



Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan

Volume 9 No 1 (2025): 86-91

P-ISSN: 2615-2851 E-ISSN: 2622-7622

Published by Tadulako University

Journal homepage: <http://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/ghidza/index>

DOI: <https://doi.org/10.22487/ghidza.v9i1.1975>

Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Kebiasaan Sarapan Siswa SMP Muhammadiyah 2 Minggir

The Relationship Between Mother's Education Level and Breakfast Habits of Students at SMP Muhammadiyah 2 Minggir

Rafika Febrianti^{1*}, Silvi Lailatul Mahfida¹, Agung Nugroho¹, Nuraini²

Correspondensi e-mail: rffbrii21@gmail.com

¹Program Studi Gizi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

²Puskesmas Minggir, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

ABSTRAK

Remaja di Indonesia (usia 10–19 tahun) menghadapi tiga masalah gizi utama, yaitu underweight, overweight, dan kekurangan zat gizi mikro. Sekitar 25% remaja Indonesia mengalami stunting, 9% bertubuh kurus, dan 16% mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Tingkat pendidikan ibu berpengaruh terhadap status gizi dan kebiasaan sarapan anak. Penelitian bertujuan untuk mengetahui korelasi antara tingkat pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan siswa SMP Muhammadiyah 2 Minggir. Penelitian dengan menggunakan data sekunder dengan pendekatan kuantitatif serta desain penelitian cross-sectional. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, melibatkan 132 siswa dan didapatkan 104 data memenuhi kriteria inklusi. Variabel yang menjadi fokus penelitian adalah tingkat pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan. Data dikumpulkan menggunakan formulir kuesioner, dan analisis yang diterapkan adalah uji korelasi Spearman. Hasil analisis menunjukkan nilai Spearman's rho sebesar 0,0824 dengan p-value 0,4059, mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang berarti antara tingkat pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan siswa. Dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan ibu tidak memiliki hubungan signifikan dengan kebiasaan sarapan siswa SMP Muhammadiyah 2 Minggir. Oleh karena itu, penelitian lanjutan perlu memasukkan faktor seperti pengetahuan gizi, peran ayah, kebiasaan keluarga, dan waktu berangkat sekolah. Siswa diharapkan rutin sarapan untuk mendukung belajar dan gizi. Peneliti selanjutnya disarankan memakai pendekatan campuran dan melibatkan peran orang tua lebih luas.

ABSTRACT

Adolescents in Indonesia (aged 10–19 years) face three major nutritional problems, namely underweight, overweight, and micronutrient deficiencies. Around 25% of Indonesian adolescents experience stunting, 9% are thin, and 16% are overweight or obese. The level of maternal education affects the nutritional status and breakfast habits of children. The study aims to determine the correlation between the level of maternal education and the breakfast habits of students at SMP Muhammadiyah 2 Minggir. The study used secondary data with a quantitative approach and a cross-sectional research design. Sampling used the total sampling technique, involving 132 students and 104 data met the inclusion criteria. The variables that were the focus of the study were the level of maternal education and breakfast habits. Data were collected using a questionnaire form, and the analysis applied was the Spearman correlation test. The results of the analysis showed a Spearman's rho value of 0.0824 with a p-value of 0.4059, indicating that there was no significant relationship between the level of maternal education and students' breakfast habits. It can be concluded that the level of maternal education does not have a significant relationship with the breakfast habits of students at SMP Muhammadiyah 2 Minggir. Therefore, further research needs to include factors such as nutritional knowledge, father's role, family habits, and school departure times.

INFO ARTIKEL

ORIGINAL RESEARCH

Submitted: 12 04 2025

Accepted: 27 05 2025

Kata Kunci:

Remaja, Stunting, Pendidikan Ibu, Sarapan

Copyright (c) 2025 Authors.

Akses artikel ini secara online



Quick Response Code



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License.

Students are expected to have breakfast regularly to support learning and nutrition. Further researchers are advised to use a mixed approach and involve parents more widely.ommended to explore the effect of adding a more optimal formulation to improve the overall quality of the product.

