MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 23 No 1 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

HUBUNGAN KUALITAS MAKANAN BERGIZI GRATIS DENGAN MINAT KONSUMSI SISWA DI SMA NEGERI 6 KOTA MAKASSAR

Suci Sagita Ramadhani Fadly[1], Jalil Genisa[2], Musfirah,[3]
Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Tamalatea Makassar
E-mail: ramadhanisucisagita@gmail.com

Abstract

The Free Nutritious Meals Program is one of the government's efforts to improve students' nutritional needs to support growth, health, and learning. However, the program's success is not solely determined by the availability of food but also by the quality of the food students receive. Nutritious Meals and student consumption interest at State Senior High School 6 Makassar City. The research method used was a quantitative cross-sectional design. The sampling technique used was simple random sampling, with a sample size of 182 respondents. The research instrument was a questionnaire. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with a Chi-Square test at a significance level of α = 0.05. The results showed a relationship between menu variety and student consumption interest (ρ value = 0.001). There was a relationship between taste and student consumption interest (ρ value = 0.000). There was a relationship between food aroma and student consumption interest (ρ value = 0.006). There was a relationship between food texture and student consumption interest (ρ value = 0.009). There was a relationship between food appearance and student consumption interest (ρ value = 0.000). The conclusion of this study indicates that the quality of Free Nutritious Meals, including menu variety, taste, aroma, texture, and appearance, is related to student consumption interest at State Senior High School 6 Makassar City. It is recommended that program organizers continue to improve the quality of the food served to meet student preferences, thereby increasing consumption interest and supporting the success of the The Free Nutritious Meals Program.

Keywords : Food Quality, Free Nutritious Meals, Interest in Consumption, Students of Makassar City State Senior High School 6

Abstrak

Program Makanan Bergizi Gratis merupakan salah satu upaya pemerintah dalam meningkatkan pemenuhan gizi siswa untuk mendukung pertumbuhan, kesehatan, dan proses belajar. Namun, keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh tersedianya makanan, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas makanan yang diterima siswa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kualitas Makanan Bergizi Gratis dengan minat konsumsi siswa di SMA Negeri 6 Kota Makassar. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan

Article history
Received: Mei 2026
Reviewed: Mei 2026
Published: Mei 2026
Plagirism checker no 234.8576

Copyright : Author
Publish by : Nutricia

This work is licensed under a creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license

simple random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 182 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji Chi-Square pada tingkat kemaknaan α = 0,05. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan variasi menu dengan minat konsumsi siswa dengan nilai ρ value = 0,001. Terdapat hubungan cita rasa dengan minat konsumsi siswa dengan nilai ρ value = 0,000. Terdapat hubungan aroma makanan dengan minat konsumsi siswa dengan nilai ρ value = 0,006. Terdapat hubungan tekstur makanan dengan minat konsumsi siswa dengan nilai ρ value = 0,009. Terdapat hubungan penampilan makanan dengan minat konsumsi siswa dengan nilai ρ value = 0,000. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas Makanan Bergizi Gratis yang meliputi variasi menu, cita rasa, aroma makanan, tekstur makanan, dan penampilan makanan memiliki hubungan dengan minat konsumsi siswa di SMA Negeri 6 Kota Makassar. Disarankan kepada pihak penyelenggara program untuk terus meningkatkan kualitas makanan yang disajikan agar sesuai dengan preferensi siswa sehingga dapat meningkatkan minat konsumsi dan mendukung keberhasilan program Makanan Bergizi Gratis.

