

Factors Related to Mothers' Habit in Making Breakfast for Their Children at MI Draul Hijrah Madani in Kupang

Rizki Fuji Maulidya^{1*}, Ribka Limbu², Petrus Romeo³

^{1,2,3}Public Health Faculty, University of Nusa Cendana

ABSTRACT

Breakfast contributes to improving nutritional and health status. Children who do not have breakfast in the morning will experience hypoglycemia or low blood sugar levels. This makes them weak, sleepy, and have difficulty concentrating. The habit of eating breakfast in children requires the participation of mothers in preparing breakfast for their children. This study aims to determine factors that are related to mothers' habits of making breakfast for children at MI Darul Hijrah Madani in Kupang in 2020. It was an analytic observation using a cross-sectional design. The instrument used to collect data is a pre-prepared questionnaire. The population in this study was 215 mothers whose children study at MI Darul Hijrah Madani in Kupang. The sample was taken using simple random sampling to get 69 respondents. The results indicated that variables related to mothers' habits of making breakfast for their children were knowledge ($p=0.000<0.05$) and attitude ($p=0.001<0.05$). On the other hand, variables that were not related to mothers' habits in making breakfast for children were age ($p=0.110>0.05$), education ($p=0.890>0.05$), and occupation ($p=0.176>0.05$).

Keywords: breakfast, mother's habit, students at elementary school

PENDAHULUAN

Anak merupakan aset berharga bagi suatu bangsa, sehingga pertumbuhan dan perkembangannya akan menentukan bagaimana nasib bangsa ke depannya. Jika tumbuh kembang anak baik, maka masa depan bangsa juga menjadi baik, sedangkan jika tumbuh kembang anak kurang baik, maka dapat dipastikan masa depan bangsa juga menjadi tidak baik. Oleh sebab itu, tumbuh kembang anak sangat penting untuk diperhatikan.⁽¹⁾ Faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak yang optimal adalah pemberian asupan makanan dengan kuantitas dan kualitas yang benar terutama bagi anak usia sekolah, karena pada masa usia sekolah akan menentukan kualitas seseorang baik dari segi fisik, mental, psikososial, dan juga karakteristik kesehatannya.⁽²⁾

Data status gizi anak usia 5-12 tahun secara nasional yaitu 2,4% sangat kurus dan 6,8% kurus, sedangkan persentase sangat

pendek dan pendek sebanyak 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek, dari 34 provinsi yang dipantau Provinsi Nusa Tenggara Timur memiliki persentase paling tinggi yaitu 4,6% sangat kurus, 13,9% kurus, 11,3% sangat pendek, dan 29,8% pendek, hal ini membuktikan bahwa perhatian terhadap anak usia sekolah terutama masalah gizi pada anak harus semakin ditingkatkan.⁽³⁾

Standar pemenuhan gizi untuk anak usia sekolah, idealnya anak makan 4-8 kali dalam sehari. Utamanya, waktu-waktu makan anak terbagi menjadi waktu makan sarapan, *snack* pagi, makan siang, *snack* sore, dan makan malam. Namun, dalam hal asupan energi, sarapan adalah yang terpenting. Ketika bangun pagi anak sudah "berpuasa" kurang lebih 8 jam, di sekolah pun anak membutuhkan banyak energi agar mampu melakukan berbagai aktivitas yang berhubungan dengan program belajarnya di sekolah, dan akan bersemangat untuk bermain dengan teman-temannya. Hal tersebut tentunya membuat hidup anak lebih berkualitas dan membahagiakan.⁽⁴⁾

Sarapan merupakan aktivitas makan dan minum yang memenuhi sebagian dari

*Corresponding author:

fujirizki@gmail.com

asupan gizi harian agar hidup menjadi sehat, aktif, dan cerdas. Sarapan dilakukan mulai dari bangun pagi sampai jam 9.⁽⁵⁾ Menu sarapan pagi yang sehat harus berdasarkan aturan gizi seimbang yaitu jenis dan jumlahnya disesuaikan dengan kebutuhan anak yang meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin, serat dan mineral.⁽⁶⁾

