

## PEMBINAAN SEKOLAH DALAM RANGKA OPTIMALISASI PERSIAPAN PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS MENUJU SISWA SD YANG SEHAT DAN BERKARAKTER

Nice Maylani Asril<sup>1</sup>, Ni Komang Arie Suwastini<sup>2</sup>, I Putu Ngurah Wage Myartawan<sup>3</sup>, Ni Nengah Suartini<sup>4</sup>,  
I Made Satyawan<sup>5</sup>, Ni Nyoman Artini<sup>6</sup>

Jurusan Pendidikan Dasar FIP Undiksha<sup>1</sup>, Jurusan Bahasa Asing FBS Undiksha<sup>2</sup>, Jurusan Bahasa Asing FBS  
Undiksha<sup>3</sup>, Jurusan Bahasa Asing FBS Undiksha<sup>4</sup>, Jurusan Pendidikan Olahraga FOK Undiksha<sup>5</sup>, Jurusan  
Bahasa Asing FBS Undiksha<sup>6</sup>

Email: [nicemaylani.asril@undiksha.ac.id](mailto:nicemaylani.asril@undiksha.ac.id)

### ABSTRACT

*The Makan Bergizi Gratis (MBG) is a government programme that addresses nutritional issues that continue to affect the health and learning outcomes of students. The programme is based on the importance of balanced nutrition for the physical, cognitive and character development of primary school children. The implementation methods include identifying school readiness, training teachers and parents, providing nutritious meals based on local foods, integrating nutrition education into the curriculum, and collaborating with the community and local businesses. The results of the activities show an improvement in students' nutritional status, better understanding of nutrition, positive character changes such as discipline and responsibility, and strong support from parents and teachers. Program evaluation through surveys, interviews, and health measurements revealed excellent average ratings for food quality, student acceptance, and character development impact. Of the three participating schools, only SD Negeri 1 Banjar Jawa has implemented this programme, but MBG-related understanding has been shared with other schools to prepare them for better implementation.*

**Keywords:** MBG, primary school, healthy character

### ABSTRAK

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan program pemerintah sebagai respon atas permasalahan gizi yang masih memengaruhi kesehatan dan capaian belajar siswa. Latar belakang program ini bertumpu pada pentingnya gizi seimbang bagi perkembangan fisik, kognitif, dan karakter anak sekolah dasar. Metode pelaksanaan meliputi identifikasi kesiapan sekolah, pelatihan guru dan orang tua, penyediaan makanan bergizi berbasis pangan lokal, integrasi edukasi gizi dalam kurikulum, serta kolaborasi dengan masyarakat dan pengusaha lokal. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan status gizi siswa, pemahaman gizi yang lebih baik, perubahan karakter positif seperti disiplin dan tanggung jawab, serta dukungan kuat dari orang tua dan guru. Evaluasi program melalui survei, wawancara, dan pengukuran kesehatan mengungkap rata-rata penilaian sangat baik pada kualitas makanan, penerimaan siswa, serta dampak terhadap pembentukan karakter. Dari ketiga sekolah peserta pembinaan hanya SD Negeri 1 Banjar Jawa yang telah menyelenggarakan program ini namun inklusi pemahaman terkait MBG tetap diberikan kepada sekolah lain guna persiapan penyelenggaraan yang lebih baik.

**Kata kunci:** MBG, sekolah dasar, sehat berkarakter

### PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia, terutama di tingkat dasar, memiliki peran yang sangat krusial dalam mempersiapkan generasi penerus bangsa yang cerdas, sehat, dan siap menghadapi tantangan global. Di Kabupaten Buleleng, Bali, tantangan yang dihadapi oleh sekolah-sekolah dasar mencakup berbagai faktor, salah satunya adalah

masalah gizi yang kurang baik di kalangan siswa. Meskipun sudah ada kesadaran mengenai pentingnya pola makan sehat untuk perkembangan fisik dan kognitif anak, masih banyak siswa yang tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup (Imron et al, 2023). Hal ini berpengaruh langsung pada daya tahan tubuh siswa serta kemampuan mereka dalam menyerap materi pelajaran. Oleh karena itu,

program seperti Makan Bergizi Gratis (MBG) di sekolah-sekolah menjadi sangat relevan dan diperlukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan kesejahteraan siswa (Arafin, 2024).

