

Dampak Implementasi Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Motivasi Belajar PJOK pada Siswa Kelas V SD Negeri Semondo

Hendra Deni Pamungkas^{1*}, Mokhamad Parmadi²

^{1,2}Prodi Pendidikan Olahraga Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen, Jl. Kutoarjo Km. 5 Jatisari Kebumen Jawa Tengah, Indonesia.

E-mail: hendradenipamungkas@gmail.com

*Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.7172>

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 17 Jun 2026

Revised: 23 Jun 2026

Accepted: 29 Jun 2026

Kata Kunci:

MBG, Motivasi, Belajar, PJOK.

Keywords:

MBG, Motivation, Learning, PJOK.

ABSTRACT

Program MBG telah dilaksanakan, belum dapat dipastikan sejauh mana program tersebut memberikan dampak terhadap motivasi belajar siswa, khususnya pada mata pelajaran PJOK. Penelitian ini bertujuan untuk memahami fenomena secara mendalam terkait dampak implementasi program Makan Bergizi Gratis terhadap motivasi belajar PJOK siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Sumber data penelitian adalah informan utama dalam penelitian ini adalah 17 siswa kelas V SD Negeri Semondo yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi yang saling melengkapi satu sama lain. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data tingkat kesetujuan siswa terhadap implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dan motivasi belajar PJOK menunjukkan bahwa seluruh siswa memberikan respon positif terhadap pernyataan yang terdapat dalam instrumen penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesetujuan siswa terhadap implementasi Program Makan Bergizi Gratis dan motivasi belajar PJOK memperoleh nilai rata-rata sebesar 3,42 yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa memberikan respon positif terhadap program MBG karena pemberian makanan bergizi membantu memenuhi kebutuhan energi selama mengikuti kegiatan sekolah. Dengan terpenuhinya kebutuhan gizi, siswa memiliki kondisi fisik yang lebih baik sehingga lebih siap mengikuti pembelajaran PJOK yang membutuhkan aktivitas fisik secara langsung. Berdasarkan distribusi kategori motivasi belajar, sebanyak 11 siswa (64,7%) berada pada kategori sangat tinggi dan 6 siswa (35,3%) berada pada kategori tinggi, serta tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sedang maupun rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa implementasi MBG berkontribusi terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Tingginya tingkat kesetujuan ini menggambarkan bahwa siswa merasa lebih siap mengikuti pembelajaran karena kebutuhan fisiknya telah mendapatkan dukungan melalui pemberian makanan bergizi

Although the Free Nutritious Meal (MBG) program has been implemented, the extent of its impact on students' learning motivation—particularly in Physical Education (PJOK)—remains uncertain. This study aims to gain an in-depth understanding of the phenomenon regarding the impact of the Free Nutritious Meal program on students' motivation to learn PJOK. A qualitative, descriptive research approach was employed. The primary data sources consisted of 17 fifth-grade students from SD Negeri Semondo, selected using purposive sampling. Data collection involved observation, interviews, and documentation, which complemented one another. The findings regarding students' level of agreement with the MBG program implementation and their PJOK learning motivation indicate that all students responded positively to the statements in the research instrument. The results show an average score of 3.42 for the level of agreement, placing it in the "high" category. This indicates a positive student response to the MBG program, as the provision of nutritious meals helps meet energy needs during school activities. With nutritional needs met, students are in better physical condition and thus more prepared for PJOK lessons, which require active physical participation. Regarding the distribution of learning motivation categories, 11 students (64.7%) fell into the "very



high" category and 6 students (35.3%) into the "high" category; no students fell into the "medium" or "low" categories. These results demonstrate that the MBG program contributes to increased student learning motivation. This high level of agreement reflects that students feel better prepared for lessons because their physical needs are supported through the provision of nutritious meals.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Hendra Deni Pamungkas, et al. (2026), Dampak Implementasi Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Motivasi Belajar PJOK pada Siswa Kelas V SD Negeri Semondo, 4(4). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.7172>

PENDAHULUAN

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor psikologis yang sangat penting dalam menentukan keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran. Menurut Uno (2016), motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin keberlangsungan kegiatan tersebut, serta memberikan arah pada kegiatan belajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Hal ini diperkuat oleh Sardiman (2018) yang menyatakan bahwa motivasi belajar berfungsi sebagai penggerak yang mendorong siswa untuk melakukan aktivitas belajar dengan penuh semangat dan kesungguhan. Secara teoritis, motivasi belajar dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi menurut Ridwan (2019:74) mendefinisikan motivasi sebagai energi pada individu yang mendorong mereka untuk melakukan latihan eksplisit dengan tujuan eksplisit. Menurut Hamzah (2017:27) motivasi adalah proses menggerakkan dan memperkuat motif agar dapat diwujudkan dalam tindakan nyata. Motif dan motivasi tidak dapat dipisahkan dalam suatu perilaku, sehingga motif dan pendukungnya terdapat dalam konsep sesuai kebutuhan bagi siswa untuk maju dengan cepat. Motivasi menurut Djaali (2013:101) adalah kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan kebutuhan seseorang. Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri siswa, seperti keinginan untuk berprestasi dan rasa ingin tahu, sedangkan motivasi ekstrinsik berasal dari luar diri siswa, seperti lingkungan belajar, fasilitas, serta dukungan program dari sekolah maupun pemerintah (Deci & Ryan, 2000). Kedua jenis motivasi ini saling berkaitan dan berkontribusi dalam menentukan tingkat keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Dalam konteks pembelajaran di sekolah dasar, motivasi belajar menjadi sangat penting karena pada tahap ini siswa sedang berada dalam fase perkembangan dasar yang akan membentuk kebiasaan belajar di masa depan. Namun, dalam praktiknya masih banyak ditemukan siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, yang ditandai dengan kurangnya perhatian, minimnya partisipasi, serta rendahnya semangat dalam mengikuti pembelajaran (Slameto, 2015). Menurut Sardiman (2014:75) Menurutnya motivasi belajar adalah variabel mental individu yang tidak tertarik yang mengambil bagian penting dalam semangat, energi, dan energi untuk belajar. Siswa yang memiliki motivasi tinggi akan memiliki banyak energi untuk kegiatan rekreasi dengan belajar bekerja. Adapun menurut Ridwan (2019:74) belajar ialah segala sesuatu yang dapat memotivasi siswa atau individu untuk belajar disebut sebagai motivasi belajar. Tanpa motivasi belajar, seorang siswa tidak akan belajar dan akibatnya tidak akan mencapai keberhasilan belajar. Keberhasilan atau kegagalan belajar ditentukan oleh tingkat motivasi, dan belajar tanpa motivasi sulit dicapai. Sedangkan menurut Kompri (2016:231) motivasi dalam belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Artinya motivasi tanpa belajar tidak dapat membuat siswa termotivasi di dalam kelas saat dilaksanakannya proses pembelajaran. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar menurut Eriany (2013:118) yaitu berupa Kebutuhan, insentif, ketakutan, tujuan, tekanan, sosial, kepercayaan diri, minat, nilai, keingintahuan, dan harapan adalah semua faktor yang perlu dipertimbangkan. Artinya, faktor-faktor motivasi belajar itu saling menguatkan, bisa berasal dari dalam diri sendiri maupun dari orang lain.

