

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN KEBIYASAAN SARAPAN DENGAN PRESTASI BELAJAR SAAT *NEW NORMAL* COVID-19 DI SDN 005 LANGGINI BANGKINANG KOTA

Parvita Hanna Fatiha¹, widawati²

Program Studi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
Hannaparvita@gmail.com, Widawatigamal@gmail.com

ABSTRAK

Status gizi dan kebiasaan sarapan merupakan dua faktor yang mempengaruhi prestasi belajar pada anak sekolah. Kecukupan energi atau nutrisi untuk meningkatkan kemampuan kognitif dapat dipenuhi dengan sarapan. Kebiasaan sarapan yang baik secara tidak langsung akan membentuk status gizi yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan status gizi dan kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar dimasa *New Normal* Covid-19 di SDN 005 Langgini Bangkinang Kota tahun 2021. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 28 Juni-8 Juli. Variabel independen pada penelitian ini status gizi dan kebiasaan sarapan pagi sedangkan variabel dependen pada penelitian ini adalah prestasi belajar. Adapun populasi pada penelitian ini adalah 408 siswa. Sampel pada penelitian ini adalah 30 siswa. Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan analisa bivariat. Hasil penelitian univariat menunjukkan sebanyak 16 siswa (53.3%) berstatus gizi normal, 17 siswa (56.7%) mempunyai kebiasaan sarapan baik dan 21 siswa (70%) mempunyai prestasi belajar baik. Hasil uji *Chi Square* menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar ($p = 0,004$) dan terdapat hubungan kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar ($p = 0,003$). Kesimpulan ada hubungan antara status gizi dan kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar. Hasil penelitian ini diharapkan para siswa dapat memperbaiki status gizi dan kebiasaan sarapan terutama dimasa *new normal* Covid-19.

Kata Kunci : Sarapan Pagi, Status Gizi, Prestasi Belajar

ABSTRACT

Nutritional status and breakfast habits are two factors that affect learning achievement in school children. Adequate energy or nutrients to improve cognitive abilities can be met with breakfast. Good breakfast habits will indirectly form a good nutritional status. The purpose of this study was to analyze the relationship between nutritional status and breakfast habits with learning achievement during the New Normal Covid-19 at SDN 005 Langgini Bangkinang City in 2021. This study was conducted on 28 June-8 July. The independent variables in this study were nutritional status and breakfast habits, while the dependent variable in this study was learning achievement. The population in this study was 408 students. The sample in this study was 30 students. The design of this research is quantitative with a cross sectional research design. The data analysis used in this research is univariate analysis and bivariate analysis. The results of the univariate study showed that as many as 16 students (53.3%) had normal nutritional status, 17 students (56.7%) had good breakfast habits and 21 students (70%) had good learning achievements. The results of the Chi Square test showed that there was a relationship between nutritional status and learning achievement ($p = 0.004$) and there was a relationship between breakfast habits and learning achievement ($p = 0.003$). The conclusion is that there is a relationship between nutritional status and breakfast habits with learning achievement. The results of this study are expected that students can improve nutritional status and breakfast habits, especially during the new normal Covid-19.

Keywords : Breakfast, nutritional status, learning achievement

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan investasi yang berharga bagi bangsa, karena mereka yang akan menjadi penerus generasi bangsa selanjutnya. Kualitas bangsa dimasa yang akan datang

juga ditentukan oleh kualitas anak-anak sehingga mulai dari sejak dini harus ditingkatkan. Tujuan utama pembangunan nasional adalah peningkatan kualitas sumber daya manusia yang dilakukan secara berkelanjutan. Salah satu sumber daya manusia yang akan memainkan peranan penting dalam pembangunan bangsa adalah anak sekolah (Judarwanto, 2018).

Anak sekolah dasar menurut *World Health Organization* (WHO, 2018) yaitu golongan anak yang berusia antara 6-12 tahun. Adanya pandemi virus Covid-19 menimbulkan dampak negatif pada bidang pendidikan terutama pada anak sekolah. Dimasa pandemi virus Covid-19, pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan *new normal* dimana terjadi perubahan budaya hidup termasuk dalam bidang pendidikan. Salah satunya proses pembelajaran menjadi terhambat, pembelajaran yang awalnya tatap muka kini menjadi pembelajaran daring.

