

Implementasi Program Makan Bergizi Gratis dalam Mendukung Kesehatan dan Kesiapan Belajar Anak Usia Dini

Qobilatun Nabila*

Universitas
Trunojoyo
Madura,
INDONESIA

Faidatul Hasanah

Universitas
Trunojoyo
Madura,
INDONESIA

Fitrotin Nida

Universitas
Trunojoyo
Madura,
INDONESIA

Dian Eka Prasetya

Universitas
Trunojoyo
Madura,
INDONESIA

Albina Afiyatur Rohmah

Universitas
Trunojoyo
Madura,
INDONESIA

Article Info

Article history:

Received:
October 19, 2025
Revised:
November 26, 2025
Accepted:
November 30, 2025

Keywords:

Free nutritious meal program;
Child health;
Early childhood education;
Nutrition;
Learning readiness

Abstract

The Free Nutritious Meal Program (MBG) is a government initiative aimed at improving nutritional intake among young children to support their health and learning readiness. This study aims to describe the implementation of the MBG program, children's responses to the provided menus, and their health conditions during the program at an early childhood education institution. A qualitative research approach was employed, using observation and interviews with teachers as the primary data collection techniques. The findings indicate that approximately 80% of children consumed the meals provided through the MBG program, although some children showed reluctance toward certain menus due to mild flavors or limited variation in side dishes. The menus were predominantly composed of protein sources such as chicken, eggs, tofu, and tempeh, while vegetable variety remained limited. No significant changes in children's health conditions were identified during the one-month implementation period, as the children's health status was generally good prior to the program and the duration of implementation was relatively short. Nevertheless, the MBG program contributed to increasing daily nutritional intake, fostering healthy eating habits, and supporting children's readiness to engage in learning activities. This study provides preliminary insights into the implementation of the Free Nutritious Meal Program in early childhood education settings and may serve as a foundation for developing more varied and balanced menus, as well as for future research examining the long-term impacts of free nutritious meal programs on children's health and development.

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) ©2025 by author/s

* Corresponding author:

Qobilatun Nabila
Universitas Trunojoyo Madura, INDONESIA
Email: 240651100035@student.trunojoyo.ac.id.
DOI:

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi pada anak masih menjadi isu global yang serius. Berdasarkan laporan UNICEF tahun 2018, sekitar 30% anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting, 10% mengalami kekurangan berat badan, dan 20% mengalami kelebihan berat badan. Di Indonesia, kondisi ini tidak jauh berbeda. Data BAPPENAS tahun 2018 mencatat sekitar 9 juta anak Indonesia mengalami stunting. Pada tahun 2005, dari sekitar 27,6 juta anak berusia 0–6 tahun yang mencakup 12,79% dari total populasi Indonesia, hanya seperempatnya yang memperoleh akses terhadap program peningkatan kesehatan dan gizi. Selain cakupan yang rendah, program-program yang tersedia masih berjalan secara terpisah sehingga belum mampu memenuhi kebutuhan tumbuh kembang anak secara menyeluruh. Akibatnya, tingkat kesehatan, status gizi, dan capaian pendidikan anak Indonesia masih belum optimal.

Balita dan anak usia sekolah merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap gangguan gizi karena masih berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan. Permasalahan gizi ini dapat dipicu oleh pemilihan makanan yang kurang tepat serta pola konsumsi berlebihan (Saifah et al., 2019). Menurut Soegeng Santoso dan Anne (2009), masalah gizi pada anak memiliki keterkaitan erat dengan pola makan serta berbagai gangguan kesehatan, termasuk gangguan psikologis, gangguan perilaku, gangguan tidur, kecemasan, diare, demam, kejang, meningitis, anemia, serta infeksi cacing atau parasit. Dalam jangka pendek, anak dengan masalah gizi cenderung menunjukkan sikap apatis, hambatan komunikasi, dan gangguan perkembangan lainnya. Adapun dalam jangka panjang, dampaknya meliputi penurunan tingkat kecerdasan, kemunduran fungsi kognitif, gangguan integrasi sensorik, masalah konsentrasi, menurunnya kepercayaan diri, serta penurunan prestasi belajar (Saputri et al., 2021).