Kata Kunci : Kualitas Makanan, Makanan Bergizi Gratis, Minat Konsumsi, Siswa SMA Negeri 6 Kota Makassar

PENDAHULUAN

Pendidikan yang berkualitas tidak hanya bergantung pada kurikulum dan metode pembelajaran, tetapi juga pada faktor eksternal yang memengaruhi perkembangan kognitif dan fisik siswa. Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap keberhasilan pendidikan adalah kecukupan gizi anak sekolah, yang berperan dalam meningkatkan daya pikir, stamina, dan ketahanan belajar mereka. Asupan gizi yang memadai memungkinkan siswa untuk lebih fokus dalam proses pembelajaran, sehingga mereka dapat menyerap materi dengan lebih efektif. Selain itu, gizi yang baik juga berdampak pada perkumbangan fisik yang optimal, yang pada gilirannya mendukung aktivitas motorik serta interaksi sosial di lingkungan sekolah (World Food Programme, 2022). Namun, di berbagai negara berkembang, termasuk Indonesia, ketimpangan akses terhadap makanan bergizi masih menjadi tantangan serius yang berdampak langsung pada kualitas pendidikan.

Program makan bergizi gratis merupakan inisiatif pemerintah yang dirancang untuk menyediakan makanan sehat dan bernutrisi secara gratis bagi kelompok masyarakat tertentu, terutama siswa sekolah dasar, menengah pertama, dan menengah atas. Kebijakan ini bertujuan meningkatkan kualitas pendidikan, kesehatan, serta kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan. Studi oleh Swaminathan et al. (2021) dalam The Lancet Child & Adolescent Health menunjukkan bahwa program serupa di negara berkembang berhasil meningkatkan asupan gizi harian anak sekolah hingga 20-30%, sehingga mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan terkait kelaparan nol. Program tersebut secara khusus difokuskan pada pemenuhan kebutuhan gizi harian anak, pengurangan prevalensi stunting, serta peningkatan kehadiran dan konsentrasi belajar siswa di sekolah. Menurut Prof. Dr. Tria Astika EP, SKM., M.KM., inisiatif ini mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak selama sesuai standar gizi seimbang serta mempertimbangkan faktor-faktor terkait status gizi dan kesehatan (Astika, 2023). Penelitian Alderman et al. (2019) di Journal of Development Economics

mengonfirmasi bahwa intervensi makanan gratis di sekolah dapat menurunkan angka stunting hingga 15% dan meningkatkan tingkat kehadiran siswa sebesar 10-25% di wilayah pedesaan.

Dalam konteks program Makanan Bergizi Gratis, minat konsumsi siswa menjadi indikator penting dalam menilai keberhasilan program. Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa tidak semua makanan yang disediakan dalam program intervensi gizi diminati dan dikonsumsi secara optimal oleh siswa. Secara global, minat konsumsi makanan bergizi dipengaruhi oleh faktor sensorik seperti cita rasa, keragaman menu, tekstur, aroma, dan tampilan makanan yang berkontribusi sekitar 60% terhadap penerimaan siswa, sedangkan faktor lingkungan seperti waktu makan dan pengawasan guru berkontribusi sekitar 40% (Fernandes et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa kualitas makanan memiliki peran dominan dalam menentukan keberhasilan konsumsi makanan di sekolah. Di Indonesia, penyesuaian makanan dengan preferensi lokal terbukti dapat meningkatkan minat konsumsi siswa hingga 25%. Namun, pada praktiknya masih ditemukan berbagai kendala, khususnya terkait kualitas makanan yang disediakan dan kesesuaiannya dengan selera siswa.

Lebih lanjut, Rahmah et al. (2025) membuktikan MBG mampu memperbaiki pola makan, status gizi, dan tingkat kehadiran siswa. Namun, studi ini lebih menyoroti efektivitas program secara keseluruhan tanpa mendalami sejauh mana makanan yang disajikan benar-benar diminati dan dikonsumsi siswa, yang menjadi celah pada indikator minat konsumsi sebagai ukuran keberhasilan program. Sementara itu, Irawan (2025) melaporkan 95% siswa mengonsumsi MBG, yang berkontribusi positif pada konsentrasi dan motivasi belajar. Fokus penelitian tersebut terletak pada dampak konsumsi terhadap prestasi akademik, bukan pada faktor pendorong minat konsumsi seperti rasa, tekstur, aroma, tampilan, dan variasi makanan. Rahmiwati et al. (2025) mengungkap bahwa sebagian siswa meninggalkan MBG karena minimnya pemahaman gizi, menandakan konsumsi yang belum optimal. Penelitian ini menekankan pengetahuan sebagai faktor utama tanpa meneliti pengaruh langsung kualitas makanan terhadap minat konsumsi siswa. Akhirnya, Notha et al. (2025) menyimpulkan bahwa MBG meningkatkan partisipasi dan kesiapan belajar siswa. Sayangnya, pendekatan kualitatif yang digunakan belum menyediakan data kuantitatif tentang minat konsumsi siswa, sehingga hubungan antara kualitas makanan dengan minat konsumsi belum terukur secara jelas.

