
HUBUNGAN STATU GIZI, SARAPAN PAGI DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR

Cika Afrilia¹, Resmiati^{2*}, Hafifatul Auliya Rahmy³

^{1,2}Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

³Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri
Sulthan Thaha Saifuddin Jambi

*Email korespondensi: resmiati@ph.unand.ac.id

Submitted :03-04-2022, Reviewed:02-07-2022, Accepted:29-08-2022

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v7i2.910>

ABSTRACT

Good learning achievement is a reflection of quality human resources. Indonesian students' learning achievement is low compared to other developing countries. Increasing student learning achievement is not enough just to fulfill infrastructure and create a conducive learning environment, but it is necessary to pay attention to internal factors that theoretically support the physical and mental readiness of students, including: nutritional status, breakfast habits, and learning motivation. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional status, breakfast and learning motivation on learning achievement. This research is an analytic observational study with a cross sectional approach. The research sample amounted to 78 respondents. Sampling was done by using simple random sampling technique. Nutritional status data were collected by anthropometric measurements of BMI/U index, breakfast using the food record form, learning motivation using a questionnaire, and learning achievement through the average score of report cards. Data analysis used Chi-square test. Respondents who have good learning achievement are 52.1%. As many as 12.7% of students have poor nutritional status, and 5.6% have more nutritional status. Breakfast for students in the frequent category is as much as 70.4%, and students with a low calorie intake for breakfast are 52.1%. Students' learning motivation is classified as low as much as 50.7%. Variables related to learning achievement were breakfast calorie intake ($p=0.023$; $OR=3.435$) and learning motivation ($p=0.043$; $OR= 3.012$). Breakfast calories and learning motivation affect student achievement. Students are expected to consume healthy and nutritious food for breakfast every day, in sufficient quantity and type.

Keywords : Nutrition Status; Breakfast Calories; Learning Motivation; Learning Achievement

ABSTRAK

Prestasi belajar yang baik merupakan cerminan dari sumberdaya manusia yang berkualitas. Prestasi belajar siswa Indonesia tergolong rendah dibandingkan negara berkembang lainnya. Peningkatan prestasi belajar siswa tidak cukup hanya dengan pemenuhan atas sarana prasarana dan penciptaan lingkungan belajar yang kondusif, tapi perlu diperhatikan faktor internal yang secara teoritis menunjang kesiapan fisik dan mental peserta didik, seperti: status gizi, kebiasaan sarapan, dan motivasi belajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi, sarapan pagi dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 78 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik simple random sampling. Data status gizi dikumpulkan dengan pengukuran antropometri indeks IMT/U, sarapan pagi dengan menggunakan

formulir food record, motivasi belajar dengan menggunakan kuesioner, dan prestasi belajar melalui nilai rata-rata rapor. Analisis data memakai uji Chi-square. Responden yang memiliki prestasi belajar baik adalah sebanyak 52,1%. Sebanyak 12,7 % siswa memiliki status gizi kurang, dan sebanyak 5,6% memiliki status gizi lebih. Sarapan pagi siswa dengan kategori sering adalah sebanyak 70,4%, dan siswa dengan asupan kalori sarapan yang kurang adalah sebanyak 52,1%. Motivasi belajar siswa tergolong rendah sebanyak 50,7%. Variabel yang berhubungan dengan prestasi belajar adalah asupan kalori sarapan pagi ($p=0,023$; $OR=3,435$) dan motivasi belajar ($p=0,043$; $OR= 3,012$). Jumlah kalori sarapan pagi dan motivasi belajar mempengaruhi prestasi belajar siswa. Siswa diharapkan mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi untuk sarapan setiap hari, cukup jumlah dan jenisnya.

Kata Kunci : Status Gizi; Kalori Sarapan Pagi; Motivasi Belajar; Prestasi Belajar

PENDAHULUAN

Peningkatan indeks pembangunan manusia (IPM) diukur melalui empat pendekatan, yaitu: pendapatan per kapita, angka harapan hidup, tingkat buta huruf, dan pendidikan (BPS, 2018). Prestasi belajar merupakan salah satu tolak ukur dalam proses pendidikan untuk meningkatkan indeks pembangunan manusia (IPM). Melalui pendidikan seseorang dapat menambah pengetahuan dan membentuk watak agar menjadi manusia yang berkualitas, beradab dan berakhlak mulia. Pendidikan juga wadah untuk mengembangkan potensi diri (Sunandi L, 2013).

