahwa integrasi antara penyediaan makanan bergizi, edukasi gizi di sekolah, dan budaya makan bersama berpotensi memperkuat dampak gizi dan pendidikan secara simultan. Pendekatan serupa dapat diterapkan di Indonesia melalui pengembangan kurikulum pendidikan gizi sederhana, pelibatan guru dan siswa dalam proses distribusi, serta penyesuaian menu dengan budaya makan lokal[18]. Kedua, literatur dari Amerika Serikat dan Inggris menekankan pentingnya mekanisme pendanaan yang jelas dan relatif terlindungi dari tekanan fiskal jangka pendek. Untuk MBG, hal ini dapat diterjemahkan dalam bentuk kombinasi pendanaan pusat dan daerah, pengaturan prioritas belanja, serta eksplorasi kemitraan dengan sektor swasta dan organisasi masyarakat sipil untuk mendukung distribusi bahan pangan lokal. Dengan demikian, MBG tidak harus bergantung sepenuhnya pada satu sumber anggaran, melainkan dapat memanfaatkan model pendanaan campuran yang lebih tahan terhadap guncangan ekonomi[19]. Ketiga, penggunaan bahan pangan lokal sebagaimana ditunjukkan dalam praktik di beberapa negara dan wilayah lain dapat meningkatkan keberlanjutan program sekaligus mendukung ekonomi komunitas. Untuk konteks Indonesia, pemanfaatan produk pertanian lokal—misalnya beras, sayuran, ikan, dan sumber protein nabati setempat—dapat mengurangi biaya logistik, memperkuat ketahanan pangan, dan memastikan makanan yang disajikan relevan dengan kebiasaan makan siswa. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa penerimaan budaya terhadap menu merupakan faktor kunci keberhasilan program di Jepang dan beberapa negara[20].

Prasyarat Keberhasilan MBG Jika Mengacu Pengalaman Negara Maju

Mengacu pada faktor sukses di negara maju, MBG di Indonesia akan membutuhkan setidaknya empat prasyarat utama. Pertama, kerangka kebijakan nasional yang jelas dan konsisten, yang menetapkan tujuan gizi, pendidikan, dan pemerataan, serta indikator kinerja yang dapat diukur. Kedua, mekanisme pendanaan berkelanjutan dengan skema yang memungkinkan prioritisasi daerah rentan dan perluasan cakupan secara bertahap seiring peningkatan kapasitas fiskal dan kelembagaan. Ketiga, penguatan tata kelola di tingkat sekolah dan daerah melalui standar operasional penyediaan makanan, pelatihan tenaga dapur dan pengelola program, serta sistem pengawasan kualitas yang dapat diterapkan secara sederhana namun konsisten. Keempat, integrasi edukasi gizi, komunikasi publik yang inklusif, dan desain program yang meminimalkan stigma sehingga MBG dipersepsikan sebagai hak semua siswa, bukan sebagai bantuan yang hanya ditujukan bagi kelompok tertentu.[28] Jika keempat prasyarat tersebut dipenuhi dan MBG dirancang secara bertahap dengan mempertimbangkan kapasitas daerah, program ini berpotensi menjadi kebijakan strategis yang menjembatani gap antara kondisi Indonesia saat ini dan praktik terbaik di negara maju. MBG tidak harus

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

meniru satu negara secara utuh, tetapi dapat menyusun model hibrida: universalitas bertahap seperti di Finlandia dan Swedia, integrasi edukasi gizi seperti di Jepang, dan fleksibilitas pendanaan serta penggunaan bahan lokal sebagaimana diadopsi dalam berbagai studi program makanan sekolah di negara lain.[24]

Perbandingan Efektivitas Program

Efektivitas program makanan gratis di sekolah tidak dapat dinilai hanya dari jumlah makanan yang dibagikan. Program efektif ketika mampu meningkatkan partisipasi, memperbaiki kualitas diet, mendukung kehadiran, mengurangi stigma, dan mempertahankan keamanan pangan. Pada model universal, partisipasi cenderung meningkat karena siswa tidak perlu melewati proses seleksi ekonomi.[2,4,5] Pada model bersasaran, efisiensi anggaran lebih mudah dikendalikan, tetapi akurasi data, stigma, dan beban administrasi menjadi tantangan utama.[6,10] Bukti mengenai prestasi akademik masih perlu dibaca hati-hati. Makanan bergizi dapat mendukung konsentrasi dan kesiapan belajar, tetapi capaian akademik dipengaruhi pula oleh kualitas pengajaran, lingkungan keluarga, kesehatan, dan kondisi sosial ekonomi. Karena itu, program makanan sekolah sebaiknya tidak dinilai hanya dari nilai akademik jangka pendek. Evaluasi perlu mencakup indikator gizi, kehadiran, partisipasi makan, penerimaan menu, keamanan pangan, kepuasan sekolah, dan biaya pelaksanaan per penerima manfaat.[2,10,12]