Berdasarkan observasi awal yang penulis lakukan di SMA Negeri 6 Kota Makassar, banyak siswa yang tidak tertarik mengonsumsi makanan yang diberikan karena rasanya kurang enak, menu membosankan, tekstur makanan tidak sesuai, aroma makanan kurang enak, dan tampilan makanan kurang menarik. Kondisi tersebut mengakibatkan siswa sering tidak menghabiskan makanan yang diberikan dan menyisakan hampir setengah dari porsi yang disediakan. Berdasarkan hal tersebut, terdapat kebutuhan untuk melakukan penelitian yang lebih spesifik mengenai hubungan kualitas makanan bergizi gratis dengan minat konsumsi siswa, khususnya di tingkat SMA dan dalam konteks lokal. Oleh karena itu, penelitian tentang hubungan kualitas makanan bergizi gratis dengan minat konsumsi siswa di SMA Negeri 6 Kota Makassar sangat relevan dilakukan. Kajian ini akan memberikan wawasan spesifik tentang pengaruh kualitas makanan terhadap minat konsumsi siswa, sekaligus menyediakan rekomendasi praktis untuk optimalisasi program MBG agar lebih diterima oleh siswa.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengkajian spesifik hubungan Kualitas Makanan Bergizi Gratis dengan minat konsumsi siswa, yang masih jarang dieksplorasi. Sejauh ini, studi MBG lebih banyak menyoroti dampaknya terhadap status gizi, kehadiran sekolah, atau prestasi akademik, tanpa memverifikasi apakah makanan yang disediakan benar-benar dikonsumsi secara optimal oleh siswa.

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif untuk mengungkap korelasi langsung antara kualitas menu seperti rasa, keragaman, dan penyajia ndengan perilaku konsumsi siswa. Dengan demikian, kajian ini memperkenalkan perspektif segar: keberhasilan MBG tidak hanya bergantung pada ketersediaan makanan, melainkan juga tingkat penerimaannya oleh siswa, khususnya dalam konteks lokal SMA Negri 6 Kota Makassar.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019), penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, yang dianggap sebagai metode ilmiah atau scientific karena memenuhi kaidah ilmiah secara konkret atau empiris, objektif, terukur, rasional, dan sistematis. Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross-sectional. Menurut Sugiyono (2021), penelitian cross-sectional adalah jenis penelitian observasional yang menggunakan data dari populasi atau sampel pada waktu tertentu dan digunakan untuk menemukan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Desain ini memiliki beberapa keuntungan, termasuk menghemat waktu dan biaya karena data dikumpulkan pada waktu tertentu.