Penelitian Agustina (dalam Umasugi Fajria, 2020) menunjukkan bahwa pemenuhan nutrisi melalui pemberian vitamin dan serat berperan penting dalam kondisi gizi anak usia 6–12 tahun, di mana rata-rata asupan serat anak di Sulawesi hanya 3,91 gram per hari, dengan standar deviasi 2,04 gram. Sementara itu, penelitian Muhammad Kasim dkk. (dalam Umasugi Fajria, 2020) mengidentifikasi berbagai kendala dalam penerapan bekal makanan sehat pada anak usia dini, antara lain kurangnya kepatuhan orang tua terhadap aturan bekal, pengaruh iklan makanan tidak sehat, minimnya pengawasan orang tua yang bekerja, kebiasaan memberikan uang jajan tanpa kontrol, banyaknya pedagang makanan kurang sehat di sekitar sekolah, serta rendahnya partisipasi orang tua dalam kegiatan parenting. Dalam pemenuhan gizi, kebutuhan energi anak berasal dari 50–55 persen karbohidrat, 30–35 persen lemak, dan 15 persen protein, sehingga makanan yang dikonsumsi harus memenuhi keseimbangan zat gizi.

Santoso (dalam Umasugi Fajria, 2020) menegaskan bahwa makanan sehat harus dapat memuaskan selera, mengandung gizi yang cukup untuk menjaga kebugaran, sesuai dengan nilai budaya masyarakat, dan terjangkau secara ekonomi. Muaris (dalam Umasugi Fajria, 2020) juga menekankan pentingnya pembiasaan membawa bekal sehat sejak usia dini, serta perlunya variasi menu setiap 10 hari atau setiap bulan agar anak tidak bosan. Penyusunan menu sehat perlu memperhatikan kombinasi rasa, warna, bentuk potongan, variasi tekstur, serta teknik pengolahan seperti menggoreng, mengukus, atau memanggang agar tampilan dan cita rasa makanan menarik bagi anak.

Pemenuhan nutrisi dalam program makanan bergizi gratis memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Program ini tidak hanya menyediakan asupan gizi yang dibutuhkan

anak, tetapi juga menjadi bagian dari edukasi kesehatan, peningkatan kesadaran gizi, serta upaya menciptakan lingkungan yang menunjang kesejahteraan anak baik di sekolah maupun masyarakat (Kartika Sari & Dora, 2024). Pada masa pertumbuhan, terutama ketika anak memasuki usia sekolah dan mulai mengenal berbagai jenis makanan, risiko terjadinya kekurangan atau kelebihan gizi dapat meningkat. Kondisi ini dapat berdampak jangka panjang hingga remaja dan dewasa. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua dan lingkungan sekitar sangat diperlukan untuk membimbing anak dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat, sehingga program makanan bergizi gratis dapat memberikan manfaat optimal bagi kesehatan dan tumbuh kembang mereka (Ana & Hartini, 2018).

