



Department of Digital Business

Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 1 (2026) pp: 9592-9599

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Implementasi Program Makan Bergizi Gratis sebagai Strategi Investasi Sumber Daya Manusia melalui Peningkatan Kesehatan dan Kualitas Pendidikan

Dwi Shofarina Indriani Khoirunnisa Maghfiroh¹, Febryliana Pratiwi², Alif Rama Nugroho³, Aufa Abiyu⁴, Nina Farliana⁵

¹²³⁴⁵Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Negeri Semarang

¹dwishofarina@students.unnes.ac.id, ²febrylianapratiwi@students.unnes.ac.id, ³aliffram46@students.unnes.ac.id,

⁴aufa4131@students.unnes.ac.id ⁵ninafarliana@mail.unnes.ac.id

Abstrak

Kemajuan suatu negara sangat dipengaruhi oleh kualitas sumber daya manusia yang dimilikinya. Di negara berkembang seperti Indonesia, peningkatan kualitas SDM masih menjadi tantangan utama, terutama dalam aspek kesehatan dan pendidikan. Salah satu permasalahan yang masih sering ditemukan adalah kurangnya asupan gizi pada anak usia sekolah. Kondisi ini dapat memengaruhi pertumbuhan fisik, perkembangan kemampuan berpikir, serta prestasi belajar siswa. Anak yang tidak mendapatkan gizi yang cukup cenderung mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi, kurang aktif dalam proses pembelajaran, dan memiliki capaian akademik yang kurang optimal. Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, Program Makan Bergizi Gratis hadir untuk memastikan peserta didik memperoleh asupan nutrisi yang memadai setiap hari. Artikel ini membahas program tersebut tidak hanya sebagai bentuk bantuan sosial, tetapi juga sebagai investasi jangka panjang dalam pembangunan sumber daya manusia. Perbaikan kondisi kesehatan siswa diyakini mampu mendorong peningkatan kualitas pembelajaran dan produktivitas pendidikan secara menyeluruh. Gizi, kesehatan, dan pendidikan memiliki hubungan yang erat dalam proses pembentukan modal manusia yang berkualitas. Dengan demikian, Program Makan Bergizi Gratis perlu dipandang sebagai langkah strategis dalam mempersiapkan generasi yang lebih sehat, cerdas, dan siap bersaing di masa depan. Kerja sama yang berkelanjutan antara sektor pendidikan dan kesehatan menjadi faktor penting agar program ini dapat memberikan dampak jangka panjang bagi pembangunan nasional.

Kata kunci: Sumber Daya Manusia, Gizi, Pendidikan, Kesehatan, Program Makan Bergizi Gratis.

1. Latar Belakang

Pembangunan nasional pada hakikatnya merupakan suatu proses transformasi yang bersifat dinamis dan berkelanjutan, mencakup dimensi sosial, ekonomi, politik, serta kelembagaan yang saling terintegrasi dalam rangka meningkatkan kesejahteraan masyarakat secara menyeluruh. Dalam perspektif klasik, pembangunan sering kali diidentikkan dengan pertumbuhan ekonomi yang tercermin melalui peningkatan Produk Domestik Bruto (PDB). Namun, dalam perkembangan paradigma pembangunan modern, pendekatan tersebut dinilai tidak lagi memadai karena mengabaikan aspek kualitas hidup manusia. Oleh karena itu, pembangunan saat ini dipahami sebagai proses multidimensional yang tidak hanya berorientasi pada pertumbuhan ekonomi, tetapi juga mencakup pemerataan pendapatan, pengurangan kemiskinan, peningkatan kualitas pendidikan dan kesehatan, serta penguatan kapasitas sosial dan kelembagaan masyarakat.

Dalam kerangka tersebut, manusia diposisikan sebagai subjek sekaligus tujuan utama pembangunan. Artinya, pembangunan tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan output ekonomi, tetapi juga untuk meningkatkan kualitas hidup manusia secara menyeluruh. Dengan demikian, kualitas sumber daya manusia (SDM) menjadi faktor kunci yang menentukan keberhasilan pembangunan suatu negara. Negara dengan kualitas SDM yang tinggi cenderung memiliki tingkat produktivitas yang lebih baik, daya saing yang lebih kuat, serta kemampuan adaptasi yang lebih tinggi terhadap perubahan global, termasuk perkembangan teknologi dan dinamika ekonomi internasional (Sugiarto, 2024).

Konsep pembangunan manusia (human development) menekankan bahwa kemajuan suatu bangsa tidak semata-mata diukur dari besarnya pendapatan nasional, tetapi juga dari sejauh mana masyarakat memiliki akses terhadap

pendidikan yang berkualitas, layanan kesehatan yang memadai, serta kesempatan untuk hidup secara produktif dan bermartabat. Oleh karena itu, investasi pada sektor pendidikan dan kesehatan menjadi fondasi utama dalam menciptakan pertumbuhan ekonomi yang inklusif dan berkelanjutan. Dalam konteks ini, pembangunan SDM tidak hanya berfungsi sebagai tujuan akhir pembangunan, tetapi juga sebagai instrumen strategis untuk mencapai pertumbuhan ekonomi jangka panjang (Kholifaturrohman et al., 2022).