New Normal merupakan kehidupan baru dimana masyarakat tetap melakukan berbagai aktivitas seperti biasa namun tetap menerapkan protokol kesehatan yang telah ditetapkan pemerintah agar penyebaran virus Covid-19 dapat diatasi. Dimasa *new normal*, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan kebijakan terkait pelaksanaan tahun akademik baru, pelaksanaan proses pembelajaran dan penggunaan fasilitas atau layanan sekolah (Fatimah, 2019).

Dimasa *new normal*, beberapa SD sudah mulai melakukan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) disekolah meskipun beberapa SD tetap melakukan pembelajaran melalui media *online* atau gabungan keduanya. Adanya perubahan KMB ini tentunya akan mempengaruhi prestasi belajar siswa. Prestasi belajar bagi siswa sangat penting, sebab prestasi belajar akan menentukan kemampuan siswa dan menentukan naik tidaknya siswa ketingkat kelas yang lebih tinggi. Prestasi belajar adalah bukti keberhasilan usaha yang dicapai. Salah satu cara menilai kualitas seorang anak adalah dengan melihat prestasi belajarnya di sekolah. Hasil prestasi belajar bersifat dokumentatif yang dinyatakan dengan nilai rapor dan ulangan harian (Sardiman, 2016).

Prestasi belajar berhubungan dengan naik kelas atau tinggal kelas (mengulang). Menurut laporan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, persentase jumlah siswa yang mengulang di Indonesia cenderung mengalami penurunan (Kemendikbud, 2021). Persentase jumlah siswa yang mengulang pada tahun ajaran 2016/2017 adalah 1,41%, 2017/2018 adalah 1,45%, 2018/2019 adalah 1,35% dan 2019/2020 adalah 1,10%. Adapun persentase jumlah siswa mengulang di provinsi Riau angkanya melebihi persentasi nasional yaitu pada tahun ajaran 2016/2017 adalah 1,50%, 2017/2018 adalah 1,54%, 2018/2019 adalah 1,54% dan 2019/2020 adalah 1,30 (Kemendikbud, 2021).

Berdasarkan data-data di atas dapat disimpulkan bahwa dari tahun ajaran 2016-2017 sampai tahun ajaran 2019-2020 persentase jumlah siswa yang mengulang mengalami penurunan, meskipun untuk provinsi Riau persentasenya lebih tinggi daripada persentase nasional. Pada tahun 2019 dan 2020 dimana Indonesia mengalami pandemi Covid-19 dan *new normal* dapat dikatakan bahwa jumlah siswa yang mengulang mengalami penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa, salah satunya adalah status gizi. Menurut Arikunto (2016) prevalensi anak gizi buruk dan kurang, sangat pendek dan pendek, serta sangat kurus dan kurus merupakan salah satu indikator yang digunakan dalam Indeks Pembangunan Kesehatan Masyarakat (IPKM). Di Indonesia prevalensi anak usia 5-12 tahun yang tergolong sangat sangat kurus dan kurus (berdasarkan indeks IMT/U) adalah 3,4% dan 7,5%. (Kemenkes, 2018).

Riskesdas tahun 2018 melaporkan prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun (IMT/U) yang terdiri sangat kurus, kurus, normal, gemuk dan obesitas. Untuk provinsi Riau, prevalensi status gizi sangat kurus 2,7%, kurus 72 %, normal 72,7%, gemuk 9,1% dan

obesitas 8,4%. Angka-angka tersebut diatas angka prevalensi nasional, kecuali untuk sangat kurus, gemuk dan obesitas. Adapun prevelensi status gizi nasional adalah sangat kurus 2,4%, kurus 6,8%, normal 70,8%, gemuk 10,8% dan obesitas 9,2%.

Salah satu faktor fisiologis yang mempengaruhi status gizi dan prestasi belajar yaitu berupa kecukupan energi atau nutrisi yang dapat dipenuhi dengan sarapan. Sarapan adalah salah satu pemenuhan nutrisi yang sangat berperan dalam mengaktifkan daya kinerja tubuh agar tidak gampang lelah. Sarapan pagi bagi anak usia sekolah sangatlah penting, karena waktu sekolah penuh aktivitas yang membutuhkan energi dan kalori yang cukup besar. Sarapan pagi harus memenuhi sebanyak $\frac{1}{4}$ kalori sehari (Depkes RI, 2012).