Keywords: *Adolescents, Stunting, Mother's Education Level, Breakfast*

PENDAHULUAN

Secara global, lebih dari 390 juta anak dan remaja berusia 5–19 tahun mengalami *overweight*, meningkat dari 8% di tahun 1990 menjadi 20% di tahun 2022. Sekitar 190 juta anak dan remaja mengalami kekurangan gizi dengan IMT di bawah dua standar deviasi dari media (WHO, 2024). Remaja Indonesia berusia antara 10–19 tahun, menghadapi tantangan gizi yang kompleks dan saling berinteraksi, yaitu *underweight*, *overweight*, dan kekurangan zat gizi mikro. Berdasarkan data WHO (2024), sekitar 25% remaja usia 13–18 tahun mengalami stunting, 9% mengalami kekurangan dengan indeks massa tubuh (IMT) rendah, dan 16% mengalami kelebihan berat badan dan obesitas. Khusus di Indonesia, prevalensi gizi remaja usia 13–15 tahun menurut Kemenkes (2023) menunjukkan bahwa 1,9% sangat kurus, 5,7% kurus, 12,1% mengalami *overweight*, dan 4,1% obesitas. Di Daerah Istimewa Yogyakarta, persentase *overweight* bahkan mencapai 18,3%, dan obesitas 7,3%. Di Kabupaten Sleman, terdapat 69 kasus Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada remaja, serta 186 kasus obesitas (Dinkes Sleman, 2022). Kapanewon Minggir tercatat sebagai wilayah dengan prevalensi stunting tertinggi pertama di Kabupaten Sleman, yaitu 15,8% tahun 2021 dan menurun menjadi 13,48% pada 2022 (Haryani et al., 2023).

Masalah gizi pada remaja dapat menimbulkan dampak jangka panjang. Obesitas dapat menyebabkan rendahnya harga diri, kesulitan bersosialisasi, dan penurunan prestasi belajar yang bisa memicu depresi (Iriyani Kamaruddin, 2023). Sementara itu, KEK pada remaja perempuan berisiko menimbulkan anemia, pertumbuhan organ yang tidak optimal, gangguan produktivitas, bahkan komplikasi serius pada masa kehamilan, seperti keguguran dan bayi dengan berat lahir rendah (Ardi, 2024).

Terdapat sejumlah faktor yang memengaruhi status gizi pada remaja, yaitu asupan makan, tingkat aktivitas fisik, citra tubuh, dan *gender* (Ruslie & Darmadi, 2012). Status gizi remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti asupan makan, aktivitas fisik, citra tubuh, dan faktor sosial ekonomi termasuk tingkat pendapatan keluarga, pendidikan ibu, dan pola makan keluarga (Palu Hermiyanty et al., 2018). Tingkat pendidikan ibu secara khusus berkorelasi dengan pengetahuan mengenai kesehatan dan gizi, serta kemampuan untuk memilih dan menyajikan makanan sehat bagi keluarga (Ni'mah & Muniroh, 2016). Namun, kebiasaan sarapan juga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti kesibukan pagi hari, keterlambatan bangun, serta preferensi pribadi remaja.

Salah satu faktor penting dalam pemenuhan gizi remaja adalah kebiasaan sarapan. Sarapan berkontribusi sebesar 15–30% dari kebutuhan kalori harian dan penting dalam menjaga kadar glukosa darah (Al-Faida, 2021). Sayangnya, 44,6% anak di Indonesia tidak sarapan dengan cukup, dan 26,1% hanya minum air, teh, atau susu di pagi hari. Prevalensi anak dan remaja yang tidak terbiasa sarapan berkisar antara 17% hingga 59% (Andriati & Nuraini, 2020).

Penelitian ini merupakan studi berbasis data sekunder hasil kerja sama dengan Puskesmas Minggir, yang dilakukan sebagai bagian dari pengabdian kepada masyarakat. Fokus utama penelitian adalah mengkaji hubungan antara tingkat pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan siswa di SMP Muhammadiyah 2 Minggir, karena masih banyak orang tua siswa dengan pendidikan rendah dan sejumlah siswa yang tidak rutin sarapan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya pemahaman faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan makan remaja di daerah dengan prevalensi stunting yang tinggi.

