

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN KEBIASAAN SARAPAN PADA ANAK USIA SEKOLAH KELAS 4, 5, DAN 6 DI SDN NGAGELREJO I KOTA SURABAYA

Chelsea Diva Ramadhaniasari

(Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya)

Email: chelsea.19034@mhs.unesa.ac.id

Siti Sulandjari

(Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya)

Email: sitisulandjari@unesa.ac.id

Abstrak

Kebiasaan sarapan adalah kegiatan mengkonsumsi makanan dan minuman di pagi hari yang dilakukan setiap hari dan berulang-ulang dalam rentang waktu yang lama dan berdekatan yang bertujuan agar seseorang memenuhi kebutuhan gizi dan bisa hidup sehat. Faktor internal yang mempengaruhi kebiasaan sarapan dua diantaranya adalah pengetahuan dan sikap mengenai sarapan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan mengenai sarapan dan sikap terhadap sarapan dengan kebiasaan sarapan pada Anak Usia Sekolah Kelas 4, 5, dan 6 di SDN Ngagelrejo I Kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *case control* dengan responden sebanyak 40 siswa sekolah dasar, dengan rincian 20 siswa memiliki kebiasaan sarapan yang tidak baik dan 20 siswa memiliki kebiasaan sarapan yang baik. Teknik yang digunakan yaitu purposive sampling dengan analisis uji *chi-square*. Pengetahuan tentang sarapan diperoleh dari lembar tes pilihan ganda, sedangkan sikap terhadap sarapan diperoleh dari kuesioner sikap. Hasil analisis statistik antara pengetahuan sarapan anak usia sekolah dengan kebiasaan sarapan menunjukkan nilai $P_{value} = 0,017$. Sedangkan antara sikap sarapan pada anak usia sekolah dengan kebiasaan menunjukkan nilai $P_{value} = 0,324$. Dengan demikian, pada penelitian ini diketahui ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan sarapan dengan kebiasaan sarapan namun tidak ada hubungan antara sikap sarapan dengan kebiasaan sarapan.

Kata Kunci : Anak Usia Sekolah, Kebiasaan Sarapan, Pengetahuan, Sikap

Abstract

Breakfast is an activity of consuming food and drinks in the morning which is done every day and repeatedly in a long and close span of time which aims to fulfill one's nutritional needs and can live a healthy life. Two internal factors that influence breakfast habits are knowledge and attitudes about breakfast. This study aims to find out the relationship between knowledge about breakfast and attitudes towards breakfast with breakfast habits in School Age Children in Grades 4, 5, and 6 at Ngagelrejo I Elementary School, Surabaya City. This research used a case control study design with 40 elementary school students as respondents, with details of 20 students having poor breakfast habits and 20 students having good breakfast habits. The technique used was purposive sampling with chi-square test analysis. Knowledge about breakfast was obtained from a multiple choice test sheet, while attitudes towards breakfast were obtained from an attitude questionnaire. The results of statistical analysis between school-age children's breakfast knowledge and breakfast habits showed a $P_{value} = 0.017$. While between breakfast attitudes in school-age children with habits showed a $P_{value} = 0.324$. In summary, this study found that significant relationship exists between breakfast knowledge and breakfast habit but no relationship exist between breakfast attitude and breakfast habit.

Keywords: Attitude, Breakfast Habits, Knowledge, School-age Children

PENDAHULUAN

Sarapan adalah aktivitas fisik makan di pagi hari sebelum melakukan berbagai macam kegiatan aktivitas. Makanan yang dimaksud bisa berupa makanan pokok dan lauk pauk atau bisa berupa kudapan (Tilong, 2018). Sarapan adalah makanan khusus untuk otak, yang berkaitan erat

dengan kecerdasan mental, dan memiliki nilai positif untuk aktivitas otak, membuat setiap individu lebih cerdas, peka dan fokus (Kemenkes, 2021).

Sarapan memiliki banyak fungsi untuk tubuh. Fungsi sarapan diantaranya dapat memelihara daya tahan tubuh, membantu agar



lebih fokus dan memudahkan saat bekerja atau belajar, serta membantu memenuhi zat gizi. Sarapan pagi memberi pasokan energi yang baik untuk otak dan memenuhi energi setiap orang saat harus beraktivitas di pagi hari seperti bekerja atau belajar (Khomsan, 2002 dalam Hartoyo dkk., 2015).