Kualitas sarapan penduduk Indonesia terbilang rendah, dari 35.000 anak sekolah terdapat 26,1% anak yang sarapan dengan meminum air mineral saja dan 44,6% anak sarapan dengan sumber energi tidak mencapai 15% kebutuhan energi per harinya.⁽⁵⁾ Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa 69,6% anak Indonesia tidak mengonsumsi sarapan berdasarkan aturan gizi seimbang.⁽⁷⁾

Faktor yang mempengaruhi anak usia sekolah dalam melakukan sarapan pagi yang baik diantaranya adalah faktor kebiasaan. Anak yang sudah memiliki kebiasaan sarapan pagi akan berusaha meluangkan waktunya untuk selalu sarapan terlebih dahulu sebelum beraktivitas.⁽⁸⁾ Orang tua mempunyai peranan besar dalam melakukan pembiasaan sarapan pagi kepada anak, terutama tindakan ibu dalam memberikan menu sarapan pagi yang sehat untuk keluarga khususnya untuk anak.⁽⁹⁾

Hasil Observasi dan wawancara awal kepada 20 siswa di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang pada Bulan Januari 2020, terdapat 13 siswa yang melakukan sarapan pagi setiap hari. Namun, dari jumlah tersebut menu yang dikonsumsi oleh anak tidak memenuhi asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan anak, seperti sarapan pagi hanya mengonsumsi kue, nasi dan mi, nasi dan telur serta menu lain yang tidak sesuai dengan anjuran menu seimbang. MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang merupakan sekolah yang terletak di dekat kompleks Perumahan BTN Kolhua, hampir semua

siswa yang sekolah di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang tinggal di perumahan yang penduduknya memiliki karakteristik ekonomi, sosial, dan budaya yang bermacam-macam sehingga pengetahuan, sikap, dan pola hidup juga cenderung berbeda. Oleh karena itu, penulis merasa perlu untuk melakukan penelitian tentang "Faktor yang Berhubungan dengan Tindakan Ibu dalam Pemberian Sarapan Pagi pada Anak di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang Tahun 2020".

METODE

Penelitian ini merupakan observasional analitik menggunakan desain *cross sectional*, dilakukan di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang pada bulan Juni-November 2020. Populasi penelitian ini yaitu 215 ibu dari siswa/siswi MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang dengan sampel berjumlah 69 ibu dipilih berdasarkan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan dengan kuesioner yang meliputi variabel-variabel yang diteliti, kemudian akan dianalisis secara univariabel dan bivariabel. Data yang sudah dianalisis disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Penelitian ini disetujui oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan, FKM Universitas Nusa Cendana dengan nomor: 2020054-KEPK.

HASIL

Hasil penelitian ini terbagi menjadi dua analisis yaitu univariabel dan bivariabel.

1. Analisis Univariabel

Analisis univariabel pada penelitian ini digunakan agar memperoleh distribusi frekuensi dan proporsi dari 69 responden berdasarkan karakteristik yang dimiliki seperti yang terlihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu dalam Pemberian sarapan Pagi pada Anak di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang Tahun 2020

Variabel	Frekuensi (n=69)	Proporsi (%)
Umur		
20-30 tahun	3	4,3
31-40 tahun	56	81,2
41-50 tahun	10	14,5
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	5	7,2
Pendidikan Menengah	30	43,5
Pendidikan Tinggi	34	49,3
Pekerjaan		
Bekerja	36	52,2
Tidak Bekerja	33	47,8
Pengetahuan		
Baik	21	33,4
Cukup	38	55,1
Kurang	10	14,5
Sikap		
Positif	40	58
Negatif	29	42
Tindakan		
Baik	13	18,8
Cukup	51	73,9
Kurang	5	7,2

Tabel 1. menunjukkan bahwa dari 69 responden, mayoritas responden berumur 31-40 tahun yaitu sebanyak 56 orang (81,2%). Responden dengan tingkat pendidikan tinggi sebanyak 34 orang (49,3%), lebih banyak proporsinya dari pada responden dengan tingkat pendidikan dasar dan tingkat pendidikan menengah. Selain itu, sebagian besar responden dalam penelitian ini bekerja yaitu sebanyak 36 orang (52,2%). Berdasarkan kategori tingkat pengetahuan, sikap, dan tindakan, mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 38 orang (55,1%), sikap positif sebanyak 40 orang (58%), dan tindakan dengan kategori cukup yaitu sebanyak 51 orang (73,9%).