Prestasi belajar di Indonesia termasuk rendah. IPM Indonesia mengalami penurunan sebesar 0,42 dari nilai 70,81 pada tahun 2017 menjadi 70,39 di tahun 2018 (BPS, 2018). Penurunan IPM ini akan berdampak terhadap tingkat kesehatan, usia harapan hidup, serta produktivitas dan kualitas manusia di Indonesia. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian *Organisation Economic Co-operation and Development (OECD)* dinyatakan bahwa Indonesia peringkat ke 62 dari 72 negara dalam mata pelajaran matematika dan IPA (OECD, 2019).

Padahal berdasarkan APBN (Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara) tahun 2018 menyatakan Indonesia telah mengeluarkan biaya untuk memajukan pendidikan sebesar 20% atau sekitar Rp 444 triliun dari anggaran

negara. Akan tetapi prestasi belajar siswa di Indonesia masih belum memberikan hasil yang memuaskan. Keadaan ini menunjukkan upaya peningkatan prestasi belajar harus terus-menerus dilakukan agar dapat menaikkan peringkat Indonesia sehingga mampu bersaing secara global.

Prestasi belajar dipengaruhi berbagai factor internal dan eksternal, diantaranya adalah motivasi, status gizi, dan sarapan. Sarapan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan stamina (Kemenkes, 2014). Kebiasaan tidak sarapan pagi akan berdampak pada penurunan cadangan glikogen dalam tubuh sehingga mengurangi suplai energi untuk fungsi otak (Wardoyo, 2013).

Status gizi optimal akan berperan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Sehingga akan mempengaruhi daya intelektual dan konsentrasi belajar yang berdampak pada prestasi belajar. Individu yang sehat dengan status gizi yang optimal akan mampu mengembangkan kapasitasnya secara maksimal (Sa'adah dkk, 2014).

Motivasi belajar akan memicu siswa untuk rajin belajar sehingga menjadi lebih aktif dan memperoleh hasil belajar yang tinggi. Menurut Sriyono tahun 2012 menyatakan prestasi belajar ditentukan oleh ada atau tidaknya motivasi belajar di dalam diri siswa (Ngatiqoh, dkk, 2012). Adanya motivasi belajar yang tinggi dalam diri siswa akan memicu tingkah laku siswa untuk lebih

gigih, menciptakan perasaan senang dan dorongan untuk semangat belajar sehingga akan memberikan hasil belajar yang optimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi, sarapan pagi, dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di salah satu Sekolah Menengah Negeri yang ada di kota Padang, yaitu sebanyak 250 orang. Sampel penelitian adalah sebanyak 78 responden yang diambil dengan metode *simple random sampling*.

Data variabel status gizi dikumpulkan dengan pengukuran tinggi badan (TB) menggunakan mikrotoise dan berat badan (BB) dengan timbangan injak digital, dan indeks yang dipakai adalah indeks IMT/U. Sedangkan variabel sarapan pagi dengan menggunakan formulir *food record*, motivasi belajar dengan menggunakan kuesioner, dan prestasi belajar melalui nilai rata-rata rapor. Analisis data memakai uji Chi-square dengan CI sebesar 95%.

Variabel prestasi belajar dalam penelitian ini menggunakan nilai median rapor dengan mengkategorikan prestasi belajar baik (jika nilai rata-rata rapor=74) dan prestasi belajar cukup baik (jika nilai rata-rata rapor<74). Variabel sarapan pagi dinilai frekuensi dan asupan kalorinya dengan metode *food record*. Frekuensi sarapan dikatakan sering jika melakukan sarapan pagi > 4x per minggu dan jarang jika < 4x per minggu. Asupan kalori dikategorikan cukup jika $\geq 25\%$ AKG dan kurang jika <25% AKG.