Sarapan atau makan pagi termasuk salah satu hal yang penting karena masuk dalam pola makan utama. Sarapan disarankan memenuhi 1/4 atau 25% dari kebutuhan energi sehari dengan karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan makanan serat tinggi seperti susu atau olahannya, oatmeal, roti dan atau buah (Fikawati, 2017). Di Indonesia masih banyak penduduk yakni anak sekolah, remaja dan dewasa tidak sarapan. Menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 masih terdapat 26% anak Indonesia yang hanya minum susu, teh, atau bahkan air putih saat pagi hari sebelum beraktivitas dan menganggap hal tersebut sudah cukup dikatakan sebagai sarapan. Hasil penelitian dengan responden anak berusia 3-12 tahun, menunjukkan hanya 30% anak Indonesia yang sudah mengonsumsi sarapan gizi seimbang (Perdana & Hardinsyah, 2013).

Sarapan pagi untuk anak usia sekolah sangat penting. Anak secara fisik aktif mengikuti mata pelajaran olahraga dan ekstrakurikuler serta berkonsentrasi penuh dalam menerima pelajaran dalam sehari-hari. Bila anak melewatkan sarapan, dapat menyebabkan sulit berkonsentrasi, sulit berpikir, mengantuk, dan lemas sebab kurangnya energi dari zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Fikawati, 2017; Hardinsyah & Supariasa, 2016).

Kebiasaan sarapan dapat dibangun dimulai dari pembentukan sikap positif anak terhadap konsumsi sarapan. Pembentukan sikap positif pada anak memerlukan pengetahuan dasar dan contoh konsumsi tentang sarapan sehingga butuh kerja sama antara anak, orang tua, dan guru untuk menciptakan pengetahuan dan sikap positif tentang konsumsi sarapan. Pengetahuan terkait perilaku mana yang baik dan tidak baik serta pengetahuan terkait akibat dari berperilaku sehat ini apabila sering diberikan akan memunculkan sikap positif terhadap perilaku sehat sehingga memicu tindakan awal yang bersifat coba-coba dan kemudian jika dilakukan berulang kali maka menjadi kebiasaan berperilaku sehat (Yoto dkk., 2021; Meriska dkk., 2014).

Anak usia sekolah di Surabaya belum seluruhnya memiliki kebiasaan sarapan pagi yang baik. Pada hasil penelitian di SDN Mojo III

Surabaya, sebanyak 52.6% responden memiliki kebiasaan sarapan pagi tidak baik dan 47.7% memiliki kebiasaan sarapan baik (Rohmah, 2017). Berdasarkan penelitian di SD Putra Indonesia Surabaya, pola makan responden secara umum sebagian besar tidak pernah sarapan, tidak pernah membawa bekal makanan dari rumah ke sekolah, dan lebih memilih membeli jajan di sekolah (Sunaryo, 2018). Selain itu, penelitian lain yang dilakukan di SDN Sukomanunggal IV Surabaya menunjukkan hasil bahwa 60% respondennya terbiasa sarapan pagi (Yunita & Nindya, 2018).

Beberapa faktor menjadi alasan untuk melewatkan sarapan pagi bagi anak usia sekolah. Alasan anak melewatkan sarapan diantaranya karena tidak ada waktu, tidak bisa bangun pagi, orang tua tidak sempat menyiapkan sarapan, hingga jenuh dengan masakan yang tidak beragam (Fikawati, 2017). Identifikasi awal telah dilakukan pada anak usia sekolah yang bertempat tinggal di daerah Ngagelrejo kota Surabaya. Hasil identifikasi diketahui bahwa 60% anak memiliki kebiasaan sarapan pagi yang baik dan 40% memiliki kebiasaan sarapan pagi yang kurang baik. Mereka mendapat pengetahuan sarapan dari materi tentang pentingnya sarapan di sekolah dan terdapat kegiatan rutin setiap bulan makan pagi bersama di sekolah. Sebagian besar mengungkapkan bahwa orang tua mereka membiasakan dengan mengajak makan pagi setiap hari yang berarti hal ini menunjukkan bahwa orang tua memiliki sikap positif terhadap sarapan. Diungkapkan pula bahwa anak yang memiliki kebiasaan sarapan baik maupun yang kurang baik, jika melewatkan sarapan pagi maka akan merasa lemas, cepat lelah, merasa malas berkegiatan, tidak fokus saat belajar, dan cepat mengantuk.