Faktor Keberhasilan Program di Negara Maju

Tinjauan ini mengidentifikasi enam faktor yang mendukung keberhasilan program. Pertama, cakupan sasaran harus jelas. Negara yang memilih model universal mendapatkan keuntungan berupa penurunan stigma dan peningkatan partisipasi, sedangkan model bersasaran membutuhkan data penerima yang akurat. Kedua, standar gizi dan keamanan pangan harus menjadi syarat wajib, bukan pelengkap. Ketiga, pendanaan perlu stabil agar kualitas menu tidak turun ketika harga pangan meningkat. Keempat, rantai pasok harus mampu menjaga ketepatan waktu, mutu bahan, dan variasi menu. Kelima, sekolah perlu dilibatkan dalam edukasi gizi agar siswa memahami manfaat makanan yang diterima. Keenam, monitoring dan evaluasi perlu dilakukan secara rutin untuk melihat luaran kesehatan, pendidikan, dan efisiensi biaya.[2,5,8,9,12]

Peluang dan Strategi Penguatan Makan Bergizi Gratis di Indonesia

Mengacu pada literatur, peluang utama *Makan Bergizi Gratis* di Indonesia terletak pada integrasi program dengan kebijakan gizi sekolah, ekonomi pangan lokal, dan layanan kesehatan anak. Indonesia dapat memperkuat program melalui lima strategi. Pertama, perluasan cakupan dilakukan bertahap dengan prioritas pada wilayah rawan gizi, sekolah berisiko tinggi, dan kelompok usia yang paling membutuhkan. Kedua, standar menu nasional perlu disesuaikan dengan pangan lokal agar biaya terkendali dan penerimaan siswa lebih tinggi. Ketiga, pengadaan pangan sebaiknya melibatkan produsen lokal yang memenuhi standar mutu. Keempat, dapur penyedia harus menjalani pelatihan keamanan pangan, inspeksi berkala, dan pencatatan distribusi. Kelima, evaluasi program perlu memakai indikator yang terukur, seperti partisipasi makan, status gizi, kehadiran, keluhan keamanan pangan, sisa makanan, dan biaya per porsi.[11,13,15,16]

Pengalaman negara maju juga menunjukkan bahwa program makanan gratis dapat gagal mencapai dampak optimal jika hanya berfokus pada distribusi makanan. Program harus disertai pendidikan gizi, komunikasi kepada orang tua, pengelolaan selera anak, dan pengawasan mutu. Pada wilayah dengan keterbatasan infrastruktur, model dapur terpusat perlu dikombinasikan dengan pengadaan lokal dan mekanisme cadangan agar distribusi tidak terhenti. Pada wilayah padat siswa, sekolah perlu mengatur jadwal makan, ruang penyajian, dan alur kebersihan agar layanan tidak mengganggu proses belajar.[8,9,12]

Rekomendasi Kebijakan Tahap Awal Implementasi MBG

Berdasarkan temuan literatur mengenai program makanan gratis di sekolah di negara maju serta kajian awal terhadap kebijakan Makan Bergizi Gratis di Indonesia, terdapat sejumlah langkah strategis yang dapat dijadikan rujukan dalam tahap awal implementasi MBG. Pertama, pemerintah perlu menetapkan kerangka kebijakan nasional yang secara jelas mendefinisikan tujuan gizi, pendidikan, dan pengurangan ketimpangan, disertai indikator keberhasilan yang terukur seperti status gizi, kehadiran, capaian belajar, dan persepsi siswa terhadap program. Kerangka ini idealnya ditopang oleh regulasi yang memberikan kepastian pendanaan dan mandat koordinasi lintas sektor, sehingga program tidak bergantung pada dinamika politik jangka pendek[21].

Kedua, pendekatan implementasi sebaiknya dilakukan secara bertahap dengan memprioritaskan daerah dan kelompok sasaran yang memiliki beban masalah gizi tertinggi, serupa dengan praktik negara maju yang memulai dari wilayah berisiko sebelum memperluas cakupan menuju skema yang lebih universal. Tahap awal MBG dapat difokuskan pada

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

sekolah di wilayah dengan prevalensi stunting dan kerawanan pangan yang tinggi, sambil membangun kapasitas dapur, sistem distribusi, dan mekanisme pengawasan keamanan pangan yang memadai. Pendekatan bertahap ini memungkinkan evaluasi berkala dan penyesuaian kebijakan sebelum program diperluas secara nasional[14].