2. Analisis Bivariabel

Analisis bivariabel pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel independen yaitu umur, pendidikan, pekerjaan, pengetahuan, dan sikap dengan variabel dependen yaitu tindakan ibu dalam memberikan sarapan pagi pada anak. Teknik analisis yang dilakukan yaitu menggunakan uji *chi-square* dengan derajat kepercayaan 95% dan α 5%, sehingga jika *p-value* < 0,05 maka hasil analisis statistik dapat dikatakan bermakna atau terdapat hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen. Sebaliknya jika *p-value* > 0,05 maka hasil analisis statistik dikatakan tidak bermakna. Hasil Analisis bivariabel dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hubungan Antara Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Pengetahuan, dan Sikap Dengan Tindakan Ibu Dalam Pemberian Sarapan Pagi pada Anak di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang Tahun 2020

Variabel	Tindakan Ibu						Total		P Value
	Baik		Cukup		Kurang		n	%	
	(n)	%	(n)	%	(n)	%			
Umur									
20-30 tahun	2	66,7	1	33,3	0	0	3	100	0,110
31-40 tahun	10	17,9	42	75	4	7,1	56	100	
41-50 tahun	1	10	8	80	1	10	10	100	
Pendidikan									
Pendidikan Dasar	1	20	4	80	0	0	5	100	0,890
Pendidikan Menengah	6	20	21	70	3	10	30	100	
Pendidikan Tinggi	6	17,6	26	76,5	2	5,9	34	100	
Pekerjaan									
Bekerja	9	25	25	69,4	2	5,6	36	100	0,176
Tidak Bekerja	4	12,1	26	78,8	3	9,1	33	100	
Pengetahuan									
Baik	7	33,3	14	66,7	0	0	21	100	0,000
Cukup	6	15,8	32	84,2	0	0	38	100	
Kurang	0	0	5	50	5	50	10	100	
Sikap									
Positif	11	27,5	29	72,5	0	0	40	100	0,001
Negatif	2	6,9	22	75,9	5	17,2	29	100	

Tabel 2. menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara umur (p -value = 0,110), pendidikan (p -value = 0,890), dan pekerjaan (p -value = 0,176) dengan tindakan ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang. Adapun variabel yang berhubungan dengan tindakan ibu yaitu pengetahuan (p -value = 0,000) dan sikap (p -value = 0,001).

PEMBAHASAN

1. Umur

Umur adalah usia seseorang sejak dia dilahirkan sampai hari di mana dia berulang tahun. Semakin bertambahnya umur, maka tingkat kematangan seseorang dalam berpikir dan bertindak akan jauh lebih baik.⁽¹⁰⁾

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara umur dengan tindakan ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang. Adapun penelitian sebelumnya menunjukkan tidak adanya

hubungan yang bermakna antara umur dengan tindakan ibu dalam menyiapkan sarapan sehat untuk anak.⁽⁹⁾ Hal ini dapat terjadi karena tidak hanya ibu yang berumur lebih tua saja yang memiliki tindakan baik, tetapi ibu yang berumur lebih muda pun bisa memiliki tindakan baik dalam menyiapkan sarapan pagi untuk anak.