Berdasarkan uraian di atas, maka dilakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan sikap dengan kebiasaan sarapan pada Anak Usia Sekolah Kelas 4, 5, dan 6 di SDN Ngagelrejo I Kota Surabaya.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *case control* yakni penelitian *observasional* yang menelaah hubungan antara masalah dengan faktor risiko tertentu. Dalam hal ini masalah yang dimaksud adalah kebiasaan

sarapan dan faktor risiko yang dimaksud adalah pengetahuan dan sikap. Penelitian ini dilaksanakan di SDN Ngagelrejo I Kota Surabaya pada bulan Oktober 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak kelas 4, 5, dan 6 yang bersekolah di SDN Ngagelrejo I, Kota Surabaya berjumlah 684 anak. Sampel yang digunakan di penelitian ini total sebanyak 40 anak, sampel dihitung menggunakan teknik *purposive sampling*.

Pengambilan data pengetahuan dilakukan dengan menggunakan lembar tes yang terdiri dari 10 soal pilihan ganda mengenai sarapan. Lembar tes pengetahuan dalam penelitian ini diadaptasi dari penelitian Putri (2016). Data sikap mengenai sarapan dan kebiasaan sarapan diperoleh dengan pengisian kuesioner. Penilaian untuk pengetahuan sarapan dibagi menjadi 3 kategori yaitu, kategori baik jika skor tes > 80, kategori sedang jika skor tes 60-80, dan kategori kurang jika skor tes < 60 (Khomsan, 2021). Sedangkan untuk penilaian sikap sarapan dikategorikan kedalam sikap positif dan negatif dengan menggunakan nilai median sebagai *cut off point* (Swarjana, 2022). Selanjutnya untuk kuesioner kebiasaan sarapan penilaian dikategorikan dalam kategori baik jika responden melaksanakan sarapan 3-5x/setiap hari dalam 1 minggu terakhir dan pada jam 5 – 9 pagi. Termasuk dalam kurang baik jika responden melaksanakan sarapan 1-2x/tidak sama sekali dalam 1 minggu terakhir dan diluar jam 5 – 9 pagi.

Analisis univariat dilakukan terhadap semua variabel baik variabel pengetahuan dan sikap maupun variabel kebiasaan sarapan. Sedangkan analisis bivariat menganalisa dua variabel yang diduga berhubungan yaitu variabel pengetahuan dengan kebiasaan sarapan dan variabel sikap dengan kebiasaan sarapan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Jenis Kelamin dan Usia Siswa

No	Karakteristik Responden	Kasus		Kontrol	
		n	(%)	n	(%)
1.	Jenis Kelamin				
	Laki-laki	11	55	7	35
	Perempuan	9	45	13	65
	Jumlah	20	100	20	100
2.	Usia				
	10	6	30	10	50
	11	8	40	1	5
	12	6	30	9	45

Jumlah	20	100	20	100
---------------	-----------	------------	-----------	------------

Tabel 1 menunjukkan bahwa pada kelompok kasus 55% siswa berjenis kelamin laki-laki. Sedangkan pada kelompok kontrol, 65% siswa berjenis kelamin perempuan. Selanjutnya siswa yang berusia 10 tahun sebanyak 50% pada kelompok kontrol, yang berusia 11 tahun sebanyak 40% pada kelompok kasus, dan yang berusia 12 tahun sebanyak 45% pada kelompok kontrol.