Ketiga, desain teknis MBG perlu mengintegrasikan penggunaan bahan pangan lokal dan standar gizi yang jelas, dengan merujuk pada pengalaman negara maju yang menekankan kualitas menu, keberlanjutan, dan relevansi budaya. Penguatan rantai pasok lokal melalui kerja sama dengan petani, UMKM pangan, dan penyedia jasa katering berbasis komunitas dapat sekaligus mendukung perekonomian daerah dan mengurangi biaya logistik. Dalam konteks ini, pembelajaran dari kasus keracunan dan kelemahan tata kelola MBG menegaskan pentingnya protokol keamanan pangan yang ketat, pelatihan standar bagi Satuan Pemenuhan Pelayanan Gizi, serta sistem audit berkala terhadap dapur dan distribusi[15]

Keempat, pengalaman Jepang dan beberapa negara Eropa menunjukkan bahwa integrasi edukasi gizi dalam kurikulum, budaya makan bersama, dan komunikasi publik yang inklusif merupakan komponen penting untuk memperkuat penerimaan sosial program dan mengurangi resistensi budaya. Oleh karena itu, tahap awal MBG sebaiknya disertai pengembangan materi pendidikan gizi sederhana, pelibatan guru dan tenaga kesehatan sekolah, serta kampanye informasi yang menjelaskan tujuan, manfaat, dan hak siswa sebagai penerima layanan. Pendekatan ini dapat membantu menggeser persepsi MBG dari sekadar program bantuan menjadi bagian integral dari ekosistem pendidikan dan kesehatan anak.[31]

Kelima, agar MBG mampu mengadopsi praktik terbaik negara maju, pemerintah perlu membangun sistem pemantauan dan evaluasi yang transparan, partisipatif, dan berbasis data. Sistem ini mencakup pelaporan rutin dari sekolah dan pemerintah daerah mengenai kualitas makanan, insiden keamanan pangan, kehadiran siswa, serta umpan balik penerima manfaat; yang kemudian dianalisis untuk perbaikan kebijakan secara berkelanjutan. Keterlibatan lembaga independen, organisasi masyarakat sipil, dan akademisi dalam proses evaluasi dapat memperkuat akuntabilitas dan memastikan bahwa MBG berkembang sebagai kebijakan yang berorientasi pada dampak jangka panjang, bukan hanya program populis. Dengan menerapkan rekomendasi tersebut secara konsisten dan adaptif terhadap konteks lokal, MBG berpeluang besar untuk menjembatani kesenjangan antara praktik program makanan sekolah di negara maju dan kebutuhan spesifik Indonesia, sekaligus meminimalkan risiko yang telah teridentifikasi dalam implementasi awal program.[30]

Keterbatasan Tinjauan

Tinjauan ini memiliki keterbatasan, sebagian besar bukti berasal dari negara maju dengan kapasitas fiskal, infrastruktur sekolah, dan sistem data yang lebih mapan daripada Indonesia. Selain itu, variasi desain studi membuat perbandingan antarnegaranya perlu dibaca secara hati-hati. Artikel ini menggunakan sintesis naratif, sehingga belum menghitung ukuran efek kuantitatif. Penelitian berikutnya perlu melakukan meta-analisis atau evaluasi lapangan terhadap pelaksanaan *Makan Bergizi Gratis* di Indonesia dengan indikator gizi, pendidikan, keamanan pangan, dan biaya.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa program pemberian makanan bergizi di sekolah di negara maju secara konsisten berkontribusi pada peningkatan status gizi, kehadiran, dan prestasi akademik siswa, terutama ketika didukung oleh pendanaan yang berkelanjutan, standar gizi yang jelas, tata kelola yang kuat, dan minimnya stigma bagi penerima manfaat. Berdasarkan temuan tersebut, kebijakan Makan Bergizi Gratis di Indonesia berpeluang efektif jika diadaptasi secara kontekstual melalui pendekatan bertahap yang memprioritaskan wilayah rentan, pemanfaatan bahan pangan lokal, integrasi edukasi gizi di sekolah, serta penguatan koordinasi pusat–daerah. Sebagai saran, pemerintah perlu menetapkan kerangka kebijakan nasional yang tegas, mendiversifikasi sumber pendanaan, dan membangun sistem pemantauan serta evaluasi yang transparan dan berbasis data, sehingga implementasi MBG benar-benar berkontribusi pada perbaikan gizi, capaian akademik, dan pembangunan sumber daya manusia di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Food Programme. *State of School Feeding Worldwide 2022*. Rome: World Food Programme; 2023. Available from: State of School Feeding Worldwide 2022
2. World Health Organization. *Malnutrition*. Geneva: World Health Organization; 2021. Available from: WHO Malnutrition Fact Sheet
3. United States Department of Agriculture. *National School Lunch Program and School Breakfast Program Data*. Washington (DC): USDA; 2022. Available from: USDA Child Nutrition Tables