Program MBG merupakan inisiatif yang diharapkan dapat meningkatkan kualitas kesehatan dan pembelajaran di sekolah-sekolah dasar di Buleleng. Tujuan utama dari program ini adalah untuk memberikan akses makanan bergizi dan sehat kepada siswa, yang pada gilirannya akan meningkatkan konsentrasi belajar, daya tahan tubuh, dan kualitas hidup mereka. Program ini dirancang untuk menyediakan makanan sehat setiap hari bagi siswa yang terlibat, dengan bahan makanan yang memenuhi standar gizi seimbang, serta memperkenalkan siswa pada pola makan yang lebih sehat dan bergizi. Meskipun demikian, untuk memastikan keberhasilan program ini, ada sejumlah tantangan yang harus dihadapi, mulai dari keterbatasan pengetahuan gizi di kalangan orang tua, kurangnya kesadaran tentang pentingnya makan sehat, hingga kendala logistik dalam pengelolaan bahan pangan sehat.

Sekolah-sekolah yang terlibat dalam program ini, yaitu SDN 1 Banjar Bali, SDN 1 Banjar Jawa, dan SDN 1 Banjar Tegal, memiliki karakteristik dan tantangan yang khas. SDN 1 Banjar Bali dan sekolah lainnya memiliki jumlah siswa yang cukup banyak dan tersebar di area yang relatif luas. Meskipun demikian, mereka juga dihadapkan pada tantangan infrastruktur, seperti keterbatasan dalam hal fasilitas kesehatan dan kurangnya fasilitas penyuluhan yang dapat mengedukasi siswa dan orang tua mengenai pentingnya pola makan sehat. Selain itu, ada juga kesenjangan dalam pengetahuan tentang pangan lokal yang sehat, yang menjadi potensi untuk memperbaiki pola makan siswa secara berkelanjutan.

Kelebihan dari sekolah-sekolah yang terlibat adalah adanya komitmen yang kuat dari pihak sekolah dan masyarakat sekitar untuk memperbaiki kualitas pendidikan dan kesehatan siswa. SDN 1 Banjar Bali dan sekolah-sekolah

lainnya memiliki sumber daya manusia yang berkompeten dalam hal pengajaran, dengan para guru yang sudah berpengalaman dan memiliki dedikasi tinggi. Namun, di sisi lain, beberapa tantangan masih perlu diatasi untuk memastikan keberlanjutan dan keberhasilan program ini. Tantangan terbesar yang dihadapi adalah bagaimana mengedukasi siswa dan orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang, serta bagaimana mengelola logistik distribusi makanan bergizi dengan efisien (Siddika et al, 2024).

Keterbatasan dalam akses informasi gizi yang tepat juga menjadi salah satu hambatan yang harus dihadapi. Banyak orang tua yang belum sepenuhnya memahami pentingnya asupan gizi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak-anak mereka, baik secara fisik maupun kognitif. Oleh karena itu, pendekatan pendidikan tentang pola makan sehat perlu dilakukan secara intensif, tidak hanya di sekolah tetapi juga di rumah. Salah satu cara untuk mengatasi hal ini adalah dengan melibatkan orang tua siswa dalam proses penyuluhan, agar mereka dapat lebih memahami pentingnya gizi seimbang dan mendukung anak-anak mereka dalam memilih makanan yang lebih sehat di rumah (Demilew et al, 2020).

Selain itu, tantangan lain yang perlu diatasi adalah terkait dengan keberlanjutan dan pengelolaan bahan pangan sehat. Meskipun bahan makanan sehat seperti sayuran, buah, dan ikan dapat diakses di sebagian besar pasar lokal, masih terdapat kesulitan dalam mengatur distribusi yang efisien untuk memenuhi kebutuhan gizi harian siswa. Dalam hal ini, kerja sama antara pihak sekolah, dinas kesehatan, dan masyarakat sangat penting untuk memastikan keberlanjutan program ini.

Keberhasilan Program Makan Bergizi Gratis ini sangat bergantung pada kolaborasi antara pihak sekolah, tenaga pendidik, orang tua, serta pemerintah daerah dalam menjalankan dan mengelola program ini. Sekolah memiliki peran sebagai fasilitator utama dalam penyediaan makanan sehat dan pemberian pendidikan

mengenai pola makan yang sehat, sementara orang tua berperan dalam mendukung pola makan sehat di rumah. Pemerintah daerah, terutama dinas pendidikan dan dinas kesehatan, juga harus memberikan dukungan penuh dalam bentuk penyuluhan, pemantauan, dan pengelolaan bahan pangan yang efisien untuk mendukung keberhasilan program ini.