Sedangkan variabel status gizi dikategorikan sesuai peraturan kemenkes, dimana kurang jika nilai *z-score* IMT/U < -2SD, normal jika nilai *z-score* IMT/U -2SD sampai 1SD, dan lebih jika nilai *z-score* IMT/U >1SD. Variabel motivasi belajar

dikategorikan berdasarkan nilai mean, dikategorikan tinggi jika skor motivasi \geq mean dan rendah jika skor motivasi <mean. Kuesioner motivasi belajar diadopsi dari penelitian terdahulu (Wahyuni, 2013).

Penelitian ini secara substansi tidak memiliki masalah etik dan dalam pelaksanaan penelitian selalui didahului *informed consent*. Namun penelitian tidak menjalani kaji etik karena penelitian ini sudah berlalu dan dilakukan pada tahun 2020. Dan lembaga kaji etik di institusi kami tidak bisa mengeluarkan lolos kaji etik untuk penelitian yang sudah berlalu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Prestasi Belajar, Sarapan, Status Gizi dan Motivasi Belajar Responden

Gambaran atau distribusi frekuensi variabel prestasi belajar, status gizi, sarapan pagi, dan motivasi belajar responden terlihat pada tabel 1. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui lebih dari separuh responden (52,1%) memiliki prestasi belajar baik. Prestasi belajar yang baik menunjukkan tercapainya standar minimal kompetensi dari materi yang telah diajarkan kepada siswa.

Pada tabel 1 diketahui sebagian besar (70,4%) responden memiliki frekuensi sarapan pagi sering. Sarapan pagi yang baik adalah yang memberikan kontribusi energi sebesar 25% dari total kebutuhan energi harian. Berdasarkan wawancara diketahui alasan responden tidak melakukan sarapan pagi antara lain karena tidak tersedianya makan pagi, terlambat bangun, dan tidak terbiasa sarapan pagi. Berdasarkan hasil *food record* diketahui sebagian besar responden dalam penelitian ini melakukan sarapan pada pukul 06.00 - 09.00 pagi, hal ini sesuai dengan anjuran Kemenkes (Kemenkes, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian pada table 1 diketahui lebih dari separuh (52,1%) responden dalam penelitian ini memiliki asupan kalori sarapan kurang.

Tabel 1. Distribusi frekuensi Prestasi Belajar, Sarapan, Status Gizi dan Motivasi Belajar

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Prestasi Belajar		
Cukup Baik (<74)	34	47.9
Baik (≥74)	37	52.1
Frekuensi Sarapan		
Jarang (<4kali/Minggu)	21	29.6
Sering (≥ 4kali/Minggu)	50	70.4
Asupan Kalori		
Kurang (<287 Kalori)	37	52.1
Cukup (≥287 Kalori)	34	47.9
Status Gizi		
Kurang (<-2SD)	9	12.7
Normal (≥-2SD sampai 1 SD)	58	81.7
Lebih (>1SD)	4	5.6
Motivasi Belajar		
Rendah (<94)	36	50.7
Tinggi (≥ 94)	35	49.3

Hal ini diduga karena sedikitnya makanan yang dikonsumsi responden saat sarapan dibuktikan berdasarkan rata-rata asupan kalori sarapan responden hanya sebesar 292 kkal, padahal sarapan pagi yang ideal sebaiknya mampu memenuhi 20-25% dari kebutuhan energi sehari atau sekitar 550-600 kkal. Berdasarkan hasil *food record* diketahui sumber pangan yang dikonsumsi responden tidak beragam dan kurang seimbang karena responden mengonsumsi sumber karbohidrat lebih dominan tanpa diseimbangkan dengan sumber protein, vitamin, dan mineral.

Pada table 1 juga diketahui bahwa sebagian besar (81,7%) responden memiliki status gizi normal. Sisanya dengan kategori gizi kurang dan lebih secara berurutan adalah sebanyak 12,7% dan 5,6%.

Berdasarkan hasil penelitian pada table 1 diketahui responden yang memiliki motivasi belajar rendah adalah sebanyak 36 responden (50,7%). Motivasi belajar akan memberikan dorongan kepada siswa untuk belajar lebih giat sehingga dapat menjamin keberlangsungan kegiatan belajar yang

berdampak pada penguasaan materi yang diajarkan kepada siswa (Ngatiqoh, dkk, 2012).