Umur memang dapat mempermudah seseorang untuk mengubah perilakunya, namun terdapat faktor lain yang dapat menghambat perubahan perilaku seseorang seperti pengetahuan. Ibu yang berumur 41-50 tahun lebih matang dan berpengalaman dari pada ibu yang berumur 20-30 dan 31-40 tahun, tetapi jika faktor lainnya seperti pengetahuan yang kurang tentang sarapan pagi, maka perilaku pemberian sarapan pagi pada anak tidak akan dilakukan. Oleh karena itu, ibu yang berumur 41-50 tahun tidak cukup hanya mengandalkan pengalaman saja, ibu juga perlu mencari informasi lebih banyak tentang sarapan pagi untuk

mempermudah ibu dalam menyiapkan sarapan pagi yang sehat untuk anak.

2. Pendidikan

Pendidikan merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan kualitas hidup seseorang. Pendidikan orang tua sangat penting bagi tumbuh kembang anak, karena orang tua akan lebih memahami cara mengasuh anak terutama dalam memenuhi kebutuhan gizinya.⁽¹¹⁾ Semakin tinggi tingkat pendidikan ibu maka tindakannya dalam menyiapkan sarapan pagi untuk anak akan semakin baik.⁽¹²⁾

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pendidikan dengan tindakan ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Siregar bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu dengan perilaku ibu dalam menyiapkan sarapan untuk anak.⁽⁹⁾ Hal ini disebabkan karena proporsi ibu yang memiliki tingkat pendidikan rendah, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi tidak jauh berbeda dalam pemberian sarapan pagi.

Pendidikan memiliki kaitan yang erat dengan pengetahuan, karena pendidikan formal merupakan wadah agar seseorang mendapat pengetahuan serta keterampilan. Namun, pendidikan bukanlah faktor mutlak yang bisa mempengaruhi pengetahuan, ada faktor lain seperti usia, sumber informasi, hubungan sosial, serta pengalaman juga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang.⁽¹³⁾ Mayoritas ibu yang memiliki tingkat pendidikan dasar pada penelitian ini mendapatkan pengetahuan tentang sarapan pagi berdasarkan hasil interaksi sosialnya bersama tetangga, sehingga dengan interaksi tersebut ibu mampu mempraktikkan perilaku pemberian sarapan pagi yang sehat untuk anak. Selain itu, ada pula yang mendapatkan pengetahuan dari sumber lain seperti iklan dan media elektronik. Banyaknya sumber dan media yang dapat digunakan untuk mencari informasi, maka diharapkan ibu dari berbagai tingkat pendidikan dapat terus

memperluas pengetahuan tentang pentingnya menyiapkan sarapan pagi yang sehat untuk anak tidak hanya dari pendidikan formal saja.

3. Pekerjaan

Pekerjaan adalah suatu kegiatan yang dilakukan sebagai mata pencaharian untuk mendapat nafkah. Pada umumnya, setiap orang yang bekerja dapat menghabiskan waktu selama 6-8 jam, sisanya digunakan untuk kegiatan bersama keluarga maupun masyarakat, istirahat, dan lain-lain.⁽¹⁴⁾ Aktivitas ibu di luar rumah tentunya akan mempengaruhi waktu luang bersama anak dan keluarga terutama dalam menyiapkan sarapan pagi.

Analisis uji korelasi menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pekerjaan dengan tindakan ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak di MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pekerjaan dengan perilaku ibu dalam menyiapkan sarapan pagi.⁽¹⁵⁾

Pekerjaan ibu berpengaruh terhadap tindakannya dalam memberikan asupan gizi untuk anak. Ketika bekerja maka waktu luang ibu untuk anak menjadi lebih sedikit, sehingga perhatian ibu terhadap tumbuh kembang anak menjadi berkurang.⁽¹⁶⁾ Pada penelitian ini, banyak ibu yang bekerja dan tetap memberikan sarapan pagi pada anak dikarenakan ibu merasa bahwa ketika sudah berangkat bekerja ibu tidak bisa lagi menemani dan memperhatikan anaknya secara langsung, sehingga perhatian ibu di pagi hari dengan membuat sarapan untuk anak sangatlah penting. Selain itu, pekerjaan ibu tentunya berpengaruh terhadap penghasilan tambahan bagi keluarga, hal ini menjadi alasan beberapa ibu rumah tangga yang tidak bekerja mengapa mereka tidak menyiapkan sarapan sehat untuk anak. Padahal, penghasilan tambahan tidak menjadi masalah jika ibu mampu mengolah bahan makanan sehat meskipun dengan harga murah.