Dalam konteks Indonesia, peningkatan kualitas SDM menjadi agenda prioritas sebagaimana tertuang dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020–2024. Pemerintah menempatkan pembangunan manusia sebagai pilar utama dalam menghadapi tantangan bonus demografi, yaitu kondisi ketika jumlah penduduk usia produktif lebih besar dibandingkan dengan usia non-produktif. Bonus demografi merupakan peluang strategis bagi Indonesia untuk meningkatkan pertumbuhan ekonomi, namun peluang tersebut hanya dapat dimanfaatkan secara optimal apabila didukung oleh kualitas SDM yang memadai. Sebaliknya, apabila kualitas pendidikan rendah dan kondisi kesehatan masyarakat belum optimal, maka bonus demografi berpotensi berubah menjadi beban demografi yang ditandai dengan meningkatnya tingkat pengangguran, kemiskinan, serta ketimpangan sosial (Manurung et al., 2025).

Dalam perspektif teori human capital, pendidikan dan kesehatan dipandang sebagai bentuk investasi yang memiliki nilai ekonomi jangka panjang. Teori ini menegaskan bahwa pengeluaran pada sektor pendidikan dan kesehatan bukanlah sekadar konsumsi, melainkan investasi yang mampu meningkatkan produktivitas individu serta pendapatan di masa depan. Becker (1964) menjelaskan bahwa kualitas tenaga kerja sangat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, keterampilan, serta kondisi kesehatan individu. Dengan demikian, peningkatan kualitas SDM melalui investasi pada sektor pendidikan dan kesehatan menjadi kunci dalam meningkatkan daya saing ekonomi suatu negara (Wujarso, 2022).

Lebih lanjut, kualitas SDM tidak hanya ditentukan oleh tingkat pendidikan formal, tetapi juga oleh faktor kesehatan, khususnya kecukupan gizi. Gizi memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung perkembangan fisik dan kognitif individu, terutama pada masa pertumbuhan anak. Kekurangan gizi pada anak dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak, penurunan kemampuan belajar, serta rendahnya produktivitas di masa dewasa. Kondisi ini menunjukkan bahwa aspek gizi tidak dapat dipisahkan dari upaya peningkatan kualitas SDM secara keseluruhan.

Permasalahan gizi masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Berbagai indikator menunjukkan bahwa prevalensi stunting, anemia, dan kekurangan energi kronis masih cukup tinggi, terutama pada kelompok anak usia sekolah. Stunting, misalnya, tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berhubungan erat dengan penurunan kapasitas kognitif dan kemampuan belajar. Anak yang mengalami kekurangan gizi cenderung memiliki tingkat konsentrasi yang rendah, kurang aktif dalam proses pembelajaran, serta memiliki capaian akademik yang kurang optimal.

Permasalahan ini memiliki implikasi jangka panjang terhadap kualitas tenaga kerja nasional. Anak-anak yang mengalami kekurangan gizi pada masa pertumbuhan berpotensi menjadi tenaga kerja dengan produktivitas rendah di masa depan. Hal ini dapat menghambat pertumbuhan ekonomi serta menurunkan daya saing nasional. Oleh karena itu, intervensi pada aspek gizi, khususnya pada anak usia sekolah, menjadi sangat penting sebagai bagian dari strategi pembangunan SDM yang berkelanjutan.

Sebagai respons terhadap permasalahan tersebut, pemerintah Indonesia menghadirkan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai salah satu kebijakan strategis dalam meningkatkan kualitas gizi peserta didik. Program ini dirancang untuk memastikan bahwa siswa memperoleh asupan makanan bergizi secara rutin selama berada di lingkungan sekolah. MBG tidak hanya berfungsi sebagai program bantuan sosial, tetapi juga sebagai instrumen investasi jangka panjang dalam pembangunan SDM (Kamalawati et al., 2025).

Program MBG memiliki dimensi yang kompleks dan multidimensional, mencakup aspek kesehatan, pendidikan, sosial, dan ekonomi. Dari sisi kesehatan, program ini bertujuan untuk meningkatkan status gizi anak serta menurunkan prevalensi malnutrisi. Dari sisi pendidikan, MBG diharapkan mampu meningkatkan konsentrasi belajar, partisipasi siswa, serta capaian akademik. Sementara itu, dari sisi ekonomi, program ini dapat mendorong pertumbuhan ekonomi lokal melalui keterlibatan pelaku usaha seperti petani, nelayan, dan UMKM dalam penyediaan bahan pangan (Sarjito, 2024).

Dalam perspektif ekonomi pembangunan, MBG dapat dipandang sebagai bentuk investasi publik dalam modal manusia (human capital investment). Pengeluaran pemerintah untuk program ini tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek berupa pemenuhan kebutuhan gizi siswa, tetapi juga menghasilkan manfaat jangka panjang berupa peningkatan produktivitas tenaga kerja, peningkatan pendapatan individu, serta pertumbuhan ekonomi nasional.