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

1. Hubungan Variasi Menu dengan Minat Konsumsi

   Hasil penelitian menunjukkan bahwa variasi menu Makanan Bergizi Gratis berhubungan signifikan dengan minat konsumsi siswa dengan nilai p-value 0,001. Dari 173 responden yang menilai variasi menu baik, terdapat 171 responden berminat. Sementara itu, dari 9 responden yang menilai variasi menu kurang, terdapat 3 responden yang kurang berminat. Temuan ini membuktikan bahwa siswa lebih berminat mengonsumsi makanan bergizi gratis apabila menu yang disajikan beragam, tidak monoton, memiliki kombinasi lauk dan sayur yang bervariasi, serta terdapat perbedaan menu dari hari ke hari. Variasi menu yang baik membuat siswa tidak mudah bosan dan lebih tertarik untuk menghabiskan makanan serta ingin mengonsumsinya kembali jika program dilaksanakan lagi. Hasil penelitian ini sejalan dengan artikel ilmiah yang ditulis oleh Hastuti dan Hariyadi (2025) mengenai implementasi Program Makanan Bergizi Gratis, yang melaporkan bahwa salah satu tantangan dalam pelaksanaan program adalah keterbatasan variasi menu sehingga dapat memengaruhi tingkat penerimaan makanan oleh siswa. Selain itu, hasil penelitian yang dipublikasikan dalam jurnal oleh Rahmah et al. (2025) menunjukkan bahwa keberhasilan program MBG dalam meningkatkan status gizi dan pola makan siswa dipengaruhi oleh kualitas menu yang disajikan, termasuk keberagaman jenis makanan. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Irawan (2025) yang menunjukkan bahwa makanan sekolah dengan menu yang lebih bervariasi memiliki peluang lebih besar untuk dikonsumsi hingga habis oleh siswa.

2. Hubungan Cita Rasa dengan Minat Konsumsi

   Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara cita rasa Makanan Bergizi Gratis dan minat konsumsi siswa dengan nilai p value 0,000. Dari 177 responden yang menilai cita rasa makanan baik, terdapat 175 responden berminat. Sebaliknya, dari 5 responden yang menilai cita rasa kurang, terdapat 3 responden kurang berminat. Temuan ini memperlihatkan bahwa siswa cenderung memiliki minat konsumsi yang lebih tinggi apabila makanan yang diberikan memiliki rasa yang enak, sesuai dengan selera mereka, memiliki penggunaan bumbu yang pas, dan memberikan pengalaman makan yang menyenangkan. Cita rasa yang baik dapat meningkatkan keinginan siswa untuk mencoba, menikmati, dan mengonsumsi kembali makanan yang disediakan. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori kualitas makanan yang dikemukakan dalam buku Food Science karya Potter dan Hotchkiss (2012), yang menjelaskan bahwa cita rasa merupakan salah satu karakteristik sensorik utama yang memengaruhi penerimaan konsumen terhadap makanan. Temuan ini juga didukung oleh artikel ilmiah Hastuti dan Hariyadi (2025) yang melaporkan bahwa cita rasa makanan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat penerimaan siswa terhadap Program Makanan Bergizi Gratis. Selain itu, hasil penelitian Rahmah et al. (2025) yang dipublikasikan dalam jurnal menunjukkan bahwa makanan dengan cita rasa yang sesuai dengan preferensi siswa cenderung lebih diterima, meningkatkan minat konsumsi, serta mengurangi sisa makanan di sekolah.

3. Hubungan Aroma Makanan dengan Minat Konsumsi

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa aroma makanan berhubungan signifikan dengan minat konsumsi siswa dengan nilai p-value 0,006. Dari 165 responden yang menilai aroma makanan baik, terdapat 163 responden berminat. Sebaliknya, dari 17 responden yang menilai aroma makanan kurang, terdapat 3 responden kurang berminat. Ini menunjukkan bahwa aroma makanan yang sedap, sesuai dengan jenis makanan, tidak menimbulkan bau yang mengganggu, serta mampu meningkatkan selera makan dapat memengaruhi ketertarikan siswa dalam mengonsumsi makanan bergizi gratis. Semakin baik aroma makanan, semakin tinggi minat siswa untuk mengonsumsinya. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori kualitas makanan yang dikemukakan oleh Gaman dan Sherrington dalam buku yang dikutip oleh Adinugraha dan Michael (2014), yang menjelaskan bahwa aroma merupakan salah satu karakteristik sensorik yang berperan penting dalam menentukan kualitas dan penerimaan makanan oleh konsumen. Temuan ini juga didukung oleh hasil penelitian Irawan (2025) yang dipublikasikan dalam jurnal, yang menunjukkan bahwa aroma makanan yang baik dapat meningkatkan keinginan siswa untuk mengonsumsi makanan sekolah. Selain itu, penelitian Rahmiwati et al. (2025) dalam jurnal ilmiah melaporkan bahwa aroma makanan yang sedap berhubungan dengan meningkatnya minat makan pada anak dan remaja.