Permasalahan motivasi belajar ini juga terjadi pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Mata pelajaran PJOK memiliki karakteristik yang unik karena menekankan pada aktivitas fisik, kebugaran jasmani, serta keterampilan motorik siswa. Menurut Nixom dan Corenz (dalam Safari I, 2013, hlm. 8) bahwa pendidikan jasmani adalah “pase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut”. Dengan kata lain pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang

sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak. Sedangkan menurut Bucher (dalam Safari I, 2013, hlm. 8) “kata pendidikan jasmani terdiri dari dua kata jasmani *physical* dan pendidikan *education*”. Menurut Supandi (dalam Simon & Saputra, 2007, hlm. 6) bahwa pendidikan jasmani dan olahraga adalah “suatu pendidikan yang menggunakan fisik atau tubuh sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas-aktivitas jasmani”. Menurut (Mulyanto, 2014, hlm. 23) bahwa “pendidikan jasmani, gerak dasar, kemampuan fisik dasar dan kemampuan gerak perceptual”. Dengan kata lain pendidikan jasmani merupakan kondisi dari seorang manusia yang tidak bisa terpisahkan antara jasmani dan rohani. Menurut Winarno (2020), pembelajaran PJOK tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik, tetapi juga untuk membentuk karakter, disiplin, serta kerja sama. Oleh karena itu, keberhasilan pembelajaran PJOK sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik dan kesiapan tubuh siswa. Salah satu faktor penting yang memengaruhi kondisi fisik siswa adalah pemenuhan kebutuhan gizi. Gizi yang seimbang sangat diperlukan untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan, serta aktivitas fisik siswa. Menurut Almsier (2019), gizi yang baik akan memberikan energi yang cukup bagi tubuh untuk melakukan berbagai aktivitas, termasuk aktivitas belajar. Sebaliknya, kekurangan gizi dapat menyebabkan kelelahan, kurang konsentrasi, serta menurunnya daya tahan tubuh. Teori kebutuhan dasar yang dikemukakan oleh Maslow (1943) juga menjelaskan bahwa kebutuhan fisiologis, termasuk kebutuhan makan dan gizi, merupakan kebutuhan paling dasar yang harus dipenuhi sebelum individu dapat mencapai kebutuhan yang lebih tinggi seperti aktualisasi diri. Program pemberian makanan bergizi dapat menjadi salah satu bentuk stimulus eksternal yang mendorong munculnya motivasi belajar siswa. Ketika siswa merasa lebih sehat dan bertenaga, maka mereka cenderung lebih aktif dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran (Skinner, 1953).

Sejalan dengan itu, teori *self-determination* yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan (2000) menjelaskan bahwa motivasi seseorang dapat meningkat apabila kebutuhan dasar seperti kompetensi, otonomi, dan keterhubungan terpenuhi. Pemenuhan kebutuhan gizi melalui program sekolah dapat mendukung aspek kompetensi siswa, karena kondisi fisik yang baik memungkinkan siswa untuk berpartisipasi secara optimal dalam pembelajaran, khususnya pada mata pelajaran PJOK. Gizi dapat diartikan sebagai zat yang terkandung dalam makanan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk menghasilkan energi, membangun jaringan, serta mengatur berbagai proses metabolisme dalam tubuh. Kecukupan gizi menjadi faktor utama dalam menentukan kualitas kesehatan seseorang, terutama pada anak usia sekolah yang sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat (Supariasa, 2020). Berbagai penelitian terdahulu telah menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan motivasi dan hasil belajar siswa. Penelitian oleh Sari (2021) menemukan bahwa siswa dengan status gizi baik memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan siswa dengan status gizi kurang. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi fisik yang baik dapat mendukung aspek psikologis siswa dalam belajar. Konsep gizi seimbang ini menekankan bahwa pemenuhan gizi tidak hanya bergantung pada jenis makanan yang dikonsumsi, tetapi juga pada pola hidup sehat secara keseluruhan. Pemenuhan gizi tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kemampuan siswa dalam menerima dan mengolah informasi selama proses pembelajaran. Hal ini sangat relevan dengan pembelajaran PJOK yang menuntut keterlibatan fisik secara aktif. Hal ini menjadi sangat penting terutama pada mata pelajaran PJOK yang menuntut aktivitas fisik yang cukup tinggi (Winarno, 2020). Program makan bergizi di sekolah juga berperan dalam pembentukan karakter siswa. Melalui kegiatan makan bersama di sekolah, siswa dapat belajar mengenai disiplin, tanggung jawab, serta nilai-nilai kebersamaan. Hal ini menunjukkan bahwa program MBG tidak hanya memberikan manfaat secara fisik, tetapi juga memberikan kontribusi dalam pembentukan aspek sosial dan karakter siswa (Suryani, 2019). Namun demikian, implementasi program MBG di sekolah-sekolah masih memerlukan kajian lebih lanjut, khususnya terkait dampaknya terhadap aspek psikologis siswa seperti motivasi belajar. Selama ini, sebagian besar evaluasi program lebih berfokus pada aspek kesehatan dan pemenuhan gizi, sementara dampaknya terhadap proses pembelajaran belum banyak diteliti secara mendalam (Sugiyono, 2019).