METODE

Penelitian ini menggunakan data sekunder yang didapat dari kegiatan pengukuran antropometri dan penilaian status gizi siswa SMP Muhammadiyah 2 Minggir yang dilakukan oleh Puskesmas Minggir pada bulan Juli tahun 2023. Kegiatan tersebut bertujuan untuk mengevaluasi status gizi siswa beserta faktor-faktor yang memengaruhi, serta yang terdaftar di SMP Muhammadiyah 2 Minggir tahun 2023. Survei melibatkan seluruh siswa kelas VII, VIII, dan IX dengan total sebanyak 132 siswa yang hadir di sekolah.

Penelitian observasional analitik, dengan desain *cross-sectional*, bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Minggir. Pengumpulan data oleh Puskesmas Minggir dilakukan secara bersamaan dan serentak dalam

satu waktu, yang berarti dilakukan observasi terhadap semua variabel, baik variabel independen, yaitu tingkat pendidikan ibu, maupun variabel dependen, yaitu kebiasaan sarapan pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Minggir.

Pengumpulan data yang dilakukan oleh Puskesmas Minggir berlangsung di SMP Muhammadiyah 2 Minggir dengan metode pengambilan sampel yaitu total sampling. Kriteria yang harus dipenuhi untuk penelitian ini adalah remaja berusia 10–16 tahun, yang tidak sedang sakit atau tidak hadir dengan alasan yang sah saat pengumpulan data dilakukan, selain itu, pengisian data dari orang tua juga harus dilakukan secara lengkap. Pengambilan data tersebut dilakukan dengan meminta izin kepada puskesmas untuk penggunaan dan penerbitan data. Dari 132 data yang telah dikumpulkan, diperoleh 104 data yang sesuai dengan kriteria inklusi. Data yang dikumpulkan mencakup nama siswa, jenis kelamin, tanggal lahir (usia), pendidikan terakhir ayah, pendidikan terakhir ibu, pekerjaan ayah, pekerjaan ibu, kebiasaan sarapan, kebiasaan membawa bekal, dan kebiasaan jenis menu sarapan. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis variabel nama, tingkat pendidikan ibu, dan kebiasaan sarapan para siswa.

Tingkat pendidikan ibu merujuk kepada jenjang pendidikan formal terakhir yang telah diselesaikan oleh ibu. Dalam penelitian ini, jenis skala yang digunakan adalah skala ordinal. Hasil pengukuran dibagi menjadi empat kelompok, yaitu SD, SMP, SMA, dan Perguruan Tinggi. Kebiasaan sarapan merujuk pada seberapa sering seseorang melakukan sarapan dalam rentang waktu satu minggu. Skala yang diterapkan adalah skala ordinal. Hasil pengukuran dikelompokkan menjadi empat kategori, yaitu selalu, sering (3-5 kali/minggu), kadang-kadang (1-2 kali/minggu), dan tidak pernah. Metode pengambilan data dengan melakukan pengisian secara mandiri oleh para responden melalui formulir kuesioner.

Analisis data yang digunakan meliputi analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi dari variabel-variabel yang diteliti. Di samping itu, analisis bivariat dilaksanakan dengan menggunakan uji statistik korelasi *Spearman* untuk menilai hubungan antara tingkat pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan siswa, serta untuk mengukur seberapa besar atau kuatnya hubungan tersebut. Uji statistik ini dilakukan pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$), yang berarti hasil dianggap signifikan apabila nilai p kurang dari 0,05.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pendidikan Ibu

Karakteristik	n	%
Tingkat Pendidikan Ibu		
SD	4	3,8
SMP	30	28,8
SMA	65	62,5
Perguruan Tinggi	5	4,8
Kebiasaan Sarapan		
Selalu	56	53,8
Sering	16	15,4
Kadang-kadang	28	26,9
Tidak pernah	4	3,8

Analisis univariat memberikan gambaran distribusi frekuensi karakteristik responden serta setiap variabel, yaitu tingkat pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan siswa. Hasil olah data menunjukkan bahwa dari total 104 responden, mayoritas tingkat pendidikan ibu responden yaitu SMA sebanyak 65 atau 62,5%. Sedangkan minoritas tingkat pendidikan ibu responden yaitu SD sebanyak 4 atau 3,8%. Kemudian siswa yang selalu melakukan sarapan sejumlah 56 atau 53,8%, sering melakukan sarapan sebanyak 16 atau 15,4%, kadang-kadang melakukan sarapan sebanyak 28 atau 26,9%, serta yang tidak pernah melakukan sarapan sejumlah 4 atau 3,8%.