Untuk mengatasi berbagai tantangan tersebut, program ini akan dilaksanakan melalui serangkaian kegiatan yang melibatkan seluruh pemangku kepentingan, mulai dari penyuluhan kepada siswa dan orang tua tentang pentingnya pola makan sehat hingga pelatihan untuk para guru mengenai cara mendidik siswa tentang kebiasaan makan yang baik. Penyuluhan ini juga akan mencakup pengenalan pangan lokal yang sehat dan penerapan menu bergizi yang dapat diterapkan dengan mudah di rumah. Selain itu, pemerintah juga akan berkolaborasi dengan petani (pengusaha makanan) lokal untuk menyediakan bahan pangan yang segar dan bergizi dengan harga yang terjangkau, yang sekaligus akan mendukung perekonomian lokal.

Akhirnya, Program Makan Bergizi Gratis diharapkan dapat menjadi model program yang dapat diterapkan di sekolah-sekolah lain di Kabupaten Buleleng dan di daerah lainnya. Dengan adanya kolaborasi antara semua pihak terkait, diharapkan program ini dapat berjalan dengan lancar, memberikan manfaat jangka panjang, dan meningkatkan kualitas hidup siswa di Buleleng melalui pendidikan yang tidak hanya mengedepankan kecerdasan intelektual tetapi juga kesehatan tubuh yang mendukung proses belajar mereka. Keberhasilan program ini akan membuka peluang bagi generasi yang lebih sehat dan cerdas untuk menghadapi tantangan masa depan yang semakin kompleks.

## METODE

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang direncanakan untuk diterapkan di tiga sekolah dasar di Kabupaten Buleleng, Bali, yakni SDN

1 Banjar Bali, SDN 1 Banjar Jawa, dan SDN 1 Banjar Tegal, akan dilaksanakan melalui pendekatan yang terstruktur, komprehensif, dan melibatkan berbagai pihak terkait. Metode pelaksanaan ini terdiri dari beberapa tahap yang saling berhubungan dan dirancang untuk mencapai tujuan utama program, yaitu meningkatkan kesehatan dan karakter siswa melalui pemberian makanan bergizi serta penyuluhan gizi yang berkelanjutan.

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang direncanakan di tiga sekolah dasar di Kabupaten Buleleng, yaitu SDN 1 Banjar Bali, SDN 1 Banjar Jawa, dan SDN 1 Banjar Tegal, disusun melalui pendekatan terstruktur, komprehensif, serta melibatkan berbagai pihak. Pelaksanaan program diawali dengan tahap persiapan yang mencakup identifikasi kesiapan sekolah, survei kondisi infrastruktur, pemahaman guru tentang gizi, serta keterlibatan orang tua.

Data status gizi siswa juga dikumpulkan sebagai dasar evaluasi. Selanjutnya dilakukan pelatihan dan penyuluhan bagi guru dan orang tua untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang, sekaligus mengajarkan integrasi pengetahuan gizi ke dalam kurikulum (Stapp et al, 2019) dan kehidupan sehari-hari dengan memanfaatkan bahan pangan lokal.

Pada tahap implementasi, pemerintah (lewat sekolah) menyediakan makanan bergizi harian dengan menu berbasis pangan lokal yang sehat, serta memastikan kebersihan dan keamanan pangan. Sebagaimana penelitian Candriasis dkk (2023) dan Budiyanto dkk (2021) yang menungkap adanya keterhubungan antara nutrisi dan karakter, bahwa program ini juga menekankan pembentukan karakter positif siswa melalui kegiatan disiplin, kerja sama, dan pembelajaran gizi terpadu. Keterlibatan masyarakat, termasuk orang tua dan petani lokal, menjadi bagian penting untuk mendukung keberlanjutan program. Agar tujuan tercapai, monitoring dan evaluasi dilakukan secara berkala dengan pengukuran status gizi, survei, dan wawancara, serta penilaian perubahan karakter siswa. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar perbaikan program di masa mendatang sekaligus

memastikan pencapaian indikator yang ditetapkan.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program diawali dengan sosialisasi yang melibatkan semua pihak terkait. Melalui pendekatan kolaboratif, Tim PKM mengundang guru, orang tua, dan stakeholder dari pemerintah daerah untuk mendiskusikan tujuan, manfaat, dan mekanisme program. Pertemuan ini memberikan kesempatan untuk mendengarkan kekhawatiran dan harapan mereka, sehingga dapat mengoptimalkan keterlibatan dan dukungan dari seluruh elemen masyarakat.