4. Pengetahuan

Pengetahuan gizi kesehatan merupakan pemahaman seseorang tentang ilmu yang berkaitan dengan gizi seperti sumber gizi dan jenisnya, fungsi dan manfaat zat gizi bagi kesehatan, baik yang diperoleh dari orang lain atau media lainnya. Tingkat pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi perilaku kesehatannya, karena pengetahuan merupakan dasar agar perilaku seseorang dapat bertahan lama.⁽¹³⁾ Peran penting seorang ibu dalam membiasakan anak untuk melakukan sarapan menurut tingkat pengetahuan yang dimiliki ibu sangatlah diperlukan.⁽¹⁷⁾

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan tindakan ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak.⁽¹⁷⁾

Pengetahuan ibu tentang gizi dapat mempengaruhi tindakannya dalam menyiapkan menu sarapan pagi berdasarkan aturan gizi seimbang. Pada penelitian ini, kebanyakan ibu sudah mengetahui dan memahami ilmu tentang gizi dan sarapan pagi dengan baik, kemudian ibu mempraktikkannya dengan tindakan.

Adapun ibu dengan pengetahuan kurang, yaitu disebabkan oleh terbatasnya informasi yang ibu miliki. Mereka mengetahui tentang pengertian, manfaat, serta dampak yang akan terjadi jika tidak melakukan sarapan pagi, namun pengetahuan mereka masih kurang tentang zat gizi yang harus terpenuhi dalam menu sarapan pagi. Ibu belum mengetahui bahwa menu sarapan pagi yang baik untuk anak harus berdasarkan panduan gizi seimbang, sehingga mereka memberikan sarapan pagi pada anak hanya berupa nasi dan telur, teh, kue, gorengan atau sepiring mi instan.

Ibu yang masih memiliki pengetahuan kurang perlu untuk mencari informasi lebih banyak lagi baik dari orang terdekat, tenaga kesehatan, iklan, maupun

internet tentang kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh anak serta penyediaan menu sarapan pagi yang sehat berdasarkan gizi seimbang.

5. Sikap

Sikap adalah suatu respon terhadap stimulus atau rangsangan yang diperoleh individu. Respon yang dihasilkan dapat berupa pendapat atau penilaian seperti setuju-tidak setuju, suka-tidak suka, baik-tidak baik, maupun respon berupa emosi seperti senang-tidak senang.⁽¹³⁾ Respon individu terhadap stimulus yang diberikan bisa berbeda, jika suka atau setuju dengan stimulus yang diberikan maka individu akan menerima dan mencari informasi lebih banyak. Sebaliknya, apabila tidak suka atau tidak setuju maka individu akan menolak stimulus tersebut.⁽¹⁸⁾

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara sikap dengan tindakan ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara sikap ibu terkait sarapan pagi dengan perilaku ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak.⁽¹⁷⁾

Ada banyak faktor penyebab terbentuknya sikap di dalam diri seseorang, selain pengetahuan, faktor pengalaman pribadi, pengaruh orang lain, atau kebudayaan di lingkungan juga dapat mempengaruhi.⁽¹⁹⁾ Pada penelitian ini, mayoritas ibu memiliki sikap yang positif terhadap pemberian sarapan pagi pada anak, hal ini disebabkan karena pengetahuan yang dimiliki ibu tentang sarapan pagi mampu membentuk sikap positif sehingga ibu mulai menyiapkan sarapan pagi agar anak terhindar dari permasalahan kesehatan. Selain itu, pengalaman pribadi seperti anak yang sering lemas, pusing, bahkan pingsan di sekolah karena tidak sarapan juga mempengaruhi terbentuknya sikap ibu tentang pentingnya menyiapkan sarapan pagi untuk anak.