4. Hubungan Tekstur dengan Minat Konsumsi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekstur makanan berhubungan signifikan dengan minat konsumsi siswa, dengan nilai p-value 0,009. Dari 176 responden yang menilai tekstur makanan baik, terdapat 173 responden berminat. Sementara itu, dari 6 responden yang menilai tekstur makanan kurang, terdapat 2 responden kurang berminat. Temuan ini memperlihatkan bahwa siswa lebih tertarik mengonsumsi makanan apabila teksturnya nyaman saat dimakan, mudah dikunyah, tidak terlalu keras maupun terlalu lembek, dan sesuai dengan jenis makanan yang disajikan. Tekstur yang sesuai dapat meningkatkan kenyamanan siswa selama mengonsumsi makanan sehingga mendorong minat konsumsi. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori kualitas makanan yang dijelaskan dalam buku Food Science karya Potter dan Hotchkiss (2012), yang menyatakan bahwa tekstur merupakan salah satu atribut sensorik yang menentukan tingkat penerimaan konsumen terhadap makanan. Temuan ini juga didukung oleh hasil penelitian Rahmah et al. (2025) yang dipublikasikan dalam jurnal, yang menunjukkan bahwa makanan dengan tekstur yang sesuai dengan preferensi siswa lebih mudah diterima dan memiliki kemungkinan lebih besar untuk dikonsumsi hingga habis dibandingkan makanan dengan tekstur yang kurang sesuai.

5. Hubungan Penampilan Makanan dengan Minat Konsumsi

Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara penampilan makanan dengan minat konsumsi siswa dengan nilai p-value 0,000. Dari 178 responden yang menilai penampilan makanan baik, terdapat 176 responden berminat. Sebaliknya, dari 4 responden yang menilai penampilan makanan kurang, terdapat 3 responden kurang berminat. Ini menunjukkan bahwa tampilan makanan yang menarik, warna yang menggugah selera, penyajian yang rapi, serta kombinasi tampilan makanan yang serasi dapat meningkatkan ketertarikan siswa untuk mengonsumsi MBG. Penampilan makanan menjadi salah satu faktor awal yang memengaruhi keputusan siswa untuk mencoba dan menghabiskan makanan yang diberikan. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori kualitas makanan yang dijelaskan dalam buku Food Science karya Potter dan Hotchkiss (2012), yang menyatakan bahwa penampilan (appearance) merupakan salah satu atribut visual yang memengaruhi persepsi awal konsumen terhadap kualitas makanan. Temuan ini juga didukung oleh artikel ilmiah Hastuti dan Hariyadi (2025) yang melaporkan bahwa tampilan makanan yang menarik dapat meningkatkan penerimaan siswa terhadap Program Makanan Bergizi Gratis. Selain itu, hasil penelitian Irawan (2025) yang dipublikasikan dalam jurnal menunjukkan bahwa makanan sekolah yang disajikan dengan tampilan yang menarik memiliki peluang lebih besar untuk

dikonsumsi hingga habis oleh siswa.

KESIMPULAN

Setelah melakukan penelitian dan diolah secara statistik, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara variasi menu Makanan Bergizi Gratis dengan minat konsumsi siswa (p = 0,001). Artinya, sebagian besar responden yang menilai variasi menu baik memiliki minat konsumsi yang tinggi, sehingga semakin beragam menu yang disajikan, semakin tinggi pula minat siswa untuk mengonsumsi Makanan Bergizi Gratis.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara cita rasa Makanan Bergizi Gratis dengan minat konsumsi siswa (p = 0,000). Artinya, cita rasa yang sesuai dengan selera siswa berperan dalam meningkatkan ketertarikan, penerimaan, dan keinginan siswa untuk mengonsumsi Makanan Bergizi Gratis.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara aroma Makanan Bergizi Gratis dengan minat konsumsi siswa (p = 0,006). Artinya, aroma makanan yang sedap dan sesuai dengan jenis makanan dapat meningkatkan selera makan serta minat siswa untuk mengonsumsi Makanan Bergizi Gratis.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara tekstur Makanan Bergizi Gratis dengan minat konsumsi siswa (p = 0,009). Artinya, tekstur makanan yang nyaman saat dikonsumsi, tidak terlalu keras maupun terlalu lembek, berkontribusi terhadap meningkatnya minat konsumsi siswa.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara penampilan Makanan Bergizi Gratis dengan minat konsumsi siswa (p = 0,000). Artinya, penampilan makanan yang menarik, rapi, dan menggugah selera menjadi salah satu faktor yang meningkatkan ketertarikan siswa untuk mengonsumsi Makanan Bergizi Gratis.