Tabel 2. Hasil Uji Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Kebiasaan Sarapan

Variabel	Sarapan	
	r	p-value
Tingkat Pendidikan Ibu	0,0824	0,4059

Hasil analisis korelasi *Spearman* antara pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan siswa yang melibatkan 104 responden menunjukkan bahwa nilai signifikansi *p-value* adalah 0,4059, lebih tinggi daripada tingkat signifikansi 0,05 ($0,4059 > 0,05$). Nilai *Spearman's rho* yaitu 0,0824, berarti bahwa terdapat hubungan sangat lemah dan mendekati nol antara tingkat pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan siswa. Hal ini berarti bahwa tingkat pendidikan ibu tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap kebiasaan sarapan siswa. Oleh karena itu, tidak terdapat hubungan yang berarti antara tingkat pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan siswa. Hasil analisis korelasi *Spearman* menunjukkan bahwa hipotesis tidak diterima. Dengan kata lain, tidak ada hubungan signifikan antara tingkat pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan siswa.

Tabel 3. *Cross-tabulation* Tingkat Pendidikan Ibu dengan Kebiasaan Sarapan Siswa

Tingkat Pendidikan Ibu	Selalu		Sering		Kadang-kadang		Tidak pernah		Total (tingkat pendidikan ibu)	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
SD	4	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	3.8
SMP	15	50.0	7	23.3	6	20.0	2	6.7	30	28.8
SMA	35	53.8	8	12.3	20	30.8	2	3.1	65	62.5
Perguruan Tinggi	2	40.0	1	20.0	2	40	0	0.0	5	4.8
Total (kebiasaan sarapan)	56	53.8	16	15.4	28	26.9	4	3.8	104	100.0

Sebagian besar siswa (53,8%) memiliki kebiasaan selalu sarapan, diikuti oleh 26,9% yang kadang-kadang sarapan, 15,4% sering, dan 3,8% tidak pernah sarapan. Ibu dari siswa mayoritas berpendidikan SMA (62,5%), diikuti oleh SMP (28,8%), perguruan tinggi (4,8%), dan SD (3,8%). Pada semua tingkat pendidikan, tidak tampak kecenderungan yang konsisten antara pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan anak.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan siswa, yang ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,0824 dan nilai *p-value* sebesar 0,4059 ($p > 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan ibu tidak secara langsung memengaruhi kebiasaan sarapan anak. Meskipun secara teori diharapkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang pentingnya gizi dan kebiasaan makan sehat, kenyataannya faktor lain kemungkinan lebih dominan memengaruhi kebiasaan sarapan siswa.

Selain itu, terdapat beberapa faktor yang mungkin memengaruhi hasil ini, di antaranya adalah faktor eksternal seperti status ekonomi keluarga, pekerjaan, pendidikan, sosial dan budaya, peran orang tua, teman sebaya, pengalaman pribadi, serta pengaruh media yang dapat memengaruhi pola makan anak (Gita Diafatul Janah, 2023). Kesadaran gizi pun tidak selalu berbanding lurus dengan pendidikan formal ibu yang berpendidikan tinggi, serta ibu belum tentu memiliki perhatian atau waktu yang cukup untuk memastikan anaknya sarapan setiap hari (Hardinsyah & Aries, 2016). Anak-anak usia remaja juga mulai memiliki hak dalam menentukan apakah mereka akan sarapan atau tidak, sehingga keputusan tersebut tidak sepenuhnya bergantung pada peran ibu. Selain itu, distribusi tingkat pendidikan ibu dalam penelitian ini cukup homogen, dengan mayoritas responden berada pada tingkat pendidikan SMA, yang kemungkinan besar menyebabkan variasi yang tidak cukup besar untuk menunjukkan pengaruh yang tidak terlihat. Untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji pengaruh faktor lain seperti pekerjaan dan pendapatan orang tua, jumlah anggota keluarga, serta pola makan keluarga secara keseluruhan.