Sarapan dibutuhkan untuk mengisi lambung yang telah kosong selama 8-10 jam dan bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar dan kemampuan fisik. Sarapan dianjurkan untuk mempengaruhi peningkatan pembelajaran pada anak-anak dalam hal perilaku, kognitif, dan prestasi belajar anak di sekolah (Iqbal, 2015). Hal serupa juga diungkapkan oleh Hoyland (2017) bahwa terdapat efek positif sarapan pada anak yaitu kemampuan kognitif, tingkah laku dan prestasi di sekolah, dengan kata lain terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar siswa. Alasan pemilihan SDN 005 Langgini karena SDN 005 Langgini merupakan sekolah 1 SDN Bangkinang Kota yang melaksanakan belajar mengajar pada era *new normal*.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan *Quasy-eksperimen* dengan rancangan penelitian *cross sectional* yaitu pengukuran variabel bebas dan variabel terikat dalam waktu yang bersamaan. Waktu penelitian ini dilakukan pada Tanggal 30 Juli- 8 Agustus 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SDN 005 Langgini Bangkinang Kota berjumlah 480 orang siswa, dengan jumlah 133 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Pengambilan sampel didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah status gizi dan kebiasaan sarapan. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah prestasi belajar. Teknik pengumpulan data adalah data primer dan data sekunder. Analisis dalam penelitian ini dengan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji uji *Chi-square*. Untuk untuk mengetahui ada hubungan antara pengetahuan gizi, dan sikap gizi dengan status gizi siswa SDN 005 Bangkinang Kota..

HASIL

Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa SDN 005 Langgini Bangkinang Kota

Status gizi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak normal	14	46.7
Normal	16	53.3
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa sebanyak 16 siswa (53,3%) mempunyai status gizi normal

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Siswa SDN 005 Langgini Bangkinang Kota

No	Kebiasaan sarapan	Frekuensi (n)	Persentasi %
1	Tidak baik	13	43.3
2	Baik	17	56.7

Jumlah	30	100
---------------	-----------	------------

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa sebanyak 17 siswa (56,7%) mempunyai kebiasaan sarapan pagi baik.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi prestasi belajar Siswa SDN 005 Langgini Bangkinang Kota

No	Prestasi belajar	Frekuensi (n)	Persentasi %
1	Baik	21	70
2	Tidak baik	9	30
Jumlah		30	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa sebanyak 21 (70%) siswa mempunyai prestasi belajar baik.

Analisa Bivariat

Analisa bivariat ini memberikan gambaran ada tidaknya hubungan antara variabel independen (status gizi dan sarapan pagi) dan variabel dependen (prestasi belajar). Analisa bivariat diolah dengan program komputerisasi menggunakan *uji chi-square*. Kedua variabel terdapat hubungan apabila *p value* < 0,05. Hasil analisa bivariat dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar

Tabel 4 Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Saat *New Normal* Covid-19 di SDN 005 Langgini Bangkinang Kota Tahun 2021

No	Status Gizi	Prestasi belajar				Total		POR	P Value
		Tidak baik		Baik		N	%		
		N	%	N	%				
1	Tidak normal	6	42.8	8	57.2	14	100	0.667	0.004
2	Normal	3	18.75	12	81.25	16	100		
Total		9	30	21	70	30	100		

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 14 siswa dengan status gizi tidak normal terdapat 8 (57.2%) siswa dengan prestasi belajar baik. Dari 16 siswa dengan status gizi normal terdapat 3 (20%) siswa dengan prestasi belajar tidak baik. Uji *Chi Square* diperoleh nilai $p = 0,004$ ($p \text{ value} < 0,05$), berarti ada hubungan status gizi dengan prestasi belajar saat *new normal* Covid-19 di SDN 005 Langgini Bangkinang Kota tahun 2021. Berdasarkan nilai *odds ratio* 0,667 yang artinya bahwa siswa dengan status gizi tidak normal mempunyai kemungkinan sebesar 0,667 kali untuk mempunyai prestasi belajar tidak baik.