DAFTAR PUSTAKA

Adinugraha, A. T., & Michael, S. H. (2015). Analisa pengaruh kualitas makanan dan persepsi harga terhadap kepuasan konsumen D'Cost Surabaya. *Jurnal Hospitality dan Manajemen Jasa, 3*(2), 643–655.

Agustina. (2025). Society: Jurnal pengabdian masyarakat. *Society: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4*(4), 513–520.

Akmalia, I., Atika, D., Rahmatika, E., Zulva, A. A., Safitri, I. A. N., Princessa, R. A. R., Sabila, R. F., & Fatmawati, A. (2025). Analisis dampak program makan bergizi gratis (MBG) terhadap konsentrasi dan kedisiplinan belajar siswa sekolah dasar. *JIPSD: Jurnal Inovasi Pendidikan Sekolah Dasar, 2*(2), 125–137.

Alderman, H. (2014). *Can school feeding programs improve learning and reduce poverty?* World Bank Policy Research Working Paper.

Aliah Istiqomah, Kristin Masmur, S., Ribby Aurellia Amali, & Sulis Tiawati. (2024). Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi, 2*(2), 67–74. https://doi.org/10.57213/antigen.v2i2.260

Almatsier, S., Ali, S., & Pradana, R. (2009). *Prinsip dasar ilmu gizi*.

Amanda, F., Tangkas, M., & Dewi, N. U. (2026). Analisis hubungan program makan bergizi gratis, *10*(April), 448–455.

Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.

Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Edisi revisi). Rineka Cipta.

Bhutta, Z. A., Das, J. K., Rizvi, A., Gaffey, M. F., Walker, N., Horton, S., Webb, P., Lartey, A., & Black, R. E. (2013). Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: What can be done and at what cost? *The Lancet, 382*(9890), 452–477. https://doi.org/10.1016/S01406736(13)60996-4

Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., Martorell, R., Uauy, R., & Maternal and Child Nutrition Study Group. (2021). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet, 397*(10290), 200–215. https://doi.org/10.1016/S01406736(20)32540-0

Bundy, D. A. P., et al. (2009). *Rethinking school feeding*. World Bank.

Desiani, N., & Syafiq, A. (2025). Efektivitas program makan gratis pada status gizi siswa sekolah dasar: Tinjauan sistematis. *Malahayati Nursing Journal, 7*(1), 27–48.

Faisal Syamsu, R., Anisha Putry, R., & Mitresna Widyadhana, N. (2025). Tinjauan nilai gizi dari program makan bergizi gratis (MBG) presiden RI. *Jurnal Kesehatan Tambusai, 6*(4), 14843.

Ferdinand, A. (2006). *Metode penelitian manajemen: Pedoman penelitian untuk penulisan skripsi, tesis, dan disertasi ilmu manajemen*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Food and Agriculture Organization (FAO) Food and Agriculture Organization. (2021). *School food and nutrition framework*. Rome: FAO.

Gaman, P., & Sherrington, K. B. (1996). *The science of food: An introduction to food science, nutrition and microbiology* (3rd ed.). Oxford, England: Butterworth-Heinemann.

Hardinsyah, H., & Supariasa, I. (2017). *Ilmu gizi: Teori & aplikasi*. EGC.