Hasil Analisis Univariat

a. Hasil Pengetahuan Sarapan

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Siswa terkait Sarapan

Kategori	Tingkat Nilai	Frekuensi		Jumlah	%
		Kasus	Kontrol		
Kurang	<60	5	2	7	17,5
Sedang	60-80	9	3	12	30
Baik	>80	6	15	21	52,5
Total		20	20	40	100

Pada tabel 4.2 dapat diketahui bahwa total 40 siswa dari kelompok kasus dan kelompok kontrol, yang memiliki pengetahuan kurang yakni sebanyak 7 siswa (17,5%), yang memiliki pengetahuan sedang yakni sebanyak 12 siswa (30%), dan yang memiliki pengetahuan baik yakni sebanyak 21 siswa (52,5%).

b. Hasil Sikap Sarapan

Tabel 3. Distribusi Sikap Siswa terhadap Sarapan

Kategori	Tingkat sikap	Frekuensi		Jumlah	%
		Kasus	Kontrol		
Negatif	< 26	9	6	15	37,5
Positif	≥ 26	11	14	25	62,5
Total		20	20	40	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa total 40 siswa dari kelompok kasus dan kelompok kontrol, ada 15 siswa (37,5%) menunjukkan sikap yang negatif dan sebanyak 25 siswa (62,5%) menunjukkan sikap yang positif.

Hasil Analisis Bivariat

a. Hubungan antara Pengetahuan Sarapan dengan Kebiasaan Sarapan

Tabel 4. Hubungan antara Pengetahuan Sarapan dengan Kebiasaan Sarapan

Pengetahuan	Kebiasaan Sarapan	χ^2	α	π
-------------	-------------------	----------	----------	-------

Sarapan	Kasus	Kontrol			
Kurang	5 (25%)	2 (10%)	8,1 43	0,0 17	0,4 51
Sedang	9 (45%)	3 (15%)			
Baik	6 (30%)	15 (75%)			
Total	20 (100%)	20 (100%)			

Tabel 4 menunjukkan bahwa siswa yang memiliki pengetahuan kurang pada kelompok kasus berjumlah 25%, lebih tinggi dari kelompok kontrol yang berjumlah 10%. Siswa yang memiliki pengetahuan sedang pada kelompok kasus berjumlah 45%, lebih tinggi dari kelompok kontrol yang berjumlah 15%. Sedangkan yang memiliki pengetahuan baik pada kelompok kontrol berjumlah 75%, lebih tinggi dibanding kelompok kasus yang berjumlah 30%.

Hasil analisis yang disajikan pada tabel 4 dapat dilihat bahwa nilai chi kuadrat (χ^2) = 8,143 dan signifikansi (α) = 0,017. Dengan demikian maka disimpulkan terdapat hubungan antara pengetahuan sarapan dengan kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah.

b. Hubungan antara Sikap Sarapan dengan Kebiasaan Sarapan

Tabel 5. Hubungan antara Sikap Sarapan dengan Kebiasaan Sarapan

Sikap Sarapan	Kebiasaan Sarapan		χ^2	α
	Kasus	Kontrol		
Negatif	9 (45%)	6 (30%)	0,960	0,327
Positif	11 (55%)	14 (70%)		
Total	20 (100%)	20 (100%)		

Tabel 5 menunjukkan bahwa siswa yang memiliki sikap negatif pada kelompok kasus berjumlah 45%, lebih tinggi dibanding kelompok kontrol yang berjumlah 30%. Sedangkan siswa yang memiliki sikap positif pada kelompok kontrol berjumlah 70%, lebih tinggi dibanding kelompok kasus yang berjumlah 55%.

Hasil analisis yang disajikan pada tabel 4.5 dapat dilihat bahwa nilai chi kuadrat (χ^2) = 0,960 dan signifikansi (α) = 0,327. Dengan demikian maka disimpulkan tidak terdapat hubungan antara sikap sarapan dengan kebiasaan sarapan.

PEMBAHASAN

Hubungan antara Pengetahuan Sarapan dengan Kebiasaan Sarapan

Berdasarkan hasil tes pengetahuan diketahui bahwa siswa yang memiliki pengetahuan sarapan kategori baik berkecenderungan memiliki kebiasaan sarapan yang baik dan siswa yang memiliki pengetahuan sarapan dalam kategori kurang hingga sedang berkecenderungan memiliki kebiasaan sarapan yang tidak baik.