Keunikan pelaksanaan program makan bergizi gratis di TK PGRI Banyuajuh tampak dari cara anak-anak menyikapi kegiatan makan. Sebagian anak memilih menyantap makanan mereka langsung di kelas sambil duduk bersama teman-temannya, sedangkan anak lainnya lebih suka menyimpan sisa makanan ke dalam bekal untuk dimakan kembali. Variasi kebiasaan ini menunjukkan bahwa setiap anak memiliki pola makan yang berbeda, namun seluruh proses tetap berada dalam bimbingan guru agar kegiatan berlangsung tertib dan manfaat gizi tetap tercapai. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana program makanan bergizi gratis dapat mendukung kesehatan anak usia dini secara optimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Pendekatan tersebut digunakan untuk memahami secara komprehensif tentang bagaimana program makan bergizi gratis di TK PGRI Banyuajuh berperan dalam mendukung kesehatan anak usia dini, terutama pada kelompok B yang berada dalam rentang usia 5–6 tahun. Subjek dalam penelitian ini mencakup guru kelompok B, serta anak didik kelompok B sebagai pihak yang menerima program. Penentuan subjek dilakukan dengan cara purposive, yaitu didasarkan pada pertimbangan bahwa informan-informan tersebut memiliki keterlibatan langsung serta pemahaman yang relevan terhadap implementasi program makan bergizi gratis di lembaga dimaksud. Teknik pengumpulan data dilaksanakan melalui tiga cara utama yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilaksanakan untuk menyaksikan secara langsung proses pembagian, dan konsumsi makanan bergizi oleh anak saat kegiatan berlangsung, serta mencatat reaksi anak terhadap jenis-jenis makanan yang disajikan. Wawancara mendalam dilaksanakan dengan guru untuk mendapatkan informasi terkait menu-menu makan bergizi gratis, implementasi program, serta hambatan-hambatan yang dihadapi.

Dokumentasi dimanfaatkan untuk melengkapi data dari observasi dan wawancara melalui pencatatan menu harian, foto-foto kegiatan. Proses analisis data dilaksanakan dengan menggunakan model interaktif Miles dan Huberman, yang mencakup tiga tahapan, yakni reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi (Creswell & Creswell, 2018). Proses analisis dijalankan secara berkelanjutan mulai dari awal pengumpulan data hingga diperoleh temuan akhir yang valid dan bermakna. Untuk memastikan keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dijalankan dengan membandingkan informasi dari guru, sementara triangulasi teknik dilakukan dengan menggabungkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dengan cara demikian, data yang didapatkan dianggap kredibel dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Instrumen dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri sebagai instrumen utama dalam mengumpulkan dan

menganalisis data di lapangan, yang ditunjang dengan instrumen pendukung berupa pedoman observasi, pedoman wawancara, serta lembar dokumentasi untuk membantu memperoleh data yang terarah, akurat, dan sesuai dengan fokus penelitian.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis di TK PGRI Banyuajuh Kamal

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan dengan kepala sekolah dan guru kelompok B di TK PGRI Banyuajuh, diketahui bahwa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) telah mulai dilaksanakan sejak awal Oktober dan sampai saat ini telah berlangsung hampir satu bulan. Pelaksanaan program tersebut menunjukkan hasil yang cukup baik dalam mendukung peningkatan kesehatan anak usia dini, terutama dalam hal pemenuhan gizi yang lebih seimbang selama mereka berada di sekolah. Kegiatan MBG dilaksanakan setiap hari pukul 09.00 WIB dengan mekanisme pembagian makanan langsung oleh guru kepada peserta didik. Anak-anak kemudian makan bersama di dalam kelas. Aktivitas makan bersama ini juga menjadi sarana pembelajaran bagi anak untuk membangun kebiasaan makan yang sehat. Sebelum menyantap makanan, guru mengarahkan anak untuk mencuci tangan sebagai upaya menjaga kebersihan dan mencegah penyebaran penyakit. Selain itu, kegiatan berdoa sebelum makan tetap dilaksanakan sebagai bagian dari pembiasaan nilai keagamaan.

Guru senantiasa mengingatkan agar peserta didik membawa air minum sendiri dari rumah untuk memenuhi kebutuhan cairan tubuh dan menghindari dehidrasi. Setelah selesai makan, anak-anak dibimbing untuk merapikan kembali wadah makan dan menempatkannya di tempat yang telah disediakan. Kebiasaan ini merupakan upaya untuk melatih kemandirian, kedisiplinan, serta rasa tanggung jawab terhadap kebersihan lingkungan. Program MBG tidak hanya fokus pada penyediaan makanan bergizi, tetapi juga menjadi bagian dari edukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini. Hal tersebut selaras dengan tujuan utama program, yakni menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal melalui pemenuhan nutrisi serta peningkatan kesehatan mereka selama mengikuti kegiatan pembelajaran.