Dengan demikian, biaya yang dikeluarkan pemerintah relatif lebih kecil dibandingkan dengan potensi kerugian ekonomi akibat rendahnya kualitas SDM (Admin Sekolah Pascasarjana Universitas Airlangga, 2025).

Selain itu, berbagai studi menunjukkan bahwa program makan sekolah memiliki dampak positif terhadap peningkatan kehadiran siswa, pengurangan tingkat absensi, serta peningkatan motivasi belajar. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang cukup cenderung lebih fokus dalam mengikuti proses pembelajaran dan memiliki kemampuan kognitif yang lebih baik. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang erat antara gizi, kesehatan, dan kualitas pendidikan dalam proses pembentukan modal manusia (Rozi et al., 2025).

Dalam konteks yang lebih luas, Program Makan Bergizi Gratis juga memiliki peran penting dalam mengurangi ketimpangan sosial, khususnya bagi kelompok masyarakat yang memiliki keterbatasan akses terhadap makanan bergizi. Program ini memberikan jaminan bahwa setiap anak, tanpa memandang latar belakang ekonomi, memiliki kesempatan yang sama untuk memperoleh asupan gizi yang memadai. Dengan demikian, MBG tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kualitas SDM, tetapi juga pada terciptanya keadilan sosial dalam pembangunan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis merupakan salah satu strategi kebijakan yang memiliki peran strategis dalam pembangunan SDM di Indonesia. Program ini tidak hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan gizi anak, tetapi juga memiliki implikasi yang luas terhadap peningkatan kualitas pendidikan, produktivitas tenaga kerja, serta pertumbuhan ekonomi jangka panjang. Oleh karena itu, kajian mengenai implementasi MBG menjadi penting untuk memahami sejauh mana program ini dapat berkontribusi dalam mewujudkan pembangunan nasional yang berkelanjutan.

Dengan demikian, artikel ini bertujuan untuk menganalisis implementasi Program Makan Bergizi Gratis sebagai strategi investasi sumber daya manusia melalui peningkatan kesehatan dan kualitas pendidikan. Analisis ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran kebijakan gizi dalam pembangunan ekonomi jangka panjang serta memperkuat argumentasi bahwa investasi pada sektor kesehatan dan pendidikan merupakan fondasi utama dalam menciptakan pembangunan nasional yang inklusif, berdaya saing, dan berkelanjutan.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis literatur (literature-based analysis) dengan menggunakan perspektif teoretis human capital sebagai kerangka konseptual utama. Metode ini dipilih karena fokus kajian terletak pada penelaahan mendalam serta pengintegrasian berbagai teori dan temuan penelitian yang berkaitan dengan investasi sumber daya manusia, kebijakan gizi sekolah, serta implikasinya terhadap pembangunan ekonomi dalam jangka panjang. Penelitian ini tidak bertujuan mengumpulkan data primer ataupun melakukan pengujian hipotesis secara statistik, melainkan menitikberatkan pada analisis konseptual dan sintesis ilmiah terhadap literatur yang relevan guna menjelaskan posisi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai instrumen investasi sosial yang strategis (Kamalawati et al., 2025).

Dalam kerangka ini, teori human capital dijadikan sebagai dasar utama dalam melakukan interpretasi dan analisis. Perspektif tersebut memandang bahwa investasi pada sektor kesehatan dan pendidikan merupakan bentuk penanaman modal yang memberikan imbal hasil berupa peningkatan kualitas individu, terutama dalam hal produktivitas dan kapasitas ekonomi di masa mendatang. Dengan demikian, penelitian ini mengkaji keterkaitan antara intervensi gizi melalui program makan bergizi dengan peningkatan kemampuan kognitif, partisipasi pendidikan, serta potensi produktivitas tenaga kerja dalam jangka panjang (Nango et al., 2025).

Sumber data yang digunakan merupakan data sekunder yang diperoleh dari jurnal ilmiah nasional dan internasional bereputasi, literatur teori ekonomi pembangunan dan human capital, laporan resmi pemerintah, serta publikasi lembaga internasional yang bergerak di bidang gizi dan Pendidikan (Ngabidin, M., Yuswanto, D. T., Yayuk, Ayu, A., Nastiyawati, Huroiyati, A., Purbasari, A., Sanubar, F., & Maulida, 2025). Literatur yang dianalisis mencakup tiga fokus utama, yaitu: (1) landasan teoretis mengenai investasi sumber daya manusia, (2) bukti empiris terkait dampak program makan sekolah terhadap perbaikan status gizi dan peningkatan capaian pendidikan, serta (3) konsekuensi jangka panjang terhadap produktivitas dan pertumbuhan ekonomi.

Analisis literatur dilakukan melalui serangkaian tahapan yang terstruktur. Pertama, identifikasi sumber-sumber relevan menggunakan kata kunci seperti "human capital investment", "school feeding program", "nutrition and cognitive development", serta "long-term economic impact of education and health". Kedua, proses seleksi di mana literatur disaring berdasarkan kesesuaian topik, kualitas metodologi, serta kebaruan publikasi. Ketiga, analisis dan sintesis temuan dengan membandingkan hasil penelitian dari berbagai negara untuk menemukan pola umum serta faktor-faktor yang mendukung keberhasilan program. Seluruh literatur yang digunakan dipastikan

berasal dari publikasi ilmiah yang telah melalui proses telaah sejawat (peer-review) atau diterbitkan oleh lembaga resmi yang memiliki reputasi baik.