SD Negeri Semondo sebagai salah satu sekolah yang telah menerapkan program Makan Bergizi Gratis menjadi lokasi yang relevan untuk melakukan penelitian ini. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan bahwa motivasi belajar siswa kelas V dalam mengikuti pembelajaran PJOK masih bervariasi. Sebagian siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi, namun sebagian lainnya masih terlihat kurang aktif dan kurang bersemangat (Observasi Awal, 2026). Kondisi

tersebut menunjukkan bahwa meskipun program MBG telah dilaksanakan, belum dapat dipastikan sejauh mana program tersebut memberikan dampak terhadap motivasi belajar siswa, khususnya pada mata pelajaran PJOK. Hal ini menjadi penting untuk diteliti guna mengetahui efektivitas program serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilannya (Peneliti, 2026). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang potensial antara pemenuhan gizi melalui program Makan Bergizi Gratis dengan motivasi belajar siswa. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada analisis “Dampak Implementasi Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Motivasi Belajar PJOK Pada Siswa Kelas V SD Negeri Semondo” sebagai upaya untuk memberikan kontribusi dalam peningkatan kualitas pendidikan serta pengembangan kebijakan berbasis bukti (Peneliti, 2026).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif digunakan karena penelitian ini bertujuan untuk memahami fenomena secara mendalam terkait dampak implementasi program Makan Bergizi Gratis terhadap motivasi belajar PJOK siswa (Moleong, 2018). Strategi penelitian yang digunakan adalah studi kasus, yaitu penelitian yang memusatkan perhatian pada satu objek tertentu secara mendalam dan menyeluruh. Dalam hal ini, objek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri Semondo yang mengalami langsung implementasi program MBG (Yin, 2019). Penelitian kualitatif ini menekankan pada pemahaman makna, proses, serta interaksi yang terjadi dalam lingkungan pembelajaran, sehingga data yang dihasilkan berupa deskripsi yang mendalam mengenai motivasi belajar siswa setelah adanya program MBG (Sugiyono, 2019). Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Semondo yang beralamat di Desa Semondo, Kecamatan Gombang, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa sekolah tersebut telah mengimplementasikan program Makan Bergizi Gratis (MBG), sehingga relevan untuk mengkaji dampaknya terhadap motivasi belajar siswa (Sugiyono, 2019). Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2025/2026, dengan fokus pada siswa kelas V sebagai subjek penelitian. Jumlah siswa kelas V di SD Negeri Semondo adalah sebanyak 17 siswa sebagai narasumber utama melalui teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan pertimbangan tertentu yang dianggap mampu memberikan informasi yang mendalam (Moleong, 2018). Selain siswa, penelitian ini juga melibatkan guru PJOK dan pihak sekolah sebagai informan pendukung guna memperoleh data yang lebih komprehensif terkait implementasi program MBG dan motivasi belajar siswa. Penelitian ini dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah agar peneliti dapat memahami fenomena secara kontekstual dan mendalam sesuai kondisi nyata di lapangan (Sugiyono, 2019).

Data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer merupakan data utama yang diperoleh langsung dari lapangan melalui interaksi dengan informan, sedangkan data sekunder merupakan data pendukung yang diperoleh dari dokumen atau sumber tertulis lainnya (Sugiyono, 2019). Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari hasil wawancara mendalam dengan 17 siswa kelas V sebagai narasumber utama, guru PJOK, serta pihak sekolah. Data ini berupa informasi mengenai pengalaman siswa, perubahan motivasi belajar, serta dampak program MBG dalam pembelajaran PJOK (Moleong, 2018). Data sekunder diperoleh dari dokumen sekolah, seperti profil sekolah, data jumlah siswa, serta dokumen terkait pelaksanaan program MBG. Selain itu, data sekunder juga diperoleh dari literatur berupa buku dan jurnal yang relevan dengan penelitian (Sugiyono, 2019). Sumber data penelitian adalah informan utama dalam penelitian ini adalah 17 siswa kelas V SD Negeri Semondo yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu sesuai dengan kebutuhan penelitian (Sugiyono, 2019). Kedua siswa tersebut dipilih karena dianggap mampu memberikan informasi yang mendalam mengenai pengalaman, persepsi, serta perubahan motivasi belajar PJOK setelah adanya implementasi program Makan Bergizi Gratis (MBG). Informan utama berperan sebagai sumber data primer yang memberikan gambaran langsung terkait fenomena yang diteliti, sehingga data yang diperoleh bersifat autentik dan sesuai dengan kondisi nyata di lapangan (Sugiyono, 2019). Informan pendukung dalam penelitian ini terdiri dari guru PJOK dan pihak sekolah yang terlibat dalam pelaksanaan program MBG. Guru PJOK dipilih karena memiliki peran langsung dalam proses pembelajaran sehingga dapat memberikan informasi mengenai keaktifan, partisipasi, dan motivasi belajar siswa selama mengikuti pembelajaran PJOK (Sugiyono, 2019). Pihak sekolah memberikan informasi terkait kebijakan, pelaksanaan program MBG, serta kondisi umum siswa, sehingga data yang diperoleh menjadi lebih lengkap dan dapat digunakan untuk melakukan triangulasi

(Moleong, 2018). Dokumen digunakan sebagai sumber data sekunder dalam penelitian ini yang berfungsi untuk melengkapi dan memperkuat data primer (Sugiyono, 2019). Dokumen yang digunakan meliputi arsip sekolah, data jumlah siswa, serta data terkait pelaksanaan program Makan Bergizi Gratis (MBG) di SD Negeri Semondo. Penggunaan dokumen bertujuan untuk memberikan bukti pendukung serta meningkatkan keabsahan data yang diperoleh melalui wawancara dan observasi (Sugiyono, 2019).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan untuk memperoleh informasi yang mendalam dan komprehensif terkait dampak implementasi program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap motivasi belajar PJOK siswa kelas V SD Negeri Semondo. Teknik yang digunakan meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi yang saling melengkapi satu sama lain (Sugiyono, 2019).

Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati secara langsung kondisi di lapangan untuk memperoleh gambaran nyata mengenai fenomena yang diteliti (Moleong, 2018). Dalam penelitian ini, observasi dilakukan terhadap aktivitas siswa kelas V selama mengikuti pembelajaran PJOK, serta kondisi siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan program Makan Bergizi Gratis (MBG) (Sugiyono, 2019). Peneliti mengamati aspek-aspek seperti keaktifan siswa, semangat belajar, partisipasi dalam kegiatan pembelajaran, serta kondisi fisik siswa selama mengikuti kegiatan PJOK (Moleong, 2018). Observasi yang digunakan bersifat non-partisipatif, di mana peneliti tidak terlibat langsung dalam kegiatan pembelajaran, tetapi hanya sebagai pengamat untuk menjaga objektivitas data yang diperoleh (Sugiyono, 2019). Hasil observasi dicatat dalam bentuk catatan lapangan (field notes) yang kemudian dianalisis untuk mendukung data dari wawancara dan dokumentasi (Moleong, 2018).

Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui proses tanya jawab secara langsung antara peneliti dan informan untuk menggali informasi secara mendalam (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan secara mendalam (in-depth interview) kepada 17 siswa kelas V sebagai informan utama, serta kepada guru PJOK dan pihak sekolah sebagai informan pendukung (Moleong, 2018). Wawancara bertujuan untuk mengetahui pengalaman siswa terkait program MBG, perubahan kondisi fisik, serta dampaknya terhadap motivasi belajar mereka dalam pembelajaran PJOK (Sugiyono, 2019). Jenis wawancara yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur, di mana peneliti telah menyiapkan pedoman wawancara, tetapi tetap memberikan kebebasan kepada informan untuk menyampaikan pendapatnya secara luas (Moleong, 2018). Proses wawancara dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah dengan suasana yang nyaman agar informan dapat memberikan jawaban secara jujur dan terbuka (Sugiyono, 2019). Hasil wawancara direkam dan dicatat untuk kemudian dianalisis sebagai data utama dalam penelitian (Moleong, 2018).

Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengumpulkan berbagai dokumen yang berkaitan dengan penelitian sebagai data pendukung (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, dokumentasi digunakan untuk memperoleh data berupa arsip sekolah, data jumlah siswa, serta dokumen terkait pelaksanaan program Makan Bergizi Gratis (MBG) di SD Negeri Semondo (Moleong, 2018). Selain itu, dokumentasi juga mencakup foto kegiatan pembelajaran PJOK, foto pelaksanaan program MBG, serta catatan atau laporan yang relevan dengan penelitian (Sugiyono, 2019). Data dokumentasi digunakan untuk melengkapi dan memperkuat hasil observasi dan wawancara, sehingga data yang diperoleh menjadi lebih valid dan dapat dipercaya (Moleong, 2018). Dokumentasi juga berfungsi sebagai bukti empiris yang dapat mendukung temuan penelitian di lapangan (Sugiyono, 2019).

Validitas data dalam penelitian kualitatif merupakan upaya untuk memastikan bahwa data yang diperoleh benar-benar mencerminkan kondisi yang sebenarnya di lapangan. Validitas data sangat penting untuk menjamin keabsahan, keakuratan, dan kepercayaan terhadap hasil penelitian (Moleong, 2018). Dalam penelitian ini, validitas data dilakukan dengan menggunakan teknik triangulasi serta beberapa strategi pendukung lainnya agar data yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah (Sugiyono, 2019).

Prosedur penelitian merupakan langkah-langkah sistematis yang dilakukan oleh peneliti dalam melaksanakan penelitian, mulai dari tahap persiapan hingga penyusunan laporan akhir. Prosedur ini

bertujuan agar penelitian berjalan secara terarah, sistematis, dan sesuai dengan kaidah ilmiah (Sugiyono, 2019).

Tahap Persiapan

Pada tahap ini, peneliti melakukan kegiatan awal sebelum terjun ke lapangan, yaitu melakukan studi pendahuluan untuk mengidentifikasi masalah yang akan diteliti (Moleong, 2018). Peneliti juga melakukan kajian pustaka untuk memperkuat landasan teori yang berkaitan dengan program Makan Bergizi Gratis (MBG) dan motivasi belajar PJOK. Selain itu, peneliti menyusun proposal penelitian, menentukan lokasi penelitian di SD Negeri Semondo, serta mengurus perizinan penelitian kepada pihak sekolah (Moleong, 2018). Peneliti juga menyiapkan instrumen penelitian berupa pedoman wawancara, lembar observasi, serta alat dokumentasi yang akan digunakan dalam pengumpulan data (Sugiyono, 2019).

Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan tahap inti dalam penelitian, di mana peneliti melakukan pengumpulan data di lapangan (Moleong, 2018). Pengumpulan data dilakukan melalui observasi terhadap kegiatan pembelajaran PJOK, wawancara dengan 2 siswa sebagai informan utama, serta guru PJOK dan pihak sekolah sebagai informan pendukung (Sugiyono, 2019). Selain itu, peneliti juga melakukan dokumentasi terhadap kegiatan yang berkaitan dengan program MBG dan pembelajaran PJOK sebagai data pendukung. Pada tahap ini, peneliti berusaha memperoleh data yang akurat dan mendalam dengan tetap menjaga etika penelitian, seperti meminta izin dan menjaga kerahasiaan informan (Sugiyono, 2019).

Tahap Analisis Data

Setelah data terkumpul, peneliti melakukan analisis data menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles & Huberman, 2014). Data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi dianalisis secara terus-menerus untuk menemukan pola, hubungan, serta makna dari fenomena yang diteliti (Sugiyono, 2019). Pada tahap ini, peneliti juga melakukan verifikasi data melalui triangulasi untuk memastikan keabsahan data yang diperoleh (Moleong, 2018).