Dengan hadirnya program ini, anak-anak memperoleh tambahan gizi serta energi pada jam sekolah sehingga diharapkan dapat memperkuat daya tahan tubuh, meningkatkan fokus belajar, serta menumbuhkan motivasi dalam mengikuti kegiatan belajar. Peran guru dalam pendampingan selama kegiatan makan juga turut mendukung keberhasilan program. Secara keseluruhan, temuan ini memperlihatkan bahwa Program Makanan Bergizi Gratis di TK PGRI Banyuajuh berjalan secara efektif dan membawa dampak positif bagi kesehatan anak usia dini, terutama dalam pembentukan pola makan yang lebih sehat serta penerapan perilaku hidup bersih dalam aktivitas sehari-hari.

Menu Makanan Bergizi Gratis di TK PGRI Banyuajuh Kamal

Perilaku konsumsi sayur dan buah sangat penting untuk mendukung pemenuhan vitamin, mineral, dan serat yang dibutuhkan tubuh. Asupan tersebut berperan sebagai antioksidan yang membantu mencegah penyakit tidak menular akibat ketidakseimbangan gizi, sesuai dengan prinsip Pedoman Gizi Seimbang (Hermina, 2016). Hasil observasi menunjukkan bahwa sekitar 80% anak bersedia mengonsumsi makanan MBG setiap hari. Setiap anak membawa kotak makan pribadi yang berfungsi menyimpan makanan yang tidak habis sehingga dapat dibawa pulang, sekaligus memudahkan orang tua memantau jenis makanan yang

diterima dan tingkat konsumsi anak. Menu MBG tergolong cukup bervariasi, namun lauk harian masih didominasi ayam dan telur dengan selingan tahu dan tempe yang diolah dalam berbagai bentuk, seperti bumbu merah atau nugget ayam, oseng kecap manis, crispy. Susu diberikan dua kali seminggu, sedangkan daging hanya diberikan satu kali dalam sebulan.

Variasi lain terdapat pada menu nasi, misalnya nasi putih, nasi daun jeruk, nasi goreng, dan nasi kuning. Dari sisi sayur, pilihan yang diberikan masih terbatas pada sawi putih, wortel, dan kacang panjang dalam bentuk oseng. Sekitar 70% anak mengonsumsi sayur tersebut, sementara sebagian lainnya tidak menyukai rasanya. Pada saat observasi, menu yang disajikan adalah nasi putih daun jeruk, ayam goreng, tahu crispy, dan anggur. Selama pelaksanaan program, tidak ditemukan kasus keracunan, sehingga dapat disimpulkan bahwa proses pengolahan dan penyajian makanan MBG telah dilaksanakan dengan cukup baik.

Perkembangan Kesehatan Pada Anak Saat Mengonsumsi Makan Bergizi Gratis di TK PGRI Banyuajuh Kamal

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, belum tampak adanya perubahan kesehatan yang berarti pada anak selama pelaksanaan program Makan Bergizi Gratis (MBG). Kondisi ini terjadi karena sejak sebelum program dimulai, sebagian besar anak sudah berada dalam kondisi sehat. Anak-anak datang ke sekolah tanpa keluhan dan memang sudah terbiasa sarapan terlebih dahulu di rumah dengan makanan bergizi seperti roti, susu, buah, atau nasi yang disiapkan oleh orang tua. Kebiasaan sarapan ini membuat kondisi fisik mereka relatif stabil sehingga pengaruh MBG belum terlihat secara nyata pada tahap awal pelaksanaannya. Selain itu, program MBG baru berlangsung selama satu bulan, yang merupakan waktu yang terlalu singkat untuk melihat perubahan kesehatan yang signifikan. Dalam bidang gizi, dampak terhadap kesehatan anak biasanya baru terlihat setelah program berjalan dalam jangka waktu yang lebih panjang. Tubuh memerlukan waktu untuk menyesuaikan diri terhadap pola makan baru, sehingga perubahan seperti peningkatan status gizi, daya tahan tubuh, atau energi harian tidak dapat diamati dalam waktu singkat.