3. Hasil dan Diskusi

A. Konsep Investasi SDM dan Teori Human Capital

1) Teori Human Capital

Konsep investasi sumber daya manusia (SDM) berakar pada teori human capital yang pertama kali dipopulerkan oleh Becker (1964), yang menegaskan bahwa kualitas tenaga kerja tidak hanya ditentukan oleh faktor fisik seperti modal dan teknologi, tetapi juga oleh kualitas individu yang diperoleh melalui pendidikan, kesehatan, serta pelatihan. Dalam perspektif ini, pengeluaran pada sektor pendidikan dan kesehatan tidak dipandang sebagai konsumsi semata, melainkan sebagai investasi jangka panjang yang menghasilkan peningkatan produktivitas, pendapatan, serta kesejahteraan individu di masa depan (Manurung et al., 2025). Teori ini juga diperkuat oleh pandangan Schultz yang menempatkan manusia sebagai aset ekonomi utama yang berperan dalam mendorong pertumbuhan dan pembangunan ekonomi suatu negara.

Dalam konteks pembangunan modern, kualitas SDM menjadi faktor kunci keberhasilan pembangunan nasional, sebagaimana ditegaskan dalam dokumen bahwa manusia merupakan subjek sekaligus tujuan utama pembangunan. Oleh karena itu, investasi pada peningkatan kualitas manusia melalui pendidikan dan kesehatan menjadi strategi fundamental dalam menciptakan pertumbuhan ekonomi yang berkelanjutan. Negara dengan kualitas SDM yang tinggi cenderung lebih adaptif terhadap perubahan global, lebih inovatif, serta memiliki daya saing yang lebih kuat (Sugiarto, 2024).

Lebih lanjut, teori human capital menekankan bahwa kesehatan, termasuk status gizi, merupakan komponen utama dalam pembentukan kualitas SDM. Kesehatan yang baik memungkinkan individu untuk berpartisipasi secara optimal dalam kegiatan ekonomi, meningkatkan efisiensi kerja, serta memperpanjang usia produktif. Dalam hal ini, gizi memiliki peran yang sangat penting terutama pada masa kanak-kanak, karena periode ini merupakan fase kritis dalam perkembangan fisik dan kognitif. Kekurangan gizi pada tahap ini dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak yang bersifat permanen, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya kemampuan belajar dan produktivitas di masa depan.

Dengan demikian, program intervensi gizi seperti Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dapat diposisikan sebagai bentuk investasi strategis dalam kerangka human capital. Program ini tidak hanya bertujuan untuk memenuhi kebutuhan dasar anak, tetapi juga untuk meningkatkan kualitas SDM secara berkelanjutan melalui perbaikan kesehatan dan kemampuan kognitif. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa investasi pada usia dini memberikan rate of return yang lebih tinggi dibandingkan investasi pada tahap usia lainnya.

2) Hubungan Kesehatan, Pendidikan, dan Produktivitas

Hubungan antara kesehatan, pendidikan, dan produktivitas merupakan inti dari teori human capital. Ketiga aspek ini saling berkaitan dan membentuk suatu siklus yang menentukan kualitas SDM secara keseluruhan. Kesehatan yang baik, khususnya kecukupan gizi, menjadi fondasi utama bagi perkembangan kognitif anak, yang selanjutnya memengaruhi kemampuan belajar dan pencapaian pendidikan. Anak yang memiliki status gizi baik cenderung memiliki konsentrasi yang lebih tinggi, daya ingat yang lebih kuat, serta kemampuan berpikir yang lebih optimal dibandingkan dengan anak yang mengalami kekurangan gizi.

Sebagaimana dijelaskan dalam dokumen penelitian, kurangnya asupan gizi pada anak usia sekolah dapat berdampak pada rendahnya konsentrasi, kurangnya partisipasi dalam pembelajaran, serta capaian akademik yang tidak optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah gizi tidak hanya menjadi isu kesehatan, tetapi juga berdampak langsung pada kualitas pendidikan. Oleh karena itu, intervensi melalui program makan sekolah menjadi sangat penting dalam mendukung proses pembelajaran.

Program MBG hadir sebagai solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut dengan menyediakan asupan nutrisi yang memadai bagi peserta didik selama kegiatan belajar berlangsung. Program ini terbukti mampu mengurangi rasa lapar saat belajar, meningkatkan fokus, serta menurunkan tingkat ketidakhadiran siswa di sekolah. Selain itu, pemenuhan kebutuhan gizi juga berkontribusi pada peningkatan kemampuan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung, yang merupakan indikator penting dalam kualitas pendidikan (Rozi et al., 2025).