Setelah sosialisasi, kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan untuk guru dan staf sekolah. Pelatihan ini mencakup pemahaman mendalam tentang gizi seimbang, teknik penyediaan makanan sehat, dan cara mengedukasi siswa mengenai pola makan yang baik. Dengan melibatkan ahli gizi, Tim PKM memberikan informasi yang akurat dan praktis, serta cara mengintegrasikan pendidikan gizi ke dalam kurikulum yang ada. Guru dilatih untuk merancang kegiatan pembelajaran yang tidak hanya mengajarkan teori, tetapi juga melibatkan siswa dalam praktik langsung.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi MBG dalam perspektif Kesehatan dan Gizi

Di tingkat siswa, Tim PKM mengadakan sesi edukasi interaktif yang menarik. Dengan metode yang menyenangkan, seperti permainan, diskusi kelompok. Siswa diajak untuk mengenal berbagai jenis makanan bergizi dan pentingnya asupan gizi yang seimbang. Tim PKM juga mengajak mereka untuk berpartisipasi dalam merancang menu makan sehat yang dapat diimplementasikan di sekolah. Partisipasi aktif ini tidak hanya meningkatkan

pemahaman mereka, tetapi juga membangun rasa tanggung jawab terhadap kesehatan mereka sendiri.

Salah satu strategi penting dalam program ini adalah pemanfaatan bahan pangan lokal. Dengan menggandeng petani lokal, Tim PKM memastikan bahwa makanan yang disajikan tidak hanya bergizi, tetapi juga terjangkau. Menu yang dirancang mencakup daging segar, sayuran hijau, dan buah-buahan tropis yang kaya akan vitamin dan mineral. Penggunaan bahan lokal tidak hanya mendukung kesehatan siswa, tetapi juga membantu perekonomian masyarakat setempat, menciptakan sinergi antara pendidikan dan kesejahteraan ekonomi.



Gambar 2. Salah satu contoh menu MBG di SDN 1 Banjar Jawa Buleleng

Pada sosialisasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG), peserta, baik guru dan pengelola sekolah, mengajukan berbagai pertanyaan terkait persiapan dan pelaksanaan program ini, khususnya mengenai pengaruhnya terhadap karakter makan siswa. Beberapa pertanyaan yang muncul antara lain mengenai bagaimana memastikan bahwa siswa benar-benar mendapatkan manfaat dari makanan bergizi yang disediakan setiap hari. Jawabannya terletak pada pendekatan edukasi yang dilakukan di dalam dan di luar kelas, di mana siswa tidak hanya diberi makanan sehat, tetapi juga diberikan pemahaman mengenai pentingnya gizi seimbang dan manfaat dari makanan yang mereka konsumsi.

Selain itu, ada kekhawatiran apakah program ini dapat mengubah kebiasaan makan siswa yang sudah terbiasa dengan makanan cepat saji atau camilan tidak sehat. Untuk ini, Tim PKM akan memanfaatkan penyuluhan berkelanjutan dan melibatkan orang tua dalam mendukung pola

makan sehat di rumah, serta mengintegrasikan materi gizi dalam pembelajaran di sekolah agar siswa lebih memahami pentingnya pola makan sehat secara menyeluruh. Terkait dengan siswa yang mungkin menolak jenis makanan tertentu, pendekatan fleksibel akan dilakukan, dengan mengadakan survei dan forum diskusi untuk mendapatkan umpan balik dari siswa dan memastikan mereka mencoba berbagai jenis makanan sehat.



Gambar 3. Pembentukan karakter siswa lewat makan dengan model mirip *megibung*

Pertanyaan juga muncul mengenai keberlanjutan program ini, terutama dalam membentuk karakter makan yang sehat di kalangan siswa. Program ini akan dijalankan dengan pembiasaan yang berkelanjutan melalui evaluasi rutin untuk memonitor perubahan pola makan siswa. Pengukuran dilakukan dengan observasi langsung dan survei untuk menilai apakah siswa mulai memilih makanan sehat, baik di sekolah maupun di rumah.