Hasan, N. H., Thaiyeb, M., & Patongai, D. D. P. U. S. (2025). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan status gizi peserta didik. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, 10*(3).

Hasibuan, N. H., Armanda, T. B., Aulya, F., Fauzi, M. I., & Ivanna, J. (2025). Analisis kebijakan program makan bergizi gratis (MBG) terhadap peningkatan motivasi dan konsentrasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai, 9*(1), 10611–10615.

Hastuti, R., & Hariyadi, A. M. (2026). Implementasi program makan bergizi gratis di sekolah: Tinjauan literatur. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan, 8*(1), 16–21.

Herniati, N., & Idawati. (2025). Efektivitas program pemerintah MBG terhadap minat belajar anak usia dini, *6*(1), 88–98. https://doi.org/10.37216/aura.v6i1.2484

Horn, L. van, Archer, S., Thedford, K., & Baltes, A. (2017). *Dietary assessment methodology*. http://www.sciencedirect.com

Hu, F. B. (2019). Dietary pattern analysis. *The American Journal of Clinical Nutrition, 109*(Supplement_1), 1S–2S.

Irawan, M. F. (2025). Dampak program makanan bergizi gratis (MBG) terhadap konsentrasi dan motivasi belajar peserta didik sekolah dasar. *Mentari: Journal of Islamic Primary School, 3*(4), 308–317.

Jabs, J., & Devine, C. M. (2006). Time scarcity and food choices: An overview. *Preventive Medicine, 42*(2), 123–128.

Keladu, Y., Darling, D. Z., Sugar, F. R., & Pasli, A. (2026). Program makan bergizi gratis (MBG) dalam perspektif Amartya Sen. *POLITEIA: Jurnal Ilmu Politik, 18*(1), 1–8.

Kementerian Kesehatan RI – Pedoman Gizi Seimbang Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman gizi seimbang*. Kemenkes RI.

Lanham-New, S. A., Hill, T. R., Gallagher, A. M., & Vorster, H. H. (Eds.). (2019). *Introduction to human nutrition*. John Wiley & Sons.

Livingstone, M. B. E., & Pourshahidi, L. K. (2014). Portion size and obesity. *Advances in Nutrition, 5*(6), 793S–799S.

Moehyi, S. (1992). *Penyelenggaraan makanan institusi dan jasa boga*. Jakarta: Bhratara.

Muhammad, F., Agustin, R., & Marydiyah, S. (2022). Faktor yang berhubungan dengan frekuensi konsumsi makanan jajanan. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan, 10*, 56–67.

Parewasi, D. F. R., Indriasari, R., Hidayanty, H., Hadju, V., & Battung, S. M. (2021). Correlation of energy intake and macronutrients with nutritional status. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition, 10*(1).

Potter, N. N., & Hotchkiss, J. H. (2012). *Food science* (5th ed.). New York: Springer.

Pratiwi, T. (2020). *Hubungan variasi menu dan cita rasa dengan tingkat kepuasan siswa pada katering sekolah di SMP Daar El Salam Bogor* [Skripsi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta II].

Safitri, K. D. (2024). *Pengaruh promosi, variasi menu, dan cita rasa terhadap keputusan pembelian (Studi pada Pizza Hut Delivery Cabang Tlogosari Semarang)* [Skripsi, Universitas Semarang].

World Health Organization - Healthy Diet
World Health Organization. (2023). *Healthy diet*. Geneva: WHO.

World Health Organization. (2024). *What are healthy diets?* World Health Organization.
Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif. Bandung: Alfabeta.
Sugiyono. (2021). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (2nd ed.). Alfabeta.

Swaminathan, S., et al. (2021). School feeding programs and nutritional outcomes in developing countries. *The Lancet Child & Adolescent Health*.

Winarno, F. G. (2018). *Ilmu pangan & pedoman gizi seimbang*.

Wiranata, I. H., Yunita, A., Matang, & Sari, H. T. W. (2025). Program makan bergizi gratis: Strategi peningkatan gizi dan pendidikan. *Prosiding SEMDIKJAR, 8*, 2313–2323.