Lebih lanjut, peningkatan kualitas pendidikan yang didukung oleh status gizi yang baik akan berdampak pada peningkatan produktivitas tenaga kerja di masa depan. Individu yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi

dan kondisi kesehatan yang baik cenderung memiliki peluang kerja yang lebih luas, pendapatan yang lebih tinggi, serta kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap perkembangan teknologi dan pasar kerja. Dalam skala makro, hal ini akan berkontribusi pada peningkatan produktivitas nasional dan pertumbuhan ekonomi yang berkelanjutan.

Namun demikian, efektivitas hubungan antara kesehatan, pendidikan, dan produktivitas sangat dipengaruhi oleh kualitas implementasi program. Faktor seperti standar gizi makanan, frekuensi pemberian, serta kondisi sosial ekonomi penerima menjadi penentu utama keberhasilan program MBG. Oleh karena itu, diperlukan perencanaan kebijakan yang matang dan berbasis bukti agar program ini dapat memberikan dampak optimal dalam jangka panjang (Manurung et al., 2025).

Secara keseluruhan, konsep human capital memberikan landasan teoritis yang kuat dalam memahami pentingnya investasi pada kesehatan dan pendidikan. Program MBG, dalam hal ini, tidak hanya berfungsi sebagai intervensi jangka pendek untuk mengatasi masalah gizi, tetapi juga sebagai strategi jangka panjang dalam meningkatkan kualitas SDM, memperkuat daya saing nasional, serta mendorong pertumbuhan ekonomi yang inklusif dan berkelanjutan.

B. Gambaran Program Makan Bergizi Gratis

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu kebijakan strategis pemerintah dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM) sebagai fondasi menuju visi Indonesia Emas 2045. Program ini tidak hanya diposisikan sebagai intervensi jangka pendek untuk mengatasi masalah gizi, tetapi juga sebagai investasi jangka panjang dalam pembangunan manusia yang berkelanjutan. Dalam konteks pembangunan modern, kualitas SDM sangat ditentukan oleh kesehatan dan pendidikan, sehingga intervensi gizi pada usia dini dan usia sekolah menjadi sangat krusial (Sugiarto, 2024;).

Secara konseptual, MBG dirancang untuk menjangkau peserta didik dari berbagai jenjang pendidikan, mulai dari Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA)/ sederajat, dengan prioritas utama pada kelompok rentan seperti anak-anak, ibu hamil, dan ibu menyusui. Pendekatan ini menunjukkan bahwa program MBG mengadopsi perspektif siklus hidup (life-cycle approach) dalam pemenuhan gizi, di mana intervensi dilakukan sejak dini untuk mencegah dampak jangka panjang seperti stunting, anemia, dan gangguan perkembangan kognitif (Sarjito, 2024; Kamalawati et al., 2025).

Tujuan utama dari implementasi MBG adalah untuk menurunkan prevalensi masalah gizi yang masih menjadi tantangan nasional, sekaligus memastikan terpenuhinya standar Angka Kecukupan Gizi (AKG) bagi peserta didik. Pemenuhan kebutuhan gizi ini memiliki implikasi langsung terhadap peningkatan konsentrasi, partisipasi belajar, serta capaian akademik siswa. Dalam berbagai studi, kekurangan gizi terbukti berkorelasi dengan rendahnya kemampuan kognitif dan performa belajar, sehingga program MBG diharapkan mampu menjadi solusi integratif yang menghubungkan sektor kesehatan dan pendidikan (Manurung et al., 2025; Nango et al., 2025).

Dari sisi implementasi, program MBG melibatkan kolaborasi multi-pihak yang mencakup pemerintah pusat, pemerintah daerah, institusi pendidikan, serta pelaku ekonomi lokal. Keterlibatan usaha mikro, kecil, dan menengah (UMKM), petani, serta nelayan dalam rantai pasok bahan pangan menunjukkan bahwa program ini tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan, tetapi juga memberikan efek ekonomi berupa peningkatan pendapatan masyarakat lokal dan penguatan ekonomi daerah. Hal ini sejalan dengan konsep multiplier effect dalam kebijakan publik, di mana satu program dapat menghasilkan dampak luas di berbagai sektor (Hastuti & Hariyadi, 2026).

Dengan demikian, MBG dapat dipahami sebagai kebijakan yang bersifat multidimensional, mencakup aspek kesehatan, pendidikan, sosial, dan ekonomi secara simultan. Keberhasilan program ini sangat bergantung pada kualitas tata kelola, standar gizi yang diterapkan, serta keberlanjutan sinergi antar pemangku kepentingan, sehingga tujuan jangka panjang dalam membentuk generasi yang sehat, cerdas, dan produktif dapat tercapai secara optimal.

C. Dampak Program

1) Dampak terhadap Kesehatan Anak

Dampak yang paling terlihat dari pelaksanaan Program MBG adalah perbaikan kondisi gizi pada anak usia sekolah. Pemenuhan asupan makanan bergizi secara teratur di lingkungan sekolah dapat membantu mengurangi risiko kekurangan energi serta gangguan perkembangan yang sering dialami oleh anak-anak yang tidak mendapatkan nutrisi yang cukup. Perbaikan status gizi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga mendukung kesiapan anak dalam menjalani aktivitas belajar di sekolah.