Dengan pendekatan yang melibatkan pendidikan, pengelolaan yang baik, dan keterlibatan orang tua serta masyarakat, diharapkan program MBG dapat membentuk karakter makan siswa yang lebih sehat dan berkelanjutan, tidak hanya di sekolah, tetapi juga di kehidupan sehari-hari mereka.

Umpan balik dari siswa, guru, dan orang tua sangat berharga dalam mengevaluasi keberhasilan program. Survei dilakukan untuk mengumpulkan perspektif mereka mengenai perubahan pola makan dan kesadaran gizi. Hasil menunjukkan bahwa 80% siswa merasa lebih memahami pentingnya makanan bergizi, sementara 75% orang tua melaporkan bahwa mereka mulai memperhatikan asupan gizi anak-anak mereka. Ini menunjukkan bahwa program tidak hanya berdampak pada siswa, tetapi juga mendorong perubahan positif di tingkat keluarga.



Gambar 4. Pihak sekolah bersinergi dengan masyarakat (perwakilan orang tua) dan aparat dalam menukseskan program MBG

Namun, tantangan tetap ada. Beberapa siswa masih terpengaruh oleh kebiasaan makan yang tidak sehat di luar sekolah. Untuk mengatasi hal ini, Tim PKM merencanakan program lanjutan yang akan melibatkan komunitas lebih luas, termasuk pedagang makanan dan restoran di sekitar sekolah. Sosialisasi mengenai pentingnya penyajian makanan sehat akan dilakukan untuk menciptakan ekosistem yang mendukung pola makan bergizi di luar lingkungan sekolah.

Berikut adalah tabel hasil evaluasi Program Makan Bergizi Gratis:

Indikator	Skala Penilaian	Rata-rata	Kriteria Penilaian
<b>Kualitas Makanan Bergizi</b>	1-5 (1=buruk, 5=sangat baik)	4,5	Kesesuaian gizi, keberagaman menu, kualitas bahan makanan
<b>Penerimaan dan Pemahaman Siswa</b>	1-5 (1=tidak paham, 5=sangat paham)	4,2	Pemahaman siswa mengenai pentingnya gizi dan pola makan sehat

Indikator	Skala Penilaian	Rata-rata	Kriteria Penilaian
Penerimaan Orang Tua dan Guru	1-5 (1=tidak mendukung, 5=sangat mendukung)	(1=tidak mendukung, 5=sangat mendukung) 4,6	Keterlibatan dan pemahaman orang tua dan guru terhadap program
Perubahan Karakter Siswa	1-5 (1=tidak berubah, 5=sangat berubah)	4,3	Perubahan dalam kedisiplinan, tanggung jawab, kerjasama, dan empati
Dampak terhadap Kehidupan Sehat dan Berkarakter Siswa	1-5 (1=tidak ada dampak, 5=dampak sangat positif)	4,5	Peningkatan kebiasaan hidup sehat dan karakter siswa setelah program

Tabel di atas merangkum hasil evaluasi program dengan indikator, skala penilaian, rata-rata nilai, dan kriteria penilaian yang digunakan untuk menilai keberhasilan Program Makan Bergizi Gratis.

Hasil evaluasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di Kabupaten Buleleng menunjukkan keberhasilan yang signifikan dalam berbagai aspek. Berikut adalah uraian detail mengenai setiap indikator yang dinilai dalam evaluasi ini.

### 1. Kualitas Makanan Bergizi

Dengan rata-rata penilaian 4,5 dari skala 1 hingga 5, kualitas makanan yang disediakan dalam program ini dinilai sangat baik. Kriteria penilaian mencakup kesesuaian gizi, keberagaman menu, dan kualitas bahan makanan.

Kesesuaian gizi merujuk pada seberapa baik makanan yang disajikan memenuhi kebutuhan nutrisi anak, termasuk karbohidrat, protein, lemak sehat, serta vitamin dan mineral. Menu yang disajikan tidak hanya berfokus pada satu jenis makanan saja, tetapi mencakup berbagai sumber nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Keberagaman menu sangat penting karena membantu mencegah kebosanan siswa terhadap makanan yang disajikan, sekaligus memperkenalkan mereka pada berbagai jenis makanan sehat. Kualitas bahan makanan juga menjadi fokus utama, dengan penggunaan bahan pangan lokal yang berkualitas tinggi, seperti ikan segar, sayuran hijau, dan buah-buahan tropis. Hal ini tidak hanya meningkatkan nilai gizi dari makanan, tetapi juga mendukung perekonomian lokal.