Hasil analisis statistik menunjukkan hasil bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara pengetahuan sarapan dengan kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah dapat diterima. Hal ini sesuai dengan teori bahwa perilaku gizi yang baik adalah dampak dari pengetahuan gizi yang baik dan perilaku gizi yang kurang baik merupakan dampak dari pengetahuan gizi yang kurang (Khomsan, 2021).

Terwujudnya tingkah laku yang sehat hingga memungkinkan tingkah laku tersebut menjadi kebiasaan yang sehat, merupakan salah satu *output* dari pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah penambahan pengetahuan setiap individu untuk membantu individu tersebut mengontrol kesehatannya secara mandiri. Berawal dari pengetahuan faktual yakni mengetahui dan mengingat unsur-unsur dasar yang pernah dipelajari. Selanjutnya adalah pengetahuan konseptual yakni pemahaman yang baik mengenai unsur-unsur dasar sehingga memungkinkan untuk mampu menjelaskan, menafsirkan, dan mencontohkannya dengan baik. Dari pengetahuan konseptual berlanjut pada pengetahuan prosedural, dimana pengetahuan ini merupakan pengetahuan tentang langkah-langkah atau tahapan mengerjakan sesuatu yang dapat mendorong timbulnya tingkah laku dan kebiasaan yang sesuai dengan pengetahuan konseptual yang telah dipahami (Mahendra, 2019).

Penelitian Meriska dkk., tahun (2014), menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kebiasaan sarapan. Dalam penelitian tersebut diketahui lebih banyak anak usia sekolah yang terbiasa sarapan dari pada yang tidak terbiasa sarapan. Tes pengetahuan yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa sebagian besar anak usia sekolah (65%) memiliki pengetahuan yang baik. Dijelaskan pula bahwa responden pada penelitian tersebut benar-benar mengetahui dan memahami fungsi dan manfaat sarapan pagi bagi tubuh sehingga mendorong mereka selalu melakukan sarapan pagi setiap hari.



Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Sofianita dkk., (2015) dimana penelitian ini menunjukkan hasil bahwa variabel yang paling kuat mempengaruhi kebiasaan sarapan anak adalah pengetahuan gizi anak. Pemberian pengetahuan gizi pada anak usia sekolah terbukti mampu menambah pengetahuan sehingga anak mengubah perilaku dan lebih terbiasa sarapan setiap hari.

Hubungan antara Sikap Sarapan dengan Kebiasaan Sarapan

Sikap terbentuk setelah seseorang mengevaluasi perasannya terhadap suatu objek. Sikap yang terwujud kedalam bentuk perilaku dan kebiasaan merupakan sikap yang telah melewati evaluasi rasional. Untuk mengevaluasi suatu objek, seseorang butuh pengetahuan dimana pengetahuan ini mengandung dua aspek yaitu positif dan negatif. Semakin banyak aspek atau objek positif yang diketahui maka semakin besar kemungkinan munculnya sikap-sikap positif terhadap objek tersebut, dan jika semakin sedikit sikap atau objek positif yang diketahui maka semakin besar kemungkinan munculnya sikap-sikap negatif (Alimbudiono & Ria, 2019; Darsini dkk., 2019).

Hubungan antara pengetahuan dengan sikap bukan menjadi bagian dari permasalahan penelitian, namun juga dilakukan analisis untuk mengetahui apakah pengetahuan yang dimiliki siswa berhubungan dengan sikap yang dimiliki. Diharapkan dari hasil analisis yang diperoleh dapat memberikan penjelasan tentang peran pengetahuan dalam membentuk sikap yang dimiliki siswa. Namun berdasarkan hasil analisis statistik hubungan pengetahuan dengan sikap pada lampiran, diketahui bahwa pada penelitian ini pengetahuan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan sikap sarapan. Sejalan dengan teori yang menjelaskan bahwa sikap terdiri dari tiga komponen yang salah satunya adalah komponen kognitif. Komponen ini terdiri dari pengetahuan. Pengetahuan inilah yang akan mendorong keyakinan dan sikap seseorang. Namun jika pengetahuan terhadap suatu objek yang dimiliki hanya sekedar tahu dan mengingat tanpa memahami konsep, maka sikap yang dimiliki hanya sebatas menerima pengetahuan (*receiving*) dan belum mampu mendasari untuk membentuk sikap positif atau negatif (Priyoto, 2015).