Anak yang memperoleh asupan nutrisi yang memadai cenderung memiliki stamina fisik yang lebih baik, tingkat konsentrasi yang lebih stabil, serta kemampuan berpikir yang lebih optimal dibandingkan dengan anak yang mengalami kekurangan nutrisi. Penelitian mengenai program makan sekolah menunjukkan bahwa pemberian makanan di sekolah memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan fokus belajar, kehadiran siswa, serta keterlibatan mereka dalam aktivitas pembelajaran di kelas (Rozi et al., 2025).

Menurut data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia masih berada di angka 21,6%, dan gizi buruk pada 3,8% anak balita. Salah satu target pemerintah adalah menurunkan angka stunting menjadi 14% pada tahun 2024. Dalam konteks ini, MBG diharapkan menjadi alat penting untuk mempercepat perbaikan status gizi anak, terutama di daerah yang masih memiliki tingkat kekurangan gizi yang tinggi. Dengan demikian, dampak kesehatan MBG tidak hanya terlihat pada penurunan risiko malnutrisi, tetapi juga menunjukkan peningkatan kapasitas anak untuk mengikuti pendidikan dengan lebih baik.

2) Dampak terhadap Kualitas Pendidikan

Program MBG tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik anak, tetapi juga memiliki implikasi langsung terhadap kualitas pendidikan. Kualitas pendidikan dalam konteks ini dapat dilihat dari beberapa indikator seperti tingkat kehadiran siswa, konsentrasi belajar, partisipasi kelas, serta capaian akademik secara umum. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang cukup sebelum atau saat kegiatan belajar berlangsung cenderung memiliki energi yang cukup untuk mengikuti proses pembelajaran secara optimal.

Kecukupan gizi secara fisiologis sangat penting untuk fungsi kognitif seperti daya ingat, kemampuan memecahkan masalah, dan kecepatan memproses informasi. Kekurangan nutrisi, terutama zat besi dan protein, dapat menurunkan kemampuan konsentrasi dan menyebabkan kelelahan yang berdampak pada rendahnya keterlibatan siswa di kelas. Dengan adanya MBG, kebutuhan harian anak sebagian terpenuhi di lingkungan sekolah, sehingga risiko penurunan fokus belajar akibat rasa lapar dapat diminimalkan.

Dalam tinjauan pelaksanaan MBG di Indonesia dan beberapa negara lain, Swalar (2022) menunjukkan bahwa program makan sekolah memiliki korelasi positif dengan peningkatan partisipasi siswa dan penurunan ketidakhadiran. Hastuti & Hariyadi (2026) juga menekankan bahwa MBG dapat meningkatkan motivasi belajar, terutama pada siswa dari keluarga dengan kondisi ekonomi rentan. Ketika kebutuhan dasar anak dipenuhi, tekanan psikologis yang disebabkan oleh kekurangan makanan dapat berkurang, sehingga siswa dapat lebih fokus pada tugas akademik mereka.

3) Dampak Jangka Panjang terhadap Tenaga Kerja

Program MBG memiliki implikasi strategis terhadap pembentukan kualitas tenaga kerja dalam jangka panjang karena berperan sebagai investasi awal dalam pembangunan modal manusia. MBG berkontribusi pada perbaikan status gizi anak usia sekolah, yang berdampak pada perkembangan fisik dan kognitif yang lebih optimal. Perkembangan ini menjadi fondasi utama bagi peningkatan kualitas kompetensi kerja ketika anak-anak tersebut memasuki usia produktif.

Dalam jangka panjang, kecukupan gizi sejak usia sekolah membantu menurunkan risiko stunting dan anemia yang dapat memengaruhi produktivitas kerja. Individu yang tumbuh dengan status gizi baik cenderung memiliki daya tahan fisik lebih kuat, tingkat konsentrasi lebih baik, serta kemampuan belajar yang lebih tinggi. Kondisi tersebut memungkinkan mereka menyerap pelatihan kerja dengan lebih efisien dan beradaptasi dengan tuntutan pasar tenaga kerja yang semakin kompleks. Sebaliknya, kekurangan nutrisi selama masa pertumbuhan dapat memiliki efek permanen pada kemampuan kognitif dan kemampuan kerja di masa depan.

Dari sudut pandang makroekonomi, peningkatan kualitas tenaga kerja melalui intervensi gizi seperti MBG berkontribusi terhadap pertumbuhan ekonomi berkelanjutan. Dampak jangka panjang ini mencakup peningkatan produktivitas agregat, penguatan daya saing nasional, peningkatan pendapatan individu, peningkatan penerimaan negara, serta pengurangan beban biaya kesehatan di masa depan. Dengan demikian, MBG tidak hanya berfungsi sebagai program sosial, tetapi juga sebagai strategi pembangunan ekonomi jangka panjang yang memperkuat struktur dan kualitas angkatan kerja Indonesia.