Hubungan Sarapan Pagi terhadap Prestasi Belajar

Sarapan yang ideal adalah memenuhi 25% dari kebutuhan energi total dalam sehari. Ketika terbangun dipagi hari, kadar glukosa dalam tubuh menurun atau rendah karena tubuh setidaknya sudah 8 jam berpuasa ketika tidur. Glukosa adalah satu-satunya pemasok energi bagi otak. Tanpa glukosa otak tidak dapat menjalankan fungsinya dengan baik. Jika glukosa dalam darah rendah (hipoglekemia) dimana mencapai 70 mg/dl maka tubuh akan melemah, gemetar, dan pusing serta berdampak pada penurunan konsentrasi belajar (Rahma, 2016). Dengan sarapan pagi maka tubuh mendapatkan pasokan glukosa yang cukup sehingga otak dapat menjalankan fungsinya dengan baik.

Pada penelitian ini diketahui bahwa frekuensi sarapan pagi tidak berhubungan dengan prestasi belajar responden ($p=0,871$),

dimana terlihat lebih rinci pada table 2. Hal ini menunjukkan bahwa frekuensi sarapan belum tentu membawa dampak yang signifikan terhadap prestasi belajar. Hasil ini sesuai dengan penelitian Rahmiwati yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan kebiasaan sarapan dengan prestasi belajar (Rahmiwati, 2014).

Namun pada penelitian ini terdapat hubungan jumlah kalori sarapan pagi dengan prestasi belajar responden ($p=0,023$). Responden dengan jumlah asupan kalori sarapan yang kurang akan berisiko memiliki prestasi belajar yang rendah ($OR=3,435$). Sehingga sarapan yang dapat mempengaruhi prestasi belajar adalah sarapan yang cukup nilai gizi dan kalorinya.

Menurut Kementerian kesehatan RI tahun 2014 menyatakan masyarakat Indonesia masih banyak yang belum membiasakan sarapan. Padahal kebiasaan tidak sarapan akan berdampak buruk terhadap proses belajar siswa di sekolah, penurunan aktifitas fisik, dan meningkatkan risiko jajan yang

tidak sehat. Kebiasaan tidak sarapan pagi akan berdampak pada penurunan cadangan glikogen dalam tubuh sehingga mengurangi suplai energi untuk fungsi otak. Meninggalkan sarapan pagi juga berdampak pada keseimbangan kerja sistem saraf pusat yang menyebabkan rasa pusing dan sulit untuk menerima pelajaran karena mengalami gangguan konsentrasi belajar (Kemenkes, 2014; Wardoyo, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian Hanum dan Trias tahun 2013 menemukan bahwa siswa yang mengalami kekurangan asupan kalori berdampak 81,57% mengalami penurunan konsentrasi belajar (Wardoyo, 2013). Kalori yang diperoleh dari sarapan pagi dapat meningkatkan asupan glukosa dan mikronutrien dalam otak sehingga memicu pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak yang optimal. Hal ini akan membuat otak bekerja lebih maksimal sehingga memudahkan dalam menerima pelajaran dan berkonsentrasi yang berdampak positif terhadap peningkatan hasil belajar.

Tabel 2. Hubungan Prestasi Belajar dengan Sarapan, Status Gizi dan Motivasi Belajar

Variabel Indenden	Prestasi Belajar				Total	POR	p-value
	Kurang Baik (<74)		Baik (>=74)				
	f	%	f	%			
Frekuensi Sarapan						1,291 (0,465-3,585)	0,871
Jarang (<4kali/Minggu)	11	52,4	10	47,6	21	100	
Sering (\geq 4kali/Minggu)	23	46	27	54	50	100	
Asupan Kalori							0,023
Kurang (<287 Kalori)	23	62,2	14	37,8	37	100	
Cukup (\geq 287 Kalori)	11	32,4	23	67,6	34	100	
Status Gizi						2,970 (0,820-10,761)	0,086
Tidak Normal	9	69,2	4	30,8	13	100	
Normal	25	43,1	33	56,9	58	100	
Motivasi Belajar						3,012 (1,145-7,926)	0,043
Rendah (<94)	22	61,1	14	38,9	36	100	
Tinggi (\geq 94)	12	34,3	23	65,7	35	100	

Hubungan Status Gizi dan Prestasi Belajar

Pada penelitian ini, status gizi dinilai dari indeks IMT/U, sesuai rekomendasi kementerian kesehatan karena responden adalah remaja dengan kelompok umur 13-18 tahun. Hasil penelitian ini yang terlihat pada tabel 2 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dan prestasi belajar responden ($p=0,086$).