### 2. Penerimaan dan Pemahaman Siswa

Rata-rata penilaian pada indikator ini adalah 4,2, yang menunjukkan bahwa pemahaman siswa mengenai pentingnya gizi dan pola makan sehat telah meningkat secara signifikan. Sebelum program dilaksanakan, banyak siswa yang tidak sepenuhnya menyadari dampak dari pola makan mereka terhadap kesehatan dan prestasi akademik.

Melalui sesi edukasi yang interaktif, siswa diajarkan tentang pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan mengenal berbagai jenis makanan sehat. Metode penyuluhan yang melibatkan permainan dan diskusi kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman mereka. Banyak siswa yang kini mampu menjelaskan dengan baik tentang manfaat makanan bergizi, serta cara memilih makanan yang sehat.

### 3. Penerimaan Orang Tua dan Guru

Indikator ini mencatat rata-rata penilaian sebesar 4,6, yang menunjukkan dukungan yang sangat baik dari orang tua dan guru terhadap program MBG. Keterlibatan orang tua dan guru merupakan elemen penting dalam keberhasilan program ini, karena mereka berperan sebagai pengawas dan pendukung pola makan sehat siswa.

Melalui pertemuan rutin dan sosialisasi, orang tua diberi informasi tentang pentingnya pola makan sehat dan bagaimana mereka dapat mendukung anak-anak mereka dalam hal ini. Banyak orang tua yang merasa lebih teredukasi dan termotivasi untuk menyajikan makanan bergizi di rumah. Dukungan dari guru, yang juga menjadi contoh dalam menerapkan pola

makan sehat, semakin memperkuat komitmen orang tua dan siswa.

#### 4. Perubahan Karakter Siswa

Rata-rata penilaian untuk perubahan karakter siswa adalah 4,3, yang menunjukkan adanya perubahan positif dalam sikap dan perilaku siswa. Kriteria penilaian mencakup kedisiplinan, tanggung jawab, kerjasama, dan empati.

Siswa menunjukkan peningkatan dalam kedisiplinan, misalnya dengan menjaga kebersihan dan mengikuti aturan yang ditetapkan selama waktu makan. Tanggung jawab juga terlihat dari sikap siswa dalam memilih makanan sehat dan mengingatkan teman-teman mereka untuk melakukan hal yang sama. Selain itu, siswa yang terlibat dalam kegiatan kelompok menunjukkan peningkatan dalam kerjasama, yang merupakan nilai penting dalam pembelajaran di sekolah.

#### 5. Dampak terhadap Kehidupan Sehat dan Berkarakter Siswa

Indikator terakhir mencatat rata-rata penilaian sebesar 4,5, menunjukkan bahwa program ini memberikan dampak yang sangat positif terhadap kebiasaan hidup sehat dan karakter siswa. Banyak siswa yang mulai menunjukkan kebiasaan hidup sehat, seperti beraktivitas fisik secara teratur dan memilih makanan sehat baik di sekolah maupun di rumah.

Perubahan ini tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga mental dan emosional siswa. Dengan pola makan yang lebih baik, siswa

merasa lebih energik dan fokus dalam kegiatan belajar mereka. Karakter positif yang terbentuk melalui program ini diharapkan dapat menjadi bekal bagi siswa dalam menjalani kehidupan yang lebih sehat dan berdaya saing di masa depan.



Gambar 5. Siswa SDN 1 Banjar Jawa gemar makan sayur dan buah yang terdapat pada menu MBG

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis berhasil mencapai tujuannya dengan baik. Peningkatan kualitas makanan, pemahaman siswa, dukungan orang tua dan guru, serta perubahan status gizi dan karakter siswa semua menunjukkan dampak yang signifikan dari program ini. Keberlanjutan dan dukungan lebih lanjut dari semua pihak sangat penting untuk memastikan bahwa generasi mendatang dapat tumbuh sehat dan berkarakter. Program ini berpotensi menjadi model bagi sekolah-sekolah lain dalam upaya menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan dan pendidikan yang berkualitas.

### SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan optimalisasi persiapan sekolah dalam menyambut Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di tiga sekolah dasar di Kabupaten Buleleng menghasilkan dampak yang sangat positif terhadap kesehatan sekaligus perkembangan karakter siswa. Melalui pendekatan kolaboratif yang melibatkan guru, siswa, orang tua, dan masyarakat, program ini tidak hanya berhasil menyediakan makanan bergizi sesuai kebutuhan sekolah, tetapi juga meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang. Menu yang disajikan beragam dan memenuhi standar gizi, dengan memperhatikan

keseimbangan antara sumber protein, karbohidrat, sayuran, serta buah-buahan.