Dengan demikian, belum munculnya perkembangan kesehatan merupakan hal yang wajar pada masa awal program. Hasil wawancara bersama guru juga menunjukkan bahwa selama MBG berlangsung tidak ada anak yang mengalami gangguan kesehatan atau sakit akibat konsumsi makanan yang diberikan. Semua anak hadir ke sekolah dalam keadaan sehat, yang menunjukkan bahwa makanan MBG aman dan dikelola dengan baik. Secara keseluruhan, kondisi kesehatan anak tetap stabil, dan evaluasi lanjutan diperlukan setelah program berjalan lebih lama untuk melihat dampak MBG secara lebih menyeluruh terhadap kesehatan dan status gizi anak usia dini.

Kendala dan cara mengatasi Kesehatan Anak Saat Program Makan Bergizi Gratis di TK PGRI Banyuajuh Kamal

Selain temuan terkait variasi dan cita rasa menu, kendala program MBG juga berkaitan dengan karakteristik makan anak usia dini. Pada tahap perkembangan ini, anak cenderung menjadi picky eater, yaitu memilih-milih makanan berdasarkan rasa, tekstur, aroma, atau warna yang mereka sukai. Anak-anak sangat sensitif terhadap perubahan kecil pada makanan, sehingga meskipun menu MBG sudah diolah dalam berbagai bentuk, tidak semua menu sesuai dengan preferensi atau kebiasaan makan mereka di rumah. Hal inilah yang menyebabkan sebagian anak menolak makanan tertentu atau tidak mampu menghabiskannya, terutama ketika rasa makanan dianggap hambar atau ketika lauk yang disajikan

terasa monoton, seperti ayam, tahu, tempe, dan telur yang muncul berulang hampir setiap hari. Berkaitan dengan kondisi tersebut, wali murid menyampaikan saran kepada guru agar anak tidak dipaksa menghabiskan makanan yang tidak mereka sukai. Guru kemudian menerapkan pendekatan yang lebih fleksibel, yakni membiarkan anak menyimpan sisa makanan ke dalam kotak bekalnya. Cara ini tidak hanya membuat anak merasa lebih nyaman, tetapi juga memberi kesempatan bagi orang tua untuk memantau jenis makanan apa yang dimakan dan tidak dimakan oleh anak di sekolah.

Untuk mengurangi penolakan makan dan meningkatkan penerimaan anak terhadap menu MBG, pihak sekolah juga mengusulkan agar pengelolaan makanan lebih bervariasi dan kreativitas penyajian menu ditingkatkan. Selain itu, sekolah mempertimbangkan pentingnya melibatkan anak dalam proses pemilihan menu atau kegiatan memasak sederhana, karena keterlibatan seperti ini dapat meningkatkan minat makan dan membuat anak lebih antusias mencoba makanan baru. Dengan demikian, upaya kolaboratif antara guru, orang tua, dan pihak sekolah menjadi langkah penting untuk memastikan program MBG dapat berjalan lebih optimal dan diterima dengan baik oleh anak-anak.

Untuk mengatasi kendala tersebut, pihak sekolah dapat melakukan variasi menu dengan menghadirkan lebih banyak jenis lauk, seperti ikan, sayuran segar, atau olahan daging lainnya sehingga anak tidak merasa bosan. Selain itu, bumbu dan cita rasa makanan perlu ditingkatkan agar lebih sesuai dengan selera anak, tanpa mengurangi nilai gizinya. Guru juga dapat memberikan edukasi ringan mengenai pentingnya makan makanan bergizi agar anak lebih termotivasi untuk menghabiskan makanannya. Di sisi lain, penerapan pendekatan tidak memaksa anak untuk menghabiskan makanan tetap dipertahankan, dengan memberikan kesempatan bagi mereka untuk menyimpan sisa makanan di kotak bekal sebagai bentuk penghargaan terhadap kenyamanan dan kesiapan makan masing-masing anak.