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

4. UNICEF Indonesia. *Pusat unggulan nasional Program Makan Bergizi Gratis*. Jakarta: UNICEF Indonesia; 2025. Available from: UNICEF Indonesia Program Makan Bergizi Gratis
5. Badan Gizi Nasional. *Petunjuk teknis tata kelola penyelenggaraan Program Makan Bergizi Gratis*. Keputusan Kepala Badan Gizi Nasional Republik Indonesia Nomor 401.1 Tahun 2025. Jakarta: Badan Gizi Nasional; 2025. Available from: Badan Gizi Nasional
6. Badan Gizi Nasional. *61,2 juta penerima manfaat, Indonesia peringkat kedua dunia program makan sekolah*. Jakarta: Badan Gizi Nasional; 2026. Available from: Berita Badan Gizi Nasional
7. Department for Education. *Evaluation of Free School Meals and Universal Infant Free School Meals*. London: Department for Education; 2021. Available from: UK Department for Education Research Reports
8. Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology. *School Lunch Program (Kyushoku) in Japan: Policy and Practice*. Tokyo: MEXT; 2020. Available from: MEXT School Lunch Program Information
9. French Ministry of Education. *School Food Standards and Nutrition Regulations in France*. Paris: Ministère de l'Éducation nationale; 2021. Available from: French Ministry of Education
10. Black RE, Victora CG, Walker SP, Bhutta ZA, Christian P, de Onis M, et al. Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *Lancet*. 2013;382(9890):427-451. doi:10.1016/S0140-6736(13)60937-X.
11. Belot M, James J. Healthy school meals and educational outcomes. *J Health Econ*. 2011;30(3):489-504. doi:10.1016/j.jhealeco.2011.03.003.
12. Adelman S, Gilligan DO, Lehrer K. How effective are school feeding programs? A critical assessment of the evidence from developing countries. *Food Policy*. 2019;85:101306. doi:10.1016/j.foodpol.2019.05.006.
13. Spill MK, Trivedi R, Thoerig RC, Balalian AA, Schwartz MB, Gundersen C, et al. Universal free school meals and school and student outcomes: A systematic review. *JAMA Netw Open*. 2024;7(8):e2424082. doi:10.1001/jamanetworkopen.2024.24082.
14. Parnham JC, Chang K, Millett C, Laverty AA, von Hinke S, Pearson-Stuttard J, et al. The impact of the Universal Infant Free School Meal policy on dietary quality in English and Scottish primary school children: Evaluation of a natural experiment. *Nutrients*. 2022;14(8):1602. doi:10.3390/nu14081602.
15. Turner L, Guthrie JF, Ralston K. Community eligibility and other provisions for universal free meals at school: Impact on student breakfast and lunch participation in California public schools. *Transl Behav Med*. 2019;9(5):931-941. doi:10.1093/tbm/ibz090.
16. Zuercher MD, Cohen JFW, Hecht CE, Hecht K, Ritchie LD, Gosliner W. Providing school meals to all students free of charge during the COVID-19 pandemic and beyond: Challenges and benefits reported by school foodservice professionals in California. *Nutrients*. 2022;14(18):3855. doi:10.3390/nu14183855.
17. Andreyeva T, Sun X. Universal school meals in the US: What can we learn from the Community Eligibility Provision? *Nutrients*. 2021;13(8):2634. doi:10.3390/nu13082634.
18. Asakura K, Sasaki S. School lunches in Japan: Their contribution to healthier nutrient intake among elementary-school and junior high-school children. *Public Health Nutr*. 2017;20(9):1523-1533. doi:10.1017/S1368980017000374.
19. Jessiman PE, Carlisle VR, Breheny K, Campbell R, Jago R, Robinson M, et al. A qualitative process evaluation of universal free school meal provision in two London secondary schools. *BMC Public Health*. 2023;23:300. doi:10.1186/s12889-023-15082-3.
20. Ismail MR, Gilliland JA, Matthews JI, Battram DS. Process evaluation of the Centrally Procured School Food Program in Ontario, Canada: School-level perspectives. *Health Educ Res*. 2021;36(5):554-567. doi:10.1093/her/cyab023.
21. Hecht AA, Pollack Porter KM, Turner L. Impact of the Community Eligibility Provision of the Healthy, Hunger-Free Kids Act on student nutrition, behavior, and academic outcomes: 2011-2019. *Am J Public Health*. 2020;110(9):1405-1410. doi:10.2105/AJPH.2020.305743.
22. Hock K, Barquera S, Corvalán C, Goodman S, Sacks G, Vanderlee L, et al. Awareness of and participation in school food programs in youth from six countries. *J Nutr*. 2022;152(Suppl 1):85S-97S. doi:10.1093/jn/nxac052.
23. Hayes D, Contento IR, Weekly C. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics, Society for Nutrition Education and Behavior, and School Nutrition Association: Comprehensive nutrition programs and services in schools. *J Acad Nutr Diet*. 2018;118(5):913-919. doi:10.1016/j.jand.2018.03.005.
24. Zuercher MD, Orta-Aleman D, Cohen JFW, Hecht CA, Hecht K, Polacsek M, Patel AI, et al.