Penelitian ini selaras dengan temuan dari penelitian sebelumnya oleh Khalida et al., (2016), yang menunjukkan bahwa ciri-ciri sosioekonomi yang diteliti, seperti jumlah anak dalam rumah tangga, tingkat pendidikan orang tua, jenis pekerjaan orang tua, dan penghasilan keluarga, tidak memiliki keterkaitan yang signifikan dengan pola sarapan. Namun secara umum, Ibu dengan pendidikan lebih tinggi biasanya memiliki pemahaman lebih mendalam tentang cara merawat anak serta keterampilan dalam menjaga kebersihan lingkungan. Pada penelitian oleh Octaviani et al., (2020), hasil analisis dengan menggunakan uji statistik korelasi *spearman rho* menunjukkan bahwa terdapat hubungan

korelasi dengan nilai $p=0,117$, yang mengindikasikan tidak adanya hubungan antara pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan siswa di SDN Sungai Rangsang Hambuku.

Di sisi lain, tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu dapat memengaruhi kemampuannya dalam memilih dan menyajikan makanan bagi keluarganya syarat gizi seimbangnya terpenuhi untuk keluarga. Hal ini serupa dengan penelitian di Meksiko yang menyatakan bahwa pendidikan ibu memiliki peran penting, mengingat ibu berpendidikan rendah cenderung mengalami kesulitan dalam memahami informasi mengenai gizi, sehingga risiko stunting pada anak berpotensi meningkat (Nurmalasari et al., 2020). Alasan remaja yang melewatkan sarapan juga sejalan dengan temuan yang diungkapkan Wati et al., (2021), yang menunjukkan bahwa banyak orang tua yang tidak memiliki waktu cukup di pagi hari untuk menyiapkan sarapan bagi anak mereka yang akan sekolah. Akibatnya, banyak remaja yang tidak terbiasa untuk sarapan. Meskipun tidak ada hubungan signifikan antara tingkat pendidikan ibu dan kebiasaan sarapan, penting untuk dicatat bahwa sarapan tetap diperlukan bagi remaja. Salah satu sumber energi penting bagi otak yaitu nutrisi yang diterima saat sarapan, di mana makanan yang dimakan saat sarapan berperan dalam meningkatkan kadar gula darah. Kadar gula darah adalah sumber utama energi bagi otak dan sel-sel darah.

Oleh karena itu, sarapan berperan dalam mengembalikan cadangan energi dan tingkat gula darah (Andriati & Nuraini, 2020). Sarapan yang mengandung nutrisi baik akan memberikan pasokan bagi semua organ tubuh, sehingga membantu remaja untuk berpikir, beraktivitas, dan melakukan berbagai kegiatan dengan maksimal setelah bangun dipagi hari. Makanan pagi yang bergizi terbukti dapat meningkatkan fokus remaja dalam proses belajar di sekolah dan dapat mencegah obesitas (Haeriyah et al., 2022). Terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi kebiasaan sarapan, yaitu ketersediaan sarapan di rumah, jenis menu sarapan, dan waktu sarapan (Rohmah & , Ninna Rohmawati, 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan ibu tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kebiasaan sarapan siswa SMP Muhammadiyah 2 Minggir. Oleh karena itu, penelitian lanjutan perlu memasukkan faktor seperti pengetahuan gizi, peran ayah, kebiasaan keluarga, dan waktu berangkat sekolah. Siswa diharapkan rutin sarapan untuk mendukung belajar dan gizi. Peneliti selanjutnya disarankan memakai pendekatan campuran dan melibatkan peran orang tua lebih luas.

SUMBER DANA PENELITIAN: Penelitian ini tidak menerima pendanaan eksternal

UCAPAN TERIMA KASIH: Penulis mengucapkan terimakasih kepada Ibu Silvi Lailatul Mahfida sebagai pembimbing dalam penulisan artikel ini, serta kepada Bapak Agung Nugroho yang telah memberikan bimbingan sepanjang pelaksanaan penelitian. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada pihak Puskesmas Minggir dan SMP Muhammadiyah 2 Minggir yang telah memberikan data dan dukungannya. Selain itu, saya menyampaikan apresiasi kepada rekan-rekan yang ikut serta berkontribusi dalam pengambilan data.