Manfaat Kesehatan Program Makan Bergizi Gratis Pada Anak Usia Dini di TK PGRI Banyuajuh Kamal

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memberikan sejumlah manfaat bagi anak selama mengikuti kegiatan belajar di sekolah. Meskipun sebagian besar anak sudah sarapan di rumah, makanan tambahan yang disediakan melalui MBG membantu menjaga energi mereka tetap stabil selama beraktivitas. Asupan ini juga berfungsi melengkapi kebutuhan gizi harian anak sehingga nutrisi penting seperti karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral lebih tercukupi. Selain itu, program ini secara tidak langsung membentuk kebiasaan makan yang lebih sehat, karena anak semakin terbiasa mencoba dan mengonsumsi berbagai menu bergizi yang disajikan.

Beberapa anak bahkan mulai menunjukkan ketertarikan terhadap makanan sehat yang sebelumnya kurang mereka sukai. Di sisi lain, kegiatan makan bersama menumbuhkan suasana yang menyenangkan serta mendorong kemampuan sosial anak, seperti belajar berbagi dan menjaga kebersihan. MBG juga membantu memastikan tidak ada anak yang belajar dalam keadaan lapar, sehingga mereka tetap nyaman dan fokus selama berada di sekolah. Meskipun perubahan kesehatan yang signifikan belum terlihat dalam waktu singkat, makanan yang diberikan terbukti aman dan membantu mempertahankan kondisi fisik anak tetap stabil. Secara keseluruhan, program ini memberikan dukungan positif terhadap pemenuhan gizi dan kesejahteraan anak di lingkungan sekolah.

Kontribusi Penelitian

Penelitian ini memberikan kontribusi berupa gambaran empiris mengenai bagaimana program MBG dilaksanakan di lingkungan PAUD, termasuk bagaimana anak merespons, variasi menu yang disajikan, serta kendala yang muncul selama pelaksanaan. Temuan ini turut memperkaya literatur mengenai perilaku makan anak usia dini, khususnya terkait kecenderungan picky eater dan kepekaan anak terhadap rasa, tekstur, maupun tampilan makanan. Dengan demikian, hasil penelitian dapat dijadikan acuan dalam merancang menu yang lebih sesuai dengan karakteristik anak. Selain itu, penelitian ini memberikan manfaat praktis bagi guru dan pihak sekolah dalam mengembangkan strategi pendampingan saat kegiatan makan, serta mendorong kolaborasi yang lebih baik dengan orang tua dalam membentuk kebiasaan makan sehat pada anak.

Implikasi Penelitian

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memiliki peluang yang kuat untuk mendukung kecukupan gizi pada anak usia dini. Meskipun belum terlihat perubahan kesehatan yang berarti dalam satu bulan pelaksanaan, program ini tetap berpotensi menjadi intervensi jangka panjang yang efektif di lingkungan PAUD. MBG tidak hanya dapat membantu mengembangkan pola makan yang lebih sehat, tetapi juga menanamkan kebiasaan konsumsi makanan bergizi serta memastikan anak mengikuti kegiatan belajar dalam kondisi tidak lapar. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi sekolah maupun pemerintah dalam menyusun kebijakan penyediaan makanan bergizi yang lebih variatif, aman, dan sesuai dengan karakteristik serta selera makan anak usia dini.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, program MBG baru berjalan selama satu bulan, sehingga waktu pelaksanaannya terlalu singkat untuk menilai perubahan kesehatan anak secara lebih mendalam atau dalam jangka panjang. Kedua, penelitian hanya difokuskan pada satu lembaga TK, sehingga temuan yang diperoleh belum dapat mewakili atau diterapkan secara umum pada PAUD lain dengan karakteristik yang berbeda. Ketiga, metode penelitian yang digunakan masih terbatas pada observasi dan wawancara tanpa disertai pengukuran objektif terkait status gizi, seperti berat badan, tinggi badan, ataupun indeks massa tubuh. Keterbatasan ini menyebabkan analisis dampak program terhadap status gizi anak belum dapat dilakukan secara komprehensif.