Hasil ini sama dengan penelitian Sugrawati yang menyatakan tidak ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar (Sugrawati, 2016). Namun berbeda dengan penelitian Sa'adah yang menyatakan bahwa ada hubungan status gizi dengan prestasi belajar. Anak kurang gizi akan mudah mengantuk, kurang bergairah, dan cenderung mengakibatkan tumbuh kembang otak tidak optimal. Masalah status gizi pada anak juga berkaitan dengan sistem imun sehingga anak lebih mudah sakit dan tidak hadir ke sekolah. Semua ini akan berdampak pada proses belajar dan prestasi belajar anak di sekolah (Sa'adah dkk, 2014). Namun penelitian Sa'adah hanya berfokus pada gizi kurang (stunting dan wasting), tidak menyertakan gizi lebih.

Sementara itu, penelitian ini juga menyertakan gizi lebih, dimana distribusi status gizi adalah normal sebanyak 81,7%, kurang sebanyak 12,7% dan lebih 5,6%. Dan dalam analisa data, status gizi dikelompokkan pada 2 kategori, yaitu normal dan tidak normal.

Selain itu hasil penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar juga dapat disebabkan karena ada faktor lain yang lebih kuat mempengaruhi prestasi belajar selain status gizi seperti minat, bakat, motivasi, intelegensi, pola belajar, dan lingkungan belajar.

Hubungan Motivasi Belajar dan Prestasi Belajar

Hasil penelitian pada table 2 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara motivasi belajar dan prestasi belajar ($p\text{-value}=0,043$). Motivasi belajar dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang

diadopsi dari penelitian Wahyuni, 2013. Kuesioner motivasi belajar berupa isian tanda cek list dengan opsi pilihan: Sangat Sesuai, Sesuai, Kurang Sesuai, Tidak Sesuai, dan Sangat Tidak Sesuai yang terdiri dari 25 butir pertanyaan.

Responden dengan motivasi belajar rendah berisiko sebesar 3,012 kali memiliki prestasi belajar rendah. Hasil ini didukung oleh penelitian Astuti tahun 2012 menyatakan motivasi belajar berkontribusi sebesar 48,3% terhadap prestasi belajar (Astuti dkk, 2012). Sementara hasil penelitian oleh Ngatiqoh, dkk tahun 2012 menyatakan prestasi belajar dipengaruhi oleh motivasi berprestasi sebesar 3,6% (Ngatiqoh, dkk, 2012).

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor internal yang mendorong siswa untuk belajar lebih giat sehingga dapat menjamin keberlangsungan kegiatan belajar. Siswa yang memiliki motivasi rendah dalam belajar akan mengalami kesulitan dalam menguasai pelajaran sehingga akan berdampak pada hasil belajar yang kurang maksimal.

Motivasi belajar siswa dipengaruhi oleh beberapa indikator, antara lain; adanya dorongan dan keinginan untuk berhasil, adanya rasa kebutuhan dalam belajar, adanya harapan dan cita-cita di masa depan, serta adanya suasana yang kondusif dalam belajar (Ngatiqoh, dkk, 2012).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden (61,1%) memiliki motivasi belajar yang rendah dan prestasi belajar kurang baik. Motivasi belajar yang tinggi akan memicu siswa untuk lebih gigih dan senang untuk belajar serta mendorong siswa untuk semangat dalam belajar. Hal ini tentu akan berdampak pada prestasi belajar yang lebih baik dan optimal.