Tahap Penyusunan Laporan

Tahap akhir dalam penelitian ini adalah penyusunan laporan hasil penelitian dalam bentuk skripsi (Sugiyono, 2019). Peneliti menyusun laporan secara sistematis mulai dari Bab I hingga Bab V sesuai dengan pedoman penulisan karya ilmiah yang berlaku. Laporan penelitian disusun berdasarkan data yang telah dianalisis dan disajikan dalam bentuk deskriptif sehingga mudah dipahami. Pada tahap ini, peneliti juga melakukan revisi dan penyempurnaan laporan sesuai dengan arahan dosen pembimbing agar hasil penelitian menjadi lebih baik dan layak untuk dipertanggungjawabkan (Moleong, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang diterapkan di sekolah menjadi salah satu bentuk perhatian terhadap pemenuhan kebutuhan dasar siswa. Program ini bertujuan memberikan makanan yang memiliki kandungan gizi seimbang sehingga siswa memperoleh energi yang cukup selama mengikuti kegiatan sekolah. Pemenuhan kebutuhan gizi melalui MBG diharapkan mampu memberikan dampak terhadap kesiapan fisik, konsentrasi, semangat belajar, dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Dalam penelitian ini jumlah responden yang digunakan sebanyak 17 siswa kelas V. Data diperoleh melalui penyebaran angket yang berisi beberapa indikator motivasi belajar PJOK setelah adanya implementasi program MBG. Indikator tersebut meliputi ketertarikan siswa dalam mengikuti pembelajaran, semangat mengikuti aktivitas PJOK, keaktifan siswa, perhatian terhadap pembelajaran, serta dorongan untuk menyelesaikan kegiatan pembelajaran.

Hasil Tingkat Kesetujuan Siswa terhadap Implementasi MBG dan Motivasi Belajar PJOK

Tabel 1. Hasil Tingkat Kesetujuan Siswa terhadap Implementasi MBG dan Motivasi Belajar PJOK

No	Nama	Kelas	Indikator Tingkat Kesetujuan
1	Adila	V	3,68
2	aqilla	V	3,6
3	Banu	V	3,76
4	fatir	V	3,24
5	ibnu	V	3,72

6	Karlisa	V	3,32
7	Khansa	V	3,6
8	Nara	V	3,16
9	Nayla	V	3,12
10	Nur Aisyah	V	3,2
11	Nur Rizki	V	3,24
12	Rakha	V	3,44
13	Rizka	V	3,36
14	Shela	V	3,4
15	Talita	V	3,36
16	Ujuud	V	3,28
17	Vino	V	3,52

Sumber : Data Primer yang Diolah, 2026

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data tingkat kesetujuan siswa terhadap implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dan motivasi belajar PJOK. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa seluruh siswa memberikan respon positif terhadap pernyataan yang terdapat dalam instrumen penelitian. Nilai tingkat kesetujuan siswa berada pada rentang 3,12 sampai 3,76. Nilai tertinggi diperoleh oleh siswa bernama Banu dengan skor 3,76, sedangkan nilai terendah diperoleh Nayla dengan skor 3,12. Meskipun terdapat perbedaan nilai antar siswa, keseluruhan hasil menunjukkan bahwa siswa memiliki kecenderungan menyetujui bahwa program MBG memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran PJOK. Rata-rata skor tingkat kesetujuan siswa adalah sebesar 3,42. Nilai tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki motivasi belajar yang baik setelah memperoleh program MBG. Tingginya tingkat kesetujuan ini menggambarkan bahwa siswa merasa lebih siap mengikuti pembelajaran karena kebutuhan fisiknya telah mendapatkan dukungan melalui pemberian makanan bergizi. Kondisi tersebut sesuai dengan teori kebutuhan dasar manusia yang dikemukakan oleh Maslow bahwa kebutuhan fisiologis seperti makanan merupakan kebutuhan utama yang harus terpenuhi sebelum seseorang mampu mencapai kebutuhan lain. Dalam konteks pendidikan, ketika kebutuhan fisik siswa terpenuhi maka siswa akan memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menerima pembelajaran.

Hal ini juga diperkuat oleh Supariasa (2020) yang menjelaskan bahwa kecukupan gizi memiliki hubungan erat dengan kemampuan tubuh dalam menjalankan aktivitas fisik maupun aktivitas mental. Anak yang memperoleh gizi cukup cenderung memiliki energi lebih baik, daya tahan tubuh lebih kuat, serta kemampuan konsentrasi yang lebih optimal.

Distribusi Kategori Motivasi Belajar PJOK Siswa

Tabel 2. Kategori Tingkat Motivasi Belajar PJOK

No	Interval Skor	Kategori
1	3,26 – 4,00	Sangat Tinggi
2	2,51 – 3,25	Tinggi
3	1,76 – 2,50	Sedang
4	1,00 – 1,75	Rendah

Sumber : Data Primer yang Diolah, 2026

Berdasarkan hasil analisis kategori motivasi belajar, diperoleh hasil bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sangat tinggi. Sebanyak 11 siswa atau 64,7% termasuk kategori sangat tinggi, sedangkan 6 siswa atau 35,3% berada pada kategori tinggi. Tidak ditemukan siswa yang memiliki tingkat motivasi belajar dalam kategori sedang maupun rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa secara keseluruhan siswa kelas V SD Negeri Semondo memiliki motivasi belajar PJOK yang baik setelah adanya implementasi program MBG. Tingginya kategori motivasi belajar tersebut menunjukkan bahwa program MBG tidak hanya memberikan manfaat secara langsung terhadap kesehatan siswa, tetapi juga memberikan pengaruh terhadap aspek psikologis siswa. Ketika siswa memperoleh makanan yang cukup, tubuh menjadi lebih siap melakukan aktivitas sehingga muncul rasa nyaman dan antusias dalam mengikuti pembelajaran. Menurut Sardiman (2018), motivasi belajar merupakan kekuatan yang mendorong seseorang untuk melakukan kegiatan belajar secara aktif dan berkelanjutan. Motivasi yang tinggi akan terlihat melalui perilaku siswa seperti perhatian terhadap pembelajaran, keaktifan bertanya,

Dampak Implementasi Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Motivasi Belajar PJOK pada Siswa Kelas V SD Negeri Semondo, Hendra Deni Pamungkas, Mokhamad Parmadi28519

kesungguhan mengikuti kegiatan, serta usaha menyelesaikan tugas. Pada pembelajaran PJOK, motivasi tinggi sangat diperlukan karena keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh kemampuan kognitif siswa, tetapi juga keterlibatan fisik dan kemauan siswa untuk bergerak.

Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar PJOK Siswa

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar PJOK Siswa Kelas V SD Negeri Semondo

No	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
1	Sangat Tinggi	11 siswa	64,7%
2	Tinggi	6 siswa	35,3%
3	Sedang	0 siswa	0%
4	Rendah	0 siswa	0%
Total		17 siswa	100%

Sumber : Data Primer yang Diolah, 2026

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa sebanyak 11 siswa (64,7%) berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan sebanyak 6 siswa (35,3%) berada pada kategori tinggi. Tidak terdapat siswa yang masuk dalam kategori sedang maupun rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara keseluruhan siswa kelas V SD Negeri Semondo memiliki motivasi belajar PJOK yang baik setelah mengikuti program MBG. Tingginya persentase kategori sangat tinggi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa merasakan manfaat dari adanya pemberian makanan bergizi. Kondisi tubuh yang lebih baik membuat siswa memiliki energi untuk mengikuti pembelajaran, lebih aktif dalam kegiatan olahraga, dan lebih bersemangat dalam mengikuti arahan guru. Dalam pembelajaran PJOK, motivasi memiliki peran penting karena keberhasilan pembelajaran sangat dipengaruhi oleh kemauan siswa untuk bergerak dan berpartisipasi. Siswa yang memiliki motivasi tinggi akan lebih mudah menerima pembelajaran karena mereka memiliki kesiapan fisik dan psikologis. Menurut Hamzah (2011), motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal berasal dari kondisi dalam diri siswa, sedangkan faktor eksternal berasal dari lingkungan sekitar siswa. Dalam penelitian ini, program MBG menjadi salah satu faktor eksternal yang mendukung terciptanya kondisi belajar yang lebih baik. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa implementasi Program Makan Bergizi Gratis memberikan dampak positif terhadap motivasi belajar PJOK siswa kelas V SD Negeri Semondo.

Implementasi Program MBG terhadap Kondisi Fisik Siswa

Berdasarkan hasil penelitian, implementasi Program Makan Bergizi Gratis memberikan kontribusi terhadap peningkatan kesiapan fisik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Hal ini terlihat dari tingginya respon siswa terhadap instrumen penelitian yang menunjukkan bahwa siswa merasa lebih berenergi dan lebih siap mengikuti aktivitas pembelajaran. Menurut Almatsier (2019), keseimbangan zat gizi sangat berpengaruh terhadap kesehatan dan kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas. Pada anak usia sekolah, pemenuhan gizi yang baik dapat mendukung pertumbuhan fisik sekaligus meningkatkan kemampuan belajar. Implementasi MBG dapat dikatakan memiliki peran penting dalam menciptakan kondisi siswa yang lebih sehat dan siap mengikuti pembelajaran PJOK.

Dampak MBG terhadap Motivasi Belajar PJOK

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas V SD Negeri Semondo, diketahui bahwa implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memberikan dampak positif terhadap motivasi belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Hal tersebut dapat dilihat dari hasil distribusi tingkat motivasi belajar siswa pada Tabel 4.3 yang menunjukkan bahwa sebanyak 11 siswa (64,7%) berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan 6 siswa (35,3%) berada pada kategori tinggi. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sedang maupun rendah. Tingginya tingkat motivasi belajar tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki dorongan yang baik untuk mengikuti pembelajaran PJOK setelah adanya program MBG. Motivasi belajar terlihat melalui beberapa perilaku siswa seperti antusias dalam mengikuti kegiatan olahraga, memperhatikan instruksi guru, memiliki keinginan untuk berpartisipasi dalam aktivitas pembelajaran, serta menunjukkan kesungguhan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa implementasi MBG tidak hanya memberikan pengaruh terhadap aspek fisik siswa, tetapi juga memberikan pengaruh terhadap aspek psikologis berupa meningkatnya rasa percaya diri dan kenyamanan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Siswa yang merasa tubuhnya lebih bertenaga akan lebih percaya diri dalam mengikuti aktivitas olahraga seperti permainan kelompok, latihan kebugaran, maupun praktik keterampilan gerak. Kepercayaan diri tersebut

menjadi salah satu bagian dari motivasi belajar yang dapat mendorong siswa untuk lebih aktif dalam pembelajaran. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa Program Makan Bergizi Gratis memberikan dampak positif terhadap motivasi belajar PJOK siswa kelas V SD Negeri Semondo. Program MBG membantu menciptakan kondisi fisik dan psikologis yang lebih baik sehingga siswa lebih siap, bersemangat, dan memiliki dorongan yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran.

Dampak MBG terhadap Keaktifan Siswa dalam Pembelajaran PJOK

Keaktifan siswa merupakan salah satu indikator penting dalam keberhasilan proses pembelajaran, terutama pada mata pelajaran PJOK yang sebagian besar kegiatannya dilakukan melalui aktivitas fisik. Berdasarkan hasil penelitian, implementasi Program Makan Bergizi Gratis menunjukkan adanya dampak positif terhadap keaktifan siswa kelas V SD Negeri Semondo dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tidak terdapat siswa yang memiliki motivasi belajar dalam kategori sedang maupun rendah. Sebagian besar siswa berada pada kategori sangat tinggi dan tinggi. Kondisi ini menggambarkan bahwa siswa memiliki keterlibatan yang baik dalam proses pembelajaran. Keaktifan siswa dalam pembelajaran PJOK dapat terlihat melalui beberapa bentuk perilaku, seperti mengikuti pemanasan dengan baik, melakukan gerakan sesuai instruksi guru, aktif dalam permainan olahraga, berani mencoba aktivitas baru, bekerja sama dengan teman, serta menunjukkan antusiasme selama pembelajaran berlangsung. Program MBG berperan dalam mendukung keaktifan siswa karena makanan bergizi membantu memenuhi kebutuhan energi tubuh. Aktivitas PJOK membutuhkan tenaga yang cukup karena siswa melakukan berbagai gerakan fisik yang membutuhkan kekuatan, koordinasi, dan daya tahan tubuh. Menurut Almatsier (2019), makanan memiliki fungsi utama sebagai sumber energi bagi tubuh. Program ini membantu menyediakan energi yang cukup bagi siswa sehingga mereka mampu mengikuti aktivitas fisik secara maksimal dan memperoleh pengalaman belajar yang lebih baik.