Telah dipaparkan bahwa pengetahuan belum mampu mendasari pembentukan sikap sehingga

hal inilah yang menyebabkan sikap yang baik belum tentu menimbulkan tindakan atau aktivitas yang baik dan sebaliknya. Sikap bukan merupakan pelaksana motif tertentu jika tidak terdapat tambahan faktor-faktor dorongan dari dalam maupun luar individu yang menimbulkan tindakan atau tingkah laku nyata. Terkadang sikap dapat menentukan tingkah laku nyata, namun terkadang sikap juga tidak menimbulkan tingkah laku nyata (Mahendra, 2019; Priyoto, 2015).

Hasil analisis statistik hubungan antara sikap dengan kebiasaan menunjukkan hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap sarapan dengan kebiasaan sarapan. Sejalan dengan teori yang menjelaskan bahwa disamping sikap, terdapat faktor-faktor lain yang secara bersamaan menentukan tingkah laku nyata atau kebiasaan yakni norma sosial dan kontrol perilaku yang dirasakan (Alimbudiono & Ria, 2019).

Sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan Meriska dkk., (2014) dimana penelitian ini menunjukkan hasil bahwa sikap tidak berhubungan dengan kebiasaan sarapan anak. Presentase anak yang memiliki sikap negatif dan positif hampir sama. Dijelaskan bahwa anak dapat bersikap positif atau negatif dipengaruhi oleh nilai-nilai afektif dari lingkungan terdekatnya dimana anak tersebut tumbuh.

Menurut penelitian Fuadi (2016), hampir seluruh respondennya memiliki sikap yang positif. Terdapat 42% responden yang memiliki pengetahuan kurang namun menunjukkan sikap positif. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor lain selain pengetahuan, yakni pengalaman pribadi, pengaruh orang terdekat, dan kebudayaan di lingkungan sekitar.

PENUTUP

Simpulan

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan mengenai sarapan dengan kebiasaan sarapan pada Anak Usia Sekolah Kelas 4, 5, dan 6 di SDN Ngagelrejo I Kota Surabaya.
2. Tidak terdapat hubungan antara sikap terhadap sarapan dengan kebiasaan sarapan pada Anak Usia Sekolah Kelas 4, 5, dan 6 di SDN Ngagelrejo I Kota Surabaya.

Saran

1. Bagi Responden
Diharapkan agar siswa/i dapat lebih menyadari pentingnya sarapan pagi bagi tubuh dengan memahami pengetahuan