SIMPULAN

Lebih dari separuh (52,1%) responden memiliki prestasi belajar yang baik. Lebih dari separuh (70,4%) responden memiliki frekuensi sarapan pagi sering. Lebih dari

separuh (52,1%) responden memiliki asupan kalori kurang. Sebagian besar responden memiliki status gizi normal, namun sebanyak 12,7% dengan status gizi kurang, serta gizi lebih sebanyak 5,6%. Lebih dari separuh (50,7%) responden memiliki motivasi belajar rendah. Terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah asupan kalori sarapan pagi dan motivasi belajar dengan prestasi belajar. Tidak terdapat hubungan frekuensi sarapan pagi dan status gizi dengan prestasi belajar.

Diharapkan kepada pihak sekolah terutama guru kelas, guru Bimbingan Konseling, dan guru Pendidikan Jasmani untuk menambahkan materi pesan gizi seimbang untuk siswa, dan mewajibkan sarapan pagi yang sehat, serta memberikan dorongan penuh terhadap siswa dalam proses pembelajaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada pihak sekolah yang telah memmmberi izin dan mendukung penelitian ini. Terima kasih kepada para pembimbing dan penguji yang telah memberikan saran dan arahan dalam penelitian ini. Terima kasih kami ucapkan kepada semua pihak yang berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini.

REFERENSI

Arviyani TN. (2014). Asupan Gizi, Status Gizi, Kebugaran Fisik dan Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Jati dan SMP Negeri 2 Udaan Kudus 2014 [Skripsi]. Bogor : Departemen Gizi Masyarakat FEM IPB.

Astuti, Wiji W, Sukardi F, Partono. (2012). Pengaruh Motivasi Belajar dan Metode Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar IPS Terpadu Kelas VIII SMP PGRI 16 Brangsong Kabupaten Kendal. *Economic Education Analysis Journal* [Online], 1(2), 1-6. Dari **LLDIKTI Wilayah X**

<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj> [19 Desember 2019].

- Badan Pusat Statistik. (2018). *Indeks Pembangunan Manusia 2017*. Jakarta : BPS.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Litbangkes Kemenkes RI.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2019). *Nilai UNBK Tingkat SMP Menurut Provinsi pada Tahun Ajaran 2018/2019*. Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Ngatiqoh S, Sriyono, Ngazizah N. (2012). *Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Kreativitas Berpikir Terhadap Prestasi Belajar IPA (Fisika) Kelas VIII SMP Negeri se-Kabupaten Purworejo Tahun Pelajaran 2011/2012*. [Skripsi]. Purworejo : PSPF Universitas Muhammadiyah Purworejo.
- OECD. (2016). *Programme for International Student Assesment (PISA) Results From PISA 2015. Country Note* [Online]. Dari www.oecd.org/edu/pisa [20 Desember 2019].
- Rahma, F. (2016). *Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa SDN Sawahan I/340 Surabaya*. *AntroUnairdotNet*. 5 (3),576
- Rahmiwati, A. (2014) "Hubungan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar", *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(3). Available at: <https://ejournal.fkm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/159> (Accessed: 28 June 2022).
- Sa'adah RH, Herman RB, Sastri S. (2014). *Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Guguk Malintang Kota Padangpanjang*. *Jurnal Kesehatan Andalas* [Online]. 3(3). Dari 491

- <http://jurnal.fk.unand.ac.id> [19 Desember 2019].
- Sugrawati. (2016). Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Prestasi Belajar Pada Siswa SDN 200 Bulue Desa Bulue Galungkalunge Kecamatan Marioriawa Kabupaten Soppeng. [Skripsi]. Makasar. FK UMM.
- Sunandi L. (2013). Pengaruh Motivasi Belajar dan Pemanfaatan Fasilitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Kelas XI IPS Di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya 2013. [Skripsi]. Surabaya; FE Unesa.
- Supariasa, I Dewa Nyoman. (2012). Pendidikan dan Konsultasi Gizi. Jakarta: EGC.
- Wahyuni, Sri. (2013). Hubungan Antara Motivasi Belajar Siswa Dengan Pemanfaatan Fasilitas Belajar Di Sekolah Pada Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri 1 Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2012/2013 [Skripsi]. Lampung: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
- Wardoyo HA, Mahmudiono T. (2013). Hubungan Makan Pagi dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi dengan Daya Konseterasi Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Media Gizi Indonesia [Online]. 9 :49-53.