Analisis Hubungan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan Motivasi Belajar PJOK

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) menunjukkan adanya hubungan positif terhadap motivasi belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) siswa kelas V SD Negeri Semondo. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil tingkat kesetujuan siswa yang memperoleh nilai rata-rata sebesar 3,42 dengan kategori tinggi, serta distribusi motivasi belajar siswa yang menunjukkan bahwa sebanyak 64,7% siswa berada pada kategori sangat tinggi dan 35,3% berada pada kategori tinggi. Tidak ditemukan siswa yang memiliki tingkat motivasi belajar pada kategori sedang maupun rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa keberadaan program MBG tidak hanya memberikan manfaat dalam aspek pemenuhan kebutuhan makanan siswa, tetapi juga memberikan pengaruh terhadap kesiapan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Pemenuhan kebutuhan gizi melalui makanan yang diberikan di sekolah membantu siswa memperoleh energi yang cukup untuk menjalankan aktivitas belajar, terutama pembelajaran PJOK yang membutuhkan keterlibatan fisik secara langsung.

Hubungan MBG dengan motivasi belajar juga dapat dijelaskan melalui teori kebutuhan dasar manusia. Kebutuhan fisiologis seperti makanan merupakan kebutuhan utama yang harus dipenuhi sebelum seseorang dapat melakukan aktivitas secara optimal. Ketika kebutuhan dasar siswa terpenuhi, maka siswa akan lebih mampu mengembangkan kemampuan lain seperti konsentrasi, interaksi sosial, dan motivasi untuk belajar. Pemenuhan kebutuhan fisiologis melalui program MBG menjadi salah satu faktor pendukung terciptanya proses pembelajaran PJOK yang lebih efektif. Siswa yang memiliki energi cukup akan lebih mudah mengikuti pembelajaran, berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, dan menunjukkan sikap positif selama pembelajaran berlangsung. Selain itu, hubungan MBG dengan motivasi belajar juga terlihat dari meningkatnya keaktifan siswa. Anak dengan kondisi gizi baik cenderung memiliki daya tahan tubuh lebih baik, kemampuan konsentrasi lebih optimal, serta lebih mampu mengikuti kegiatan pembelajaran. Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa implementasi Program Makan Bergizi Gratis memiliki hubungan positif terhadap motivasi belajar PJOK siswa kelas V SD Negeri Semondo. Program MBG berperan melalui mekanisme pemenuhan kebutuhan energi, peningkatan kondisi fisik, peningkatan kesiapan belajar, serta dukungan psikologis bagi siswa.

Tanggapan Guru PJOK terhadap Implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Selain melihat dampak program Makan Bergizi Gratis (MBG) berdasarkan tanggapan siswa, penelitian ini juga memperhatikan tanggapan guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) sebagai pihak yang secara langsung berinteraksi dan mengamati perubahan perilaku siswa selama

Dampak Implementasi Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Motivasi Belajar PJOK pada Siswa Kelas V SD Negeri Semondo, Hendra Deni Pamungkas, Mokhamad Parmadi28521

proses pembelajaran. Guru PJOK memiliki peran penting dalam memberikan gambaran mengenai perubahan kondisi fisik, semangat belajar, serta keaktifan siswa setelah adanya implementasi program MBG. Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan terhadap guru PJOK SD Negeri Semondo, diperoleh gambaran bahwa program MBG memberikan pengaruh positif terhadap kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Guru melihat adanya perubahan pada beberapa aspek, terutama pada tingkat energi siswa, antusiasme mengikuti kegiatan olahraga, dan keterlibatan siswa selama pembelajaran PJOK. Guru PJOK menyampaikan bahwa sebelum adanya program MBG, terdapat beberapa siswa yang terkadang terlihat kurang bersemangat ketika mengikuti pembelajaran yang membutuhkan aktivitas fisik. Beberapa siswa cenderung cepat merasa lelah, kurang aktif dalam kegiatan olahraga, dan membutuhkan waktu lebih lama untuk menyesuaikan diri dengan aktivitas gerak. Namun setelah adanya pemberian makanan bergizi melalui program MBG, siswa terlihat lebih siap dan lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran. Perubahan tersebut terlihat ketika siswa mengikuti kegiatan pemanasan, permainan olahraga, maupun praktik keterampilan gerak. Siswa lebih banyak berpartisipasi, lebih berani mencoba aktivitas yang diberikan guru, serta menunjukkan kerja sama yang lebih baik dalam kegiatan kelompok. Pada anak usia sekolah, kecukupan energi sangat diperlukan karena anak berada pada masa pertumbuhan serta memiliki aktivitas fisik yang tinggi. Selain perubahan fisik, guru PJOK juga mengamati adanya peningkatan motivasi belajar siswa. Siswa terlihat lebih antusias ketika pembelajaran dimulai dan menunjukkan perhatian lebih besar terhadap penjelasan guru. Mereka lebih aktif bertanya, mengikuti arahan, serta lebih bersemangat ketika melakukan praktik olahraga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa program MBG tidak hanya memberikan dampak pada aspek kesehatan, tetapi juga memengaruhi aspek psikologis siswa. Ketika kebutuhan dasar siswa terpenuhi, siswa akan memiliki kondisi yang lebih nyaman sehingga mampu mengikuti pembelajaran dengan lebih baik. Menurut Sardiman (2018), motivasi belajar merupakan dorongan yang menyebabkan seseorang melakukan aktivitas belajar secara sadar dan berkelanjutan. Guru PJOK menilai bahwa program MBG dapat menjadi bagian dari pembentukan kebiasaan hidup sehat pada siswa. Melalui pemberian makanan bergizi, siswa mulai mengenal pentingnya pola makan yang baik untuk mendukung kesehatan tubuh dan aktivitas sehari-hari. Hal ini sejalan dengan pendapat Supriasa (2020) bahwa pemenuhan gizi pada anak sekolah tidak hanya berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik, tetapi juga berhubungan dengan kemampuan belajar, konsentrasi, dan aktivitas anak. Berdasarkan tanggapan guru PJOK tersebut dapat diketahui bahwa implementasi Program Makan Bergizi Gratis memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran PJOK. Guru melihat adanya peningkatan kesiapan fisik, semangat belajar, serta keaktifan siswa setelah adanya program MBG.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesetujuan siswa terhadap implementasi Program Makan Bergizi Gratis dan motivasi belajar PJOK memperoleh nilai rata-rata sebesar 3,42 yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa memberikan respon positif terhadap program MBG karena pemberian makanan bergizi membantu memenuhi kebutuhan energi selama mengikuti kegiatan sekolah. Dengan terpenuhinya kebutuhan gizi, siswa memiliki kondisi fisik yang lebih baik sehingga lebih siap mengikuti pembelajaran PJOK yang membutuhkan aktivitas fisik secara langsung. Berdasarkan distribusi kategori motivasi belajar, sebanyak 11 siswa (64,7%) berada pada kategori sangat tinggi dan 6 siswa (35,3%) berada pada kategori tinggi, serta tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sedang maupun rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa implementasi MBG berkontribusi terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Peningkatan motivasi terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran, perhatian terhadap arahan guru, kemauan mengikuti aktivitas olahraga, serta kesungguhan siswa dalam menyelesaikan kegiatan pembelajaran. Program MBG juga memberikan dampak terhadap keaktifan siswa dalam pembelajaran PJOK. Siswa menjadi lebih mampu berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik seperti permainan olahraga, latihan kebugaran, dan praktik keterampilan gerak. Pemenuhan energi melalui makanan bergizi membuat siswa tidak mudah mengalami kelelahan sehingga mampu mengikuti pembelajaran secara aktif dari awal hingga akhir. Hal tersebut menunjukkan bahwa kondisi fisik yang baik menjadi salah satu faktor pendukung keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Selain berdasarkan hasil angket siswa, tanggapan guru PJOK juga memperkuat hasil penelitian bahwa program MBG memberikan pengaruh positif terhadap pembelajaran. Guru PJOK mengamati adanya perubahan pada perilaku siswa setelah