Peningkatan pemahaman siswa tentang pola makan sehat tampak jelas melalui kegiatan edukatif yang interaktif dan menyenangkan. Mereka tidak hanya mengenal manfaat gizi, tetapi juga mulai terbiasa mengambil keputusan yang bertanggung jawab dalam memilih makanan. Dukungan orang tua dan guru semakin memperkuat keberhasilan program, karena mereka ikut terlibat aktif dalam membangun lingkungan sekolah yang mendukung pola makan sehat.

Selain berfokus pada aspek gizi, program ini turut memberikan dampak pada pembentukan

karakter siswa. Nilai-nilai positif seperti disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama ditanamkan melalui pembiasaan sehari-hari, sehingga siswa lebih siap menghadapi tantangan sekaligus mampu berkontribusi positif bagi lingkungannya. Secara keseluruhan, keberhasilan program ini menunjukkan pentingnya pendekatan holistik dalam mengatasi permasalahan gizi anak. Dengan dukungan berkelanjutan, program MBG berpotensi diperluas ke sekolah lain, disertai pelatihan guru, penyuluhan orang tua, serta monitoring dan evaluasi rutin untuk menjamin dampak positif jangka panjang.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arafin, M. (2024). Impact of school meals in Bangladesh. *World Journal of Advanced Research and Reviews*. <https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.23.3.2663>
- Barnabás, B., Agyemang, S. A., Zhllima, E., & Bavorová, M. (2023). Impact of Homegrown School Feeding Program on Smallholders' Farmer Household Food Security in Northeastern Nigeria. *Foods*. <https://doi.org/10.3390/foods12122408>
- Budiyanto, M. A. K., Aminah, T., & Husmah, H. (2021). Character Education Strategies of Eating in Indonesian Schools. *International Journal of Social Science and Human Research*, 04(03), 229–232. <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v4-i3-01>
- Candriasiyah, P., Tempali, S. R., Wijianto, & Taslim. (2023). Character Formation of Nutrition Aware Adolescents in an Effort to Prevent Triple Burden in Students of the Civil Integrated Model High School in Palu City Department of Nutrition , Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palu , Palu , Central Sulawesi. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 17(2), 426–436. <https://doi.org/https://doi.org/10.33860/jik.v17i2.2558>
- Chatterjee, P., & Nirgude, A. (2024). A Systematic Review of School-Based Nutrition Interventions for Promoting Healthy Dietary Practices and Lifestyle Among School Children and Adolescents.
- Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.53127>
- Demilew, Y. M., Demilew, Y. M., Nigussie, A. A., & Nigussie, A. A. (2020). The relationship between school meals with thinness and stunting among primary school students, in Meket Wereda, Ethiopia: comparing schools with feeding and non-feeding program. *BMC Nutrition*. <https://doi.org/10.1186/s40795-020-00358-3>
- Imron, A., Mustiningsih, M., Rochmawati, R., Kasimba, R. P., Dami, Z. A., & Nisa, K. (2023). Healthy living character-building strategies: A systematic literature review. *Cogent Social Sciences*, 9(1). <https://doi.org/10.1080/23311886.2023.195080>
- Rumayya S.E. Ph.D., M. R. D., Rahayu, T., Nindya, T., Prameswari, Z., & Akhsani, O. (2023). Socialization And Training In Wild Plant Processing Superfood For PKK Women And Primary School Children To Overcome Stunting In Kuripansari Village. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*. <https://doi.org/10.20473/jlm.v8i1.2024.074-085>
- Siddika, M. A., & Chakraborty, D. (2024). The Role Of Nutrition In Early Childhood Development And Its Impact On Educational Outcomes. *Non Human Journal*. <https://doi.org/10.70008/jeser.v1i01.55>
- Stapp, A., Stapp, A. C., Stapp, A. C., Valliant, M., Valliant, M. W., Knight, K., Knight, K., Goldthorpe, L., & Goldthorpe, L. (2019). Teachers' Perceptions of Nutrition-Integrated Curriculum and its Impact on Development and Sustainability. *Research Journal of Food and Nutrition*. <https://doi.org/10.22259/2637-5583.0301004>