D. Analisis Ekonomi

Dalam perspektif ekonomi pembangunan, Program MBG lebih tepat dianggap sebagai investasi publik dalam modal manusia daripada bantuan sosial konsumtif. Bantuan sosial umumnya bertujuan mengurangi beban ekonomi jangka pendek tanpa secara langsung meningkatkan kapasitas produktif penerima. Sebaliknya, investasi ditujukan untuk menghasilkan keuntungan ekonomi di masa depan. MBG meningkatkan kualitas kesehatan dan kesiapan belajar anak, yang dalam teori modal manusia dari Gary Becker dipandang sebagai bentuk investasi yang

meningkatkan produktivitas dan pendapatan sepanjang siklus hidup individu. Pengeluaran negara pada gizi dan pendidikan dasar bukan sekadar biaya, melainkan penanaman modal yang menghasilkan *rate of return* melalui peningkatan kualitas tenaga kerja.

Status gizi, kemampuan kognitif, dan kinerja ekonomi memiliki efek jangka panjang terhadap produktivitas. Menurut kajian ekonomi pendidikan oleh Theodore Schultz, peningkatan kualitas kesehatan pada usia dini berkontribusi terhadap efisiensi kerja di masa dewasa. Anak dengan asupan gizi memadai memiliki perkembangan fungsi otak yang lebih optimal, kapasitas belajar lebih tinggi, dan daya tahan fisik yang lebih baik. Secara makro, peningkatan produktivitas tenaga kerja berdampak pada pertumbuhan Produk Domestik Bruto (PDB) dan peningkatan daya saing nasional.

Literatur internasional, seperti laporan World Bank mengenai *human capital investment*, menunjukkan bahwa intervensi gizi sekolah memiliki korelasi positif dengan peningkatan pendapatan individu saat dewasa. Sementara itu, World Health Organization menyatakan bahwa investasi dalam perbaikan gizi anak meningkatkan kapasitas kerja dan mengurangi beban penyakit, yang menghasilkan keuntungan ekonomi jangka panjang.

Dari perspektif penawaran tenaga kerja (*labor supply*), pasar tenaga kerja modern menuntut tenaga kerja yang sehat, terdidik, dan memiliki keterampilan kognitif tinggi. Perbaikan gizi meningkatkan keberhasilan pendidikan, yang selanjutnya meningkatkan kualitas keterampilan dan kompetensi kerja. Selain itu, intervensi gizi yang menjangkau kelompok rentan berpotensi mengurangi disparitas kualitas sumber daya manusia antar kelompok sosial, yang berdampak pada peningkatan mobilitas sosial dan perluasan akses terhadap pekerjaan formal dengan produktivitas serta upah yang lebih tinggi. Secara ekonomi, MBG dapat diposisikan sebagai instrumen investasi strategis negara yang memberikan efek pengganda (*multiplier effect*) terhadap pertumbuhan ekonomi, penerimaan negara, dan stabilitas pasar tenaga kerja dalam jangka panjang.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian konseptual dan telaah literatur yang mengacu pada perspektif human capital, dapat ditegaskan bahwa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memiliki legitimasi teoritis dan rasionalitas ekonomi sebagai bentuk investasi jangka panjang dalam pembangunan sumber daya manusia. Dalam kerangka pembangunan kontemporer yang menempatkan manusia sebagai pusat sekaligus tujuan akhir pembangunan, intervensi pada pemenuhan gizi anak usia sekolah merupakan strategi fundamental untuk memperkuat kualitas modal manusia sejak fase pertumbuhan. Secara konseptual, kecukupan gizi berperan penting dalam mendukung perkembangan kognitif, menjaga stabilitas konsentrasi, meningkatkan daya tahan fisik, serta mempersiapkan kesiapan belajar peserta didik. Sejumlah temuan empiris dalam literatur menunjukkan bahwa program makan sekolah berdampak pada penurunan tingkat absensi, peningkatan keterlibatan siswa dalam pembelajaran, serta perbaikan capaian akademik. Dengan demikian, MBG tidak hanya berkontribusi pada aspek kesehatan, tetapi juga memberikan pengaruh signifikan terhadap kualitas proses dan hasil pendidikan. Dalam perspektif jangka panjang, peningkatan status gizi sejak usia sekolah memiliki konsekuensi struktural terhadap mutu tenaga kerja nasional. Individu yang tumbuh dalam kondisi kesehatan yang optimal cenderung memiliki kemampuan adaptif yang lebih baik terhadap perkembangan teknologi, kapasitas pemecahan masalah yang lebih kuat, serta tingkat efisiensi kerja yang lebih tinggi. Oleh sebab itu, alokasi anggaran untuk MBG tidak tepat dipandang sebagai beban fiskal yang bersifat konsumtif, melainkan sebagai investasi publik yang berpotensi menghasilkan manfaat ekonomi dan sosial dalam jangka panjang. Di samping itu, MBG juga mengandung dimensi keadilan sosial karena berfungsi sebagai instrumen untuk mengurangi ketimpangan akses terhadap kebutuhan dasar, khususnya bagi kelompok masyarakat rentan secara ekonomi. Dalam konteks bonus demografi Indonesia, penguatan kualitas SDM melalui intervensi gizi menjadi prasyarat penting agar populasi usia produktif benar-benar mampu menghasilkan dividen ekonomi. Secara menyeluruh, Program Makan Bergizi Gratis mencerminkan pendekatan pembangunan manusia yang terintegrasi dan apabila dikelola secara efektif dan berkelanjutan, memiliki potensi besar dalam mendukung pencapaian visi pembangunan nasional menuju Indonesia Emas 2045.