implementasi MBG, seperti siswa terlihat lebih bersemangat, lebih aktif mengikuti kegiatan olahraga, lebih mudah diarahkan, serta memiliki kesiapan fisik yang lebih baik selama pembelajaran berlangsung. Guru juga menilai bahwa program MBG membantu menciptakan suasana belajar yang lebih kondusif karena siswa memiliki energi dan kondisi tubuh yang lebih optimal.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa hubungan antara program MBG dengan motivasi belajar PJOK terjadi melalui beberapa aspek, yaitu aspek fisiologis, psikologis, dan lingkungan belajar. Dari aspek fisiologis, makanan bergizi membantu memenuhi kebutuhan energi siswa sehingga mendukung aktivitas fisik. Dari aspek psikologis, perhatian sekolah melalui program MBG meningkatkan rasa nyaman dan semangat siswa dalam belajar. Sedangkan dari aspek lingkungan, program MBG menciptakan suasana sekolah yang mendukung penerapan pola hidup sehat. Program MBG tidak hanya berfungsi sebagai upaya pemenuhan kebutuhan makanan siswa, tetapi juga menjadi salah satu faktor pendukung dalam meningkatkan kualitas pembelajaran melalui peningkatan energi, kesiapan fisik, motivasi, konsentrasi, keaktifan, dan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran berlangsung

REFERENSI

- Al Fazri, M., et al. (2025). Pengaruh program makan bergizi terhadap kesiapan belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 10(1), 45–58.
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: RinekaCipta.
- Arsyad, A. (2011). *Media pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Djaali. (2013). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Djamarah, S. B. (2015). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ekawarna. (2013). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: Referensi.
- Eriany, P. (2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan*, 8(2), 115–125.
- Hamalik, O. (2017). *Proses belajar mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hamzah, B. Uno. (2011). *Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hidayat, A. (2020). Pengaruh status gizi terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 6(2), 120–130.
- Husdarta. (2009). *Manajemen pendidikan jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan program gizi nasional*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pelaksanaan program makan bergizi di sekolah*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kompri. (2016). *Motivasi pembelajaran perspektif guru dan siswa*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- Maslow, A. H. (1943). *A Theory of Human Motivation*. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook (3rd ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyanto. (2014). *Pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2019). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Peraturan Badan Gizi Nasional Republik Indonesia Nomor 6 Tahun 2024 tentang Pedoman Penyelenggaraan Bantuan Pemerintah.
- Peraturan Badan Pangan Nasional Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2025 tentang Dana Alokasi Khusus Nonfisik Bidang Pangan.
- Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 83 Tahun 2024 tentang Badan Gizi Nasional.

- Pratama, R. (2022). Pengaruh pemberian makanan tambahan terhadap keaktifan belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 9(1), 55–66.
- Rahmawati, D. (2020). Hubungan asupan gizi dengan konsentrasi belajar siswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 88–95.
- Ridwan. (2019). *Belajar mudah penelitian untuk guru*. Bandung: Alfabeta.
- Rukmana. (2009). *Pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sardiman, A. M. (2014). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sardiman, A. M. (2018). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Depok: Rajawali Pers.
- Sardiman, A. M. (2018). *Motivasi belajar dan pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sari, D. (2021). Hubungan status gizi dengan motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan*, 7(1), 33–42.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Macmillan.
- Slameto. (2015). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Slameto. (2021). *Belajar dan pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Supriasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2020). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Supnawadi, S., Suprpto, S., Khusniyah, N. L., & Thoib, I. (2025). The impact of free meal programs in education. *International Journal of Education*, 12(1), 75–90.
- Suryani, L. (2019). Pembentukan karakter melalui program makan bersama di sekolah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 4(2), 101–110.
- Susanto, A. (2018). *Teori belajar dan pembelajaran di sekolah dasar*. Jakarta: Prenadamedia.
- Tyas, R. (2014). Indikator motivasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan*, 3(1), 45–52. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2012 tentang Pangan.
- UNICEF. (2021). *School feeding programs and their impact on education*. New York: UNICEF.
- UNICEF. (2021). *The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health*. New York: UNICEF.
- Uno, H. B. (2016). *Teori motivasi dan pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- WHO. (2020). *Nutrition for health and development*. Geneva: World Health Organization.
- Winarno, M. E. (2020). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Winarno. (2020). *Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar*. Jakarta: Kencana.
- Wulandari, S. (2018). Pengaruh gizi terhadap kemampuan belajar siswa. *Jurnal Pendidikan*, 6(2), 77–85.
- Wulandari, S. (2023). Pengaruh intervensi gizi terhadap konsentrasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 10(2), 90–102.
- Yin, R. K. (2019). *Case study research and applications: Design and methods*. Thousand Oaks, CA: Sage.