Hubungan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar

Tabel 5 Hubungan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Saat *New Normal* Covid-19 Di SDN 005 Langgini Bangkinang Kota Tahun 2021

No	Sarapan Pagi	Prestasi belajar				Total		POR	P Value
		Tidak baik		Baik		N	%		
		N	%	N	%				
1	Tidak baik	6	46.2	7	53.8	13	100	0.278	0.003

2	Baik	3	17.6	14	82.4	17	100
Total		9	30	21	70	30	100

Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat bahwa dari 13 siswa dengan kebiasaan sarapan pagi tidak baik terdapat 7 (53.8%) siswa dengan prestasi belajar baik. Dari 17 siswa dengan sarapan pagi tidak baik terdapat 14 (82.4%) siswa dengan prestasi belajar baik. Uji *Chi Square* diperoleh nilai $p = 0,003$ ($p \text{ value} < 0,05$), dengan demikian ada hubungan sarapan pagi dengan prestasi belajar saat *new normal* Covid-19 Di SDN 005 Langgini Bangkinang Kota tahun 2021. Berdasarkan nilai *odds ratio* 0,278 yang artinya bahwa siswa dengan kebiasaan sarapan pagi tidak baik mempunyai kemungkinan 0,278 kali mempunyai prestasi belajar tidak baik.

PEMBAHASAN

Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar saat *New Normal* Covid-19 di SDN 005 Langgini Bangkinang Kota Tahun 2021

Dari 14 siswa dengan status gizi tidak normal terdapat 6 (42.8%) dengan prestasi belajar tidak baik dan status tidak normal 8 (57.2%) dengan prestasi belajar tidak baik . Dari 15 siswa status gizi normal terdapat 3 (20%) dengan prestasi belajar tidak baik dan 12 (80%) dengan prestasi belajar baik.. Hasil analisa bivariat dari variabel hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar pada siswa di kelurahan Langgini diperoleh $P \text{ value} = 0,004 < 0,05$.

Adanya hubungan antara status gizi dan prestasi belajar mungkin disebabkan adanya pengaruh makanan yang dikonsumsi oleh siswa terhadap perkembangan otak. Apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama, akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak yang berakibat terjadinya ketidakmampuan kinerja otak berfungsi normal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil. Jumlah sel dalam otak berkurang dan terjadi ketidakmatangan dan ketidaksempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan anak. Hal ini didukung oleh teori MC. Williams (1980), status gizi seseorang berkaitan erat dengan asupan gizi dari makanan yang dikonsumsinya baik kuantitas maupun kualitas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktivani (2018) yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar. Akan tetapi penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Tanita (2019) yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar.

Adanya kesenjangan antara siswa dengan status gizi tidak normal tetapi mempunyai prestasi belajar yang baik mungkin disebabkan status gizi siswa yang gizi lebih dan obesitas dimana mereka mengonsumsi lebih banyak makanan yang bergizi untuk kecerdasan otak, dengan demikian siswa mempunyai prestasi belajar diatas rata-rata. Berbeda halnya dengan status gizi kurang yang disebabkan kurangnya konsumsi makanan yang bergizi sehingga akan berpengaruh terhadap prestasi belajar. Adapun kesenjangan antara siswa dengan status gizi normal tetapi mempunyai prestasi belajar yang tidak baik mungkin disebabkan kurangnya makanan yang dikonsumsi oleh siswa terutama makanan-makanan yang dapat meningkatkan prestasi belajar seperti makanan tinggi protein, vitamin dan mineral. Meskipun secara kuantitas makanan yang dikonsumsi siswa dapat memenuhi kebutuhan gizi siswa yang ditandai dengan status gizi baik, tetapi secara kualitas makanan tersebut kurang.

Hubungan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar saat *New Normal* Covid-19 di SDN 005 Langgini Bangkinang Kota Tahun 2021

Dari 13 siswa dengan kebiasaan sarapan pagi tidak baik terdapat 7 (53.8%) siswa dengan dengan prestasi belajar baik. Dari 17 siswa dengan kebiasaan sarapan pagi tidak baik terdapat 14 (82.4%) siswa dengan prestasi belajar baik. Hasil analisa bivariat dari variabel hubungan antara sarapan pagi dengan prestasi belajar pada siswa di kelurahan Langgini diperoleh $P\text{ value} = 0,003 < 0,05$. Adanya hubungan antara sarapan pagi dengan prestasi belajar mungkin disebabkan oleh kebiasaan sarapan responden cenderung sudah baik dari frekuensi, waktu, lokasi, dan cara memperoleh sarapan.