Referensi

1. Admin Sekolah Pascasarjana Universitas Airlangga. (2025). Makan Bergizi Gratis: Investasi SDM yang Butuh Tata Kelola Lebih Baik. Sekolah Pascasarjana Universitas Airlangga.
2. Dahlia, E., Marlita, D., Taroreh, S. R. A., Sinurat, E. J., Yakup, Kohar, A., Siregar, R., Kuhuparuw, V. J., Siregar, E., Wikaningtyas, S. U., Risambessy, A., & Zainal, R. (2026). MSDM berbasis human capital management. Penerbit Lakeisha.
3. Fatimah, S., Rasyid, A., Anirwan, Q., & Arwakon, H. O. (2025). Kebijakan makan bergizi gratis di Indonesia Timur: Tantangan, implementasi, dan solusi untuk ketahanan pangan.
4. Hastuti, R., & Hariyadi, A. M. (2026). Implementasi Program Makan Bergizi Gratis di Sekolah: Tinjauan literature terhadap Tantangan Tata Kelola dan Implikasi Kebijakan. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(1), 16–21.

5. Kamalawati, N., Febrina, N. R., Wijayanti, N., Hanoselina, Y., Wialdi, P. F., & Jumiati. (2025). Ekspansi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dalam Penanggulangan Stunting dan Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia. *Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(12), 19033–19045.
6. Kholifaturohmah, R., Floresti, D. A., Mayasari, V., & Rosiana, M. (2022). Kontribusi human capital terhadap pertumbuhan ekonomi melalui pendidikan. *Jurnal Ekonomi, Bisnis dan Akuntansi (JEBA)*, 24(4).
7. Manurung, M., Pamungkas, B., Harahap, K. A., & Siregar, P. (2025). Kebijakan Pemerintah dalam Mendukung Program Peningkatan Kualitas SDM Masyarakat Melalui Program Makan Bergizi Gratis (MBG). *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 15(2), 691. <https://doi.org/10.33087/dikdaya.v15i2.881>
8. Ngabidin, M., Yuswanto, D. T., Yayuk, Ayu, A., Nastiyawati, Huroiyati, A., Purbasari, A., Sanubar, F., & Maulida, Z. (2025). *Buku Saku Panduan Edukasi Gizi dalam Pelaksanaan Makan Bergizi Gratis (MBG) di Sekolah Dasar: Panduan untuk Pendidik*. Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar. Maulidya, A., & Fitriani, Y. (2025). Analisis program makan bergizi gratis terhadap strategi peningkatan motivasi belajar siswa sekolah dasar di Lampung. *Arus Jurnal Sosial dan Humaniora (AJSH)*, 5(3).
9. Nango, M., Purwoko, B., & Hazim, M. (2025). Makan Bergizi Gratis: Strategi Kebijakan Publik Menuju Generasi Emas Indonesia 2045. *Jurnal Pendidikan Agama Katolik (JPAK)*, 25(2).
10. Qomarrullah, R. (2025). Dampak jangka panjang program makan bergizi gratis terhadap kesehatan dan keberlanjutan pendidikan.
11. Rahmawati, L. D., Kusuma, I. R., Nabiihah, F. L. A., Atqiya, N. S., & Larasati, K. A. A. (2026). Scoping review: Analisis implementasi makanan bergizi gratis (MBG) di Indonesia dan negara lain: Studi komparatif kebijakan dan efektivitas program. *SINERGI: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(1), 67–76.
12. Rosalin, E. (2006). Konsep human investment dalam konteks pembangunan masyarakat. No. 02/Th II/Okttober/2006, 8–20.
13. Rozi, F., Mukarromah, L. M., & Jadid, U. N. (2025). Program Makan Siang Gratis: School Efforts to Improve Learning Concentration and Academic Achievement. 13, 61–74.
14. Sarjito, A. (2024). Free Nutritious Meal Program as a Human Resource Development Strategy to Support National Defence. *International Journal Administration, Business & Organization*, 5(5), 129–141. <https://doi.org/10.61242/ijabo.24.454>
15. Sugiarto, E. C. (2024). Makan Bergizi Gratis dan SDM Unggul. Sekretariat Negara Republik Indonesia.
16. Swalar, T. K. (2022). Scoping Review: Analisis Implementasi Makanan Bergizi Gratis (MBG) di Indonesia dan Negara Lain: Studi Komparatif Berdasarkan Kebijakan dan Efektivitas Program. *Jurnal Riset Ilmiah*, 1(01), 15–18.
17. Wujarso, R. (2022). Peran human capital dalam pertumbuhan ekonomi. *Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research (JISAMAR)*, 6(2).