Saran Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan hasil temuan dan berbagai keterbatasan yang ada, beberapa rekomendasi dapat diberikan. Bagi guru, penyampaian edukasi gizi secara sederhana dapat menjadi langkah penting dalam mengenalkan pentingnya makanan sehat sekaligus mengurangi kecenderungan picky eater. Bagi peneliti berikutnya, disarankan agar penelitian dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang dan dilengkapi dengan pengukuran status gizi yang objektif, sehingga dampak MBG terhadap kesehatan anak dapat dievaluasi dengan lebih tepat. Terakhir, orang tua diharapkan tetap konsisten menyediakan makanan bergizi di rumah agar pelaksanaan MBG di sekolah dapat berjalan selaras dengan pola makan yang dibentuk dalam keluarga.

SIMPULAN

Pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di TK PGRI Banyuajuh menunjukkan bahwa mayoritas anak menerima dan mengonsumsi makanan yang disediakan, dengan tingkat penerimaan mencapai sekitar 80%. Meskipun menu yang diberikan cukup bervariasi, lauk yang disajikan masih didominasi oleh ayam, telur, tahu, dan tempe. Dari aspek kesehatan, belum terlihat perubahan yang berarti karena kondisi anak sudah baik sejak awal dan program baru berlangsung selama satu bulan. Kendati demikian, MBG tetap memberi manfaat dalam memenuhi kebutuhan gizi harian anak, membentuk kebiasaan makan sehat, serta mendukung kesiapan mereka mengikuti pembelajaran. Tantangan yang ditemukan meliputi kejenuhan anak terhadap jenis lauk tertentu dan kecenderungan *picky eater*, sehingga diperlukan inovasi menu dan kreativitas dalam penyajiannya. Program MBG memiliki potensi besar sebagai upaya pemenuhan gizi bagi anak usia dini, meskipun masih memerlukan peningkatan pada keberagaman menu serta evaluasi lanjutan dalam jangka waktu yang lebih panjang.

Pernyataan Kontribusi Penulis

Qobilatun Nabila: Konseptualisasi, Metodologi dan Perangkat Lunak. Faidatul Hasanah: Validasi, Supervisi, Penyusunan Draf Awal. Fitrotin Nida: Visualisasi, Investigasi, Supervisi. Dian Eka Prasetya: Validasi dan Penyusunan Draf Awal. Albina Afiyatur Rohmah: Penelaahan dan Penyuntingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ana, Y., & Hartini, S. (2018). Peran orang tua dalam pembentukan kebiasaan makan sehat pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(1), 45–56.
- Agustina. (2019). Asupan serat dan status gizi anak usia sekolah dasar. Dalam U. Fajria (Ed.), *Gizi anak usia sekolah* (hlm. 45–60). Penerbit Ilmu Gizi Nusantara.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2018). *Rencana aksi nasional pangan dan gizi 2018–2024*. BAPPENAS.
- Kartika Sari, D., & Dora, E. (2024). Program makanan bergizi gratis sebagai upaya peningkatan kesehatan anak usia dini. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Anak*, 8(1), 1–10.
- Kasim, M., Rahmawati, D., & Lestari, A. (2019). Kendala penerapan bekal makanan sehat pada anak usia dini. Dalam U. Fajria (Ed.), *Pendidikan gizi anak usia dini* (hlm. 61–75). Penerbit Ilmu Gizi Nusantara.
- Muaris, H. (2017). *Bekal sehat anak usia dini*. Gramedia Pustaka Utama.
- Saifah, N., Putri, R. M., & Hidayat, A. (2019). Pola konsumsi makanan dan risiko gangguan gizi pada anak usia sekolah. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 11(2), 89–98.
- Santoso, S., & Anne. (2009). *Kesehatan dan gizi anak*. Rineka Cipta.

Saputri, R. A., Lestari, P., & Wijayanti, T. (2021). Dampak status gizi terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar anak. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Anak*, 6(2), 112–121.

UNICEF. (2018). *The state of the world's children 2018: Children, food and nutrition*. United Nations Children's Fund.