Adanya kesenjangan antara siswa yang tidak biasa sarapan pagi tetapi mempunyai prestasi belajar yang baik mungkin disebabkan sudah terbiasa tidak sarapan pagi sehingga tidak mengganggu konsentrasi belajar siswa. Adapun kesenjangan antara yang biasa sarapan pagi tetapi mempunyai prestasi belajar yang tidak baik mungkin disebabkan setelah sarapan pagi responden merasa mengantuk karena kekenyangan dan kurang berkonsentrasi dalam belajar.

Sarapan pagi memberikan berbagai manfaat, diantaranya menyediakan karbohidrat yang siap digunakan untuk meningkatkan kadar gula darah, memberikan kontribusi penting beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh dan mengurangi kemungkinan jajan di sekolah. Dampak yang didapat jika tidak sarapan yaitu sulit berkonsentrasi saat belajar di sekolah, tubuh lemah dan lesu, siklus kelaparan sepanjang hari, sering pingsan, tekanan darah rendah dan pusing, serta dapat meyebabkan sering mengemil (BPOM 2013).

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan La Fua (2016) yang menyatakan ada hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak usia sekolah di SDN 01 Gunung Sari Kecamatan Bonegunu Kabupaten Buton Utara. Kebiasaan sarapan pagi pada anak akan mempengaruhi tingkat konsentrasi dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah, karena makan atau sarapan pagi adalah menu makanan yang pertama yang dikonsumsi seseorang. Biasanya orang makan malam sekitar pukul 19.00 WIB dan baru makan lagi paginya sekitar pukul 06.00 WIB. Berarti selama sekitar 10-12 jam mereka puasa. Dengan adanya puasa itu, cadangan gula dara (glukosa) dalam tubuh seseorang hanya cukup untuk aktifitas 2-3 jam di pagi hari. Tanpa sarapan seseorang akan mengalami hipoglikemia atau kadar glukosa dibawah normal. Hipoglikemia mengakibatkan tubuh gemeteran, pusing dan sulit berkonsentrasi. Itu semua karena kekurangan glukosa yang merupakan sumber energi bagi otak (Anissa, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Verdiana dan Muniroh (2017) dengan judul kebiasaan sarapan berhubungan dengan konsentrasi belajar pada Siswa SDN Sukoharjo I Malang didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar siswa dengan nilai $p = 0,001$ dan penelitian yang dilakukan oleh Sumertyasa, dkk (2017) dengan judul pengaruh makan pagi terhadap konsentrasi belajar siswa kelas X Jasa Boga SMK Negeri 2 Singaraja didapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan antara makan pagi dengan konsentrasi belajar dan kebiasaan makan pagi memberikan kontribusi sebesar 54,7% terhadap tingkat konsentrasi belajar.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan didapatkan distribusi frekuensi prestasi belajar siswa sebagian besar pada kategori prestasi belajar baik. Distribusi frekuensi kebiasaan sarapan pagi siswa sebagian besar pada kategori baik. Distribusi frekuensi status gizi siswa sebagian besar pada kategori tidak normal. Terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar saat *new normal* Covid-19 di SDN 005 Langgini Bangkinang kota tahun