KONFLIK KEPENTINGAN: Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Faida, N. (2021). Pengaruh Kebiasaan Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Stikes Persada Nabire Provinsi Papua. *Ikesma*, 17(2), 81. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v17i1.22397>
- Andriati, R., & Nuraini, R. (2020). Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswi. *JAM: Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(1), 51–54. <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/JAM/article/view/75>
- Ardi, A. 'Izza. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (Kek) Pada Ibu Hamil. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 8(1), 63–68. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v8i1.555>
- Dinas Kesehatan Sleman. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Sleman*.
- Gita Diafatul janah. (2023). *Hubungan Pengetahuan gizi dan kebiasaan sarapan dengan PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN PADA ANAK SEKOLAH DASAR ISLAM TERPADU NURUL HUDA KUNINGAN*.
- Haeriyah, S., Ayuningtyas, N., Marsepa, E., & Faidatusyarifah, F. (2022). Edukasi Pentingnya Sarapan Pagi Pada Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(6), 5023. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i6.11643>
- Hardinsyah, H., & Aries, M. (2016). Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian

- Anak Usia 6—12 Tahun Di Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 7(2), 89. <https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.2.89-96>
- Haryani, V. M., Putriana, D., & Hidayat, R. W. (2023). Asupan Protein Hewani Berhubungan dengan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir. *Amerta Nutrition*, 7(2SP), 139–146. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.13>
- Iriyani Kamaruddin, L. K. H. R. R. J. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Remaja overweight dan obese. *Amerta Nutrition*, 7(2SP), 311–319. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.31>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia Dalam Angka. *Kota Kediri Dalam Angka*, 1–68.
- Khalida, E., Fadlyana, E., & Somasetia, D. H. (2016). Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Prestasi Belajar dan Fungsi Kognitif pada Anak Sekolah Dasar. *Sari Pediatri*, 17(2), 89. <https://doi.org/10.14238/sp17.2.2015.89-94>
- Ni'mah, C., & Muniroh, L. (2016). Hubungan Tingkat Pendidikan, Tingkat Pengetahuan Dan Pola Asuh Ibu Dengan Wasting Dan Stunting Pada Balita Keluarga Miskin. *Media Gizi Indonesia*, 10(1), 84–90. <https://doi.org/10.20473/mgi.v10i1.84-90>
- Nurmalasari, Y., Anggunan, A., & Febriany, T. W. (2020). Hubungan Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6-59 Bulantingkat Pendidikan Ibu Dan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6-59 Bulan Di Desa Mataram Ilir Kecamatan Seputih Sur. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 205–211. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.2409>
- Octaviani, Y., Rachmawati, K., & Santi, E. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Sarapan Siswa pada SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(1), 101. <https://doi.org/10.20527/dk.v8i1.7296>
- Palu Hermiyanty, A.-F., Ika Fitriyah, S., Aiman, U., Rizki Ashari, M., Studi Kesehatan Masyarakat, P., Kesehatan Masyarakat, F., Tadulako, U., & Studi Gizi, P. (2018). Gambaran pengetahuan dan praktik menyusun menu sarapan pada orang tua siswa SDIT Al-Fahmi Palu Description of knowledge and putting healthy breakfast on menu in parents of students of SDIT. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 2(1), 13–23. <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/ghidza>
- Rohmah, M. H., & , Ninna Rohmawati, S. S. (2020). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Jajan dengan Status Gizi Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember. *Ilmu Gizi Indonesia*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSA_T_STRATEGI_MELESTARI
- Ruslie, R. H., & Darmadi, D. (2012). Analisis Regresi Logistik Untuk Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja. *Majalah Kedokteran Andalas*, 36(1), 62. <https://doi.org/10.22338/mka.v36.i1.p62-72.2012>
- Wati, S., Harna, H., Nuzrina, R., Sitoayu, L., & Dewanti, L. P. (2021). Kebiasaan Sarapan, Kualitas Tidur, Dan Dukungan Orangtua Terhadap Konsentrasi Belajar Selama Pandemi COVID 19. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 5(1), 24–35. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v5i1.164>
- World Health Organization. (2024). *Obesity*. https://www.who.int/health-topics/obesity#tab=tab_1