- mengenai sarapan pagi terutama fungsi dan manfaat sarapan pagi.
2. Bagi Keluarga atau Orang Tua
Diharapkan keluarga atau orang tua selalu membiasakan sarapan pagi dengan menyiapkan sarapan setiap pagi, melakukan sarapan pagi bersama, atau membawakan bekal apabila tidak sempat sarapan pagi di rumah.
 3. Bagi Pihak Sekolah
Diharapkan sekolah agar dapat selalu memberikan pendidikan kesehatan sesuai dengan materi yang telah ada khususnya terkait pentingnya sarapan pagi kepada siswa/siswi. Dapat selalu mengadakan kegiatan-kegiatan lain yang dapat memberikan dampak positif untuk kebiasaan sarapan pagi.
 4. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a) Diharapkan dapat melakukan penelitian dengan responden seluruh anak usia sekolah dari kelas 1 hingga kelas 6.
 - b) Diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai hubungan antara kebiasaan sarapan dengan variabel lain selain pengetahuan dan sikap.
 - c) Diharapkan dapat lebih memperhatikan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan sarapan pada anak usia sekolah.
 - d) Diharapkan dapat lebih memperhatikan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sikap sarapan pada anak usia sekolah.
- DAFTAR PUSTAKA**
- Alimbudiono, & Ria, S. (2019). Konsep Pengetahuan Akuntansi Manajemen Lingkungan. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. Jakad Media Publishing.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengathuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 95–107.
- Dr. Yoto, S.T., M.Pd., Drs. Abdul Qolik, M.Pd., Marsono, S.Pd.T., M.Pd, Ph.D, Prof. Dr. Ir. Djoko Kustono, M.Pd., Drs. Solichin, S.T., M. K. (2021). *Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Bagi Tenaga Kerja Bidang Pengelasan*. https://www.google.co.id/books/edition/MA_NAJEMEN_KESELAMATAN_DAN_KES_EHATAN_KERJ/cHNMEAAAQBAJ?hl=i d&gbpv=0
- Fikawati, S. (2017). *Gizi Anak dan Remaja (1st ed.)*. PT RajaGrafindo Persada.
- Fuadi, F. I. (2016). Hubungan Antara Pengetahuan dengan Sikap Masyarakat dalam Mencegah Leptospirosis di Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. In *Promosi kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (2016). Ilmu Gizi Teori & Aplikasi. In *Buku Kedokteran ECG*.
- Hartoyo, E., Sholihah, Q., Fauzia, R., & Rachma, D. N. (2015). Sarapan Pagi & Produktivitas. In *E-book*. Penerbit Alfabeta Bandung. https://www.google.co.id/books/edition/Sarapan_Pagi_Produktivitas/LNeFDwAAQBAJ?hl=en&gbpv=0
- Kemenkes. (2021). *Konsep Asuhan Gizi*. Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung. <https://dinkes.lampungprov.go.id/download/2/256/umum/4987/konsep-proses-asuhan-gizi-ind-novotel.pptx>
- Khomsan, A. (2021). *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi* (Dwi M Nastiti (ed.)). Penerbit IPB Press.
- Mahendra, D. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. In *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*.
- Meriska, I., Pramudho, K., & Murwanto, B. (2014). Perilaku Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, 5(1), 90–97. <http://poltekkes-tjk.ac.id/ejurnal/index.php/JK/article/view/72>
- Perdana, F., & Hardinsyah, H. (2013). Analisis Jenis, Jumlah, Dan Mutu Gizi Konsumsi Sarapan Anak Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 8(1), 39. <https://doi.org/10.25182/jgp.2013.8.1.39-46>
- Priyoto. (2015). Perubahan dalam Perilaku Kesehatan, Konsep dan Aplikasi. In *Perubahan Dalam Perilaku*. Graha Ilmu.
- Putri, D. (2016). pengaruh kampanye sarapan pagi sehat dengan media komik terhadap perubahan prilaku sarapan pagi siswa SD Negeri 060880 kecamatan medan polonia. In *Skripsi Universitas Sumatra Utara*. Universitas Sumatera Utara.
- Rohmah, L. (2017). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa Sdn Mojo Iii Surabaya. *Poltekkes Kemenkes Surabaya*. <http://repo.poltekkesdepkes-sby.ac.id/id/eprint/368>
- Shaliha, T. N. (2022). *Hubungan Pengetahuan Terhadap Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Mahasiswa Di Era Pandemi Covid-19*.
- Sofianita, N. I., Arini, F. A., & Meiyetriani, E. (2015). Peran Pengetahuan Gizi Dalam Menentukan Kebiasaan Sarapan Anak-Anak Sekolah Dasar Negeri Di Pondok



- Labu, Jakarta Selatan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 10(1).
<https://doi.org/10.25182/jgp.2015.10.1>.
- Sunaryo, M. (2018). Gambaran Pola Makan Terhadap Status Gizi Siswa Di Sd Putra Indonesia Surabaya. *Medical Technology and Public Health Journal*, 2(1), 42–50.
<https://doi.org/10.33086/mtphj.v2i1.766>
- Swarjana, I. K. (2022). *Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemi covid-19, akses layanan kesehatan - lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel, dan contoh kuesioner* (R. Indra (ed.)).
<https://books.google.co.id/books?id=aPFfEAAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Tilong, A. D. (2018). *Jam Piket Harian Organ Tubuh* (D. Wijaya (ed.)). Laksana.
- Yunita, W. R., & Nindya, T. S. (2018). Hubungan Kebiasaan Sarapan, Kecukupan Zat Gizi Dan Cairan Dengan Daya Konsentrasi Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 123.
<https://doi.org/10.20473/mgi.v12i2.123-128>