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

The benefits and challenges of providing school meals during the first year of California's universal school meal policy as reported by school foodservice professionals. *Nutrients*. 2024;16(12):1812. doi:10.3390/nu16121812.

25. Muthini D, et al. Local procurement for school feeding and community livelihoods in Africa. *Food Policy*. 2021;99:101983. doi:10.1016/j.foodpol.2020.101983.
26. Zailani H, Owolabi OA, Sallau AB. Contribution of school meals to the recommended nutrient and energy intake of children enrolled in the National Homegrown School Feeding Program in Zaria, Nigeria. *Arch Pediatr*. 2023;30(7):471-476. doi:10.1016/j.arcped.2023.07.004.
27. Grantham-McGregor S, Cheung YB, Cueto S, Glewwe P, Richter L, Strupp B. Developmental potential in the first 5 years for children in developing countries. *Lancet*. 2007;369(9555):60-70. doi:10.1016/S0140-6736(07)60032-4.
28. Ruel MT, Quisumbing AR, Balagamwala M. Nutrition-sensitive interventions and programmes: How can they help to accelerate progress in improving maternal and child nutrition? *Lancet*. 2013;382(9891):536-551. doi:10.1016/S0140-6736(13)60843-0.
29. Walker SP, Chang SM, Powell CA, et al. Early childhood stimulation benefits adult competence and reduces violent behavior. *Pediatrics*. 2018;141(2):e20171487. doi:10.1542/peds.2017-1487.
30. Jayalakshmi R, Jissa VT. Nutritional status of Mid-Day Meal programme beneficiaries: A cross-sectional study among primary schoolchildren in Kottayam district, Kerala, India. *Indian J Public Health*. 2017;61(2):86-91. doi:10.4103/ijph.IJPH_320_15.
31. Jacksaint S, Johana Elizabeth V. Anthropometric nutritional status, socioeconomic status and academic performance in school children aged 6 to 12 years. *Nutr Clin Diet Hosp*. 2020;40(1):74-81. doi:10.12873/401saintila.
32. Mohammed B, Belachew T, Kedir S, Abate KH. Effect of school feeding program on body mass index of primary school adolescents in Addis Ababa, Ethiopia: A prospective cohort study. *Front Nutr*. 2023;9:1026436. doi:10.3389/fnut.2022.1026436.
33. Mohapatra MK, Pradhan A, Tiwari D, et al. Effectiveness of Fortified Mid-Day Meal in Reducing Anemia Among School Children in Dhenkanal, Odisha: A Quasi-Experimental Study. *Food Nutr Bull*. 2023;44(2):79-87. doi:10.1177/03795721231172253.
34. Zenebe M, Gebremedhin S, Henry CJ, Regassa N. School feeding program has resulted in improved dietary diversity, nutritional status and class attendance of school children. *Ital J Pediatr*. 2018;44(1):16. doi:10.1186/s13052-018-0449-1.
35. Tooher R, Collins J, Braunack-Mayer A, et al. Intersectoral collaboration to implement school-based health programmes: Australian perspectives. *Health Promot Int*. 2017;32(2):312-321. doi:10.1093/heapro/dav120.
36. Pelletier JE, Laska MN, MacLehose R, Nelson TF, Nanney MS. State-level trends and correlates for cross-sector collaboration on school nutrition and physical education activities, 2000-2012. *Prev Chronic Dis*. 2016;13:E94. doi:10.5888/pcd13.160032.
37. Grace LDM. Effect of School-Based Feeding Program Implementation of Elementary Schools on Learners' Academic Performance. *Int J Res Publ*. 2023;120(1). doi:10.47119/IJRP1001201320234484.

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (3), P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)