2021. Terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa saat *new normal* Covid-19 di SDN 005 Langgini Bangkinang kota tahun 2021.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada program studi S1 Gizi universitas Pahlawan tuanku tambusai baik pada dosen, staff dan semua rekan seperjuangan. Serta untuk semua responden yang telah bersedia memberikan bantuan dengan ikhlas demi selesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- ADA. (2017). *Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar 13 Kabila Kecamatan Kabila Kabupaten Bone Bolango*. <http://www.ADA.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Annisa. (2014). Hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak usia sekolah di SDN 03 Siari Kecamatan Banda Kabupaten Buton Timur.
- Apriyanti. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kehadiran Ibu Menimbang Anak Balita di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Alalak Tengah dan Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin. *Jurnal Skala Kesehatan*. Volume 5 Nomor 1.
- Arikunto. (2016). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar. (2011). *Sikap dan Perilaku. Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya* (Edisi 2). Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar. (2012). *Metode Penelitian*: Yogyakarta. Pustaka pelajar.
- BPOM RI. (2013). *Jejaring Informasi Pangan dan Gizi*. Jakarta : Edisi II.
- Depkes RI. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Depkes RI.
- Depkes RI. (2012). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Depkes RI.
- Dewi Retno. (2018). *Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta*. <http://www.dewiretno.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Ethasari. (2014). *Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan dengan Kesegaran Jasmani dan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di SD Negeri Padangsari 02 Banyumanik*. <http://www.ethasari.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Fatimah. (2019). *Hubungan status gizi dengan kebiasaan sarapan pagi pada anak SDN Balam Jaya di era new normal covid-19 tahun 2016*. <http://www.fatimah.com>. Diakses pada tanggal 18 April 2021.
- Hanif. (2016). *Hubungan sarapan dengan prestasi belajar pada mahasiswa keperawatan semester 2 pada modul BSN di uin Syarif Jakarta tahun 2016*. <http://www.hanif.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Hanif. (2016). *Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar*. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. Vol. 12, No. 1. <http://www.hanif.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Hardiansyah. (2016). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: ECG.
- Hidayat. (2012). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Hoyland. (2017). *Breakfast Consumption in UK Schoolchildren and Provision of School Breakfast Clubs*. *British Nutrition Foundation Nutrition Bulletin*, 37(3): 232–240.

- Hutabarat. (2016). *Cara Belajar*. Jakarta: BPK. Gunung Mulia.
- Ilmirth. (2015). *Gizi Terapan*. Bandung: Grafindo Persada.
- Iqbal. (2016). *Manfaat Sarapan Pagi*. QultumMedia. <https://books.google.co.id/>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Judarwanto. (2018). *Hubungan status gizi dengan kebiasaan sarapan pagi pada anak SDN Telanai tahun 2017*. <http://www.judarwanto.com>. Diakses pada tanggal 4 April 2021.
- Kemendikbud. (2021). *Profil Data siswa-siswi*. <http://www.kemendikbud.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Kemenkes. (2018). *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. In: Anak DJBGDKId, editor. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khomsan. (2016). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta:Raja Grafindo Persada, 140-143.
- Kumala. (2013). *Suplemen Pembelajaran Perubahan Iklim untuk Guru*.Jakarta: Kementrian Lingkungan Hidup.
- La fua. (2016). Hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak usia sekolah di SDN 01 Gunung Sari Kecamatan Bonegunu Kabupaten Buton Utara.
- Muniroh. (2016). Hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak usia sekolah di SDN 04 Kediri.
- Notoatmodjo. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Oktifiani. (2018). *Hubungan Status Gizi dan Kualitas Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV dan V di SD Negeri 21 Manado*. <http://www.oktifiani.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Par'i. (2016). *Penilaian Status Gizi: Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*. Jakarta: EGC
- Purwanto. (2016). *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sardiman. (2016). *Hubungan status gizi dan kebiasaan sarapan pagi dengan prestasi belajar pada anak SDN Induk Sari di era new normal covid-19 tahun 2017*. <http://www.sadirman.com>. Diakses pada tanggal 18 April 2021.
- Siagian. (2016). *Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Obesitas pada Anak SD Kelas IV-VI di SD Pantekosta Magelang Tahun 2017*. Skripsi. Yogyakarta : Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. <http://www.siagian.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- Sirajudin. (2015). *Survei Konsumsi Pangan*. Jakarta EGC; 2015
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Supariasa. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: ECG.
- Suryabrata. (2016). *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Tanita Aprilia. (2019). *Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar*. <http://www.tanitaaprilia.com>. Diakses pada tanggal 5 Mei 2021.
- WHO. (2018). *Dampak pandemi covid-19*. <http://www.who.com>. Diakses pada tanggal 4 April 2021.
- Yusuf. (2017). *Asesmen dan Evaluasi Pendidikan Pilar Penyedia Informasi dan Kegiatan Pengendalian Mutu Pendidikan*, Jakarta: Kencana.