Adapun yang memiliki sikap negatif yaitu karena ibu merasa bahwa sarapan pagi tidak memiliki pengaruh apapun terhadap

kondisi anaknya di sekolah. Sebagian ibu juga menganggap bahwa menyiapkan sarapan pagi untuk anak sangat merepotkan sehingga anak cukup diberikan uang jajan saja.

Ibu yang sudah memiliki pengalaman dalam hal menyikapi tindakan pemberian sarapan pagi pada anak diharapkan dapat membagikan pengalamannya kepada tetangga maupun ibu lainnya, sehingga mereka mampu memiliki sikap positif terhadap pemberian sarapan pagi dan tertarik untuk memberikan sarapan sehat untuk anaknya setiap hari.

KESIMPULAN

Ada hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu terhadap tindakan ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak, sedangkan variabel umur, pendidikan, dan pekerjaan ibu tidak memiliki hubungan dengan tindakan ibu dalam pemberian sarapan pagi pada anak.

KONFLIK KEPENTINGAN

Artikel ini benar-benar dipastikan tidak memiliki konflik kepentingan, kolaboratif, atau kepentingan lainnya dengan pihak manapun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Kepala sekolah serta guru MI Darul Hijrah Madani Kota Kupang, dan seluruh responden yang sudah berpartisipasi pada penelitian ini.

REFERENSI

1. Ningrum BS. Gambaran Kebiasaan Sarapan pada Anak Usia Dini di Paud Kelurahan Cijantung Jakarta Timur. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia; 2014. Available from: <http://lib.ui.ac.id/detail?id=20387975&lokasi=lokal>
2. Bertalina. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak

Usia Sekolah (6-12 Tahun). Jurnal Keperawatan [Internet]. 2013;IX(1):5–12. Available from: <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/289/265>

3. Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2019;1-198. Available from: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
4. Damayanti D. Makanan & Kegiatan Sekolah Anak: Tips Siapkan Makanan untuk Kegiatan di Sekolah [Internet]. 2013 [cited 2020 Feb 25]. Available from: https://books.google.co.id/books?id=gRxQDwAAQBAJ&newbks=1&newbks_redir=0&printsec=frontcover&dq=Makanan+%26+Kegiatan+Sekolah+Anak&hl=id&redir_esc=y#v=onepage&q=Makanan+%26+Kegiatan+Sekolah+Anak&f=false.
5. Hardinsyah H, Aries M. Jenis Pangan Sarapan dan Perannya dalam Asupan Gizi Harian Anak Usia 6—12 Tahun di Indonesia. Jurnal Gizi dan Pangan [Internet]. 2012;7(2):89. Available from: <http://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/view/12370>
6. Setiaputri KA. Panduan Mencakup Kebutuhan Gizi Harian untuk Anak Usia Sekolah (6-9) Tahun [Internet]. 2019 [cited 2020 Apr 20]. Available from: <https://hellosehat.com/parenting/anak-6-sampai-9-tahun/gizi-anak/kebutuhan-asupan-gizi-anak/>
7. Perdana F, Hardinsyah H. Analisis Jenis, Jumlah, dan Mutu Gizi Konsumsi Sarapan Anak Indonesia. Jurnal Gizi dan pangan [Internet]. 2013;8(1):39. Available from: <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/download/7251/5663>
8. Artiningrum IF. Faktor Determinan Kebiasaan Sarapan Pagi pada Siswa Kelas 3 di SDN Kedung Sugo 1

- Kecamatan Prambon Kabupaten Sidoarjo. Skripsi. Politeknik Kesehatan Surabaya; 2018. Available from: <http://digilib.poltekkesdepkes-sby.ac.id/public/POLTEKKESBY-Studi-2958-KTIKaset.pdf>
9. Siregar RC. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Ibu dalam Pemberian Sarapan Pagi pada Anak di SD ST . Thomas 1 Medan Tahun 2013. Skripsi. Universitas Sumatera Utara; 2013. Available from: <http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/16508/081000189.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 10. Hanifah M. Hubungan Usia dan Tingkat Pendidikan dengan Pengetahuan Wanita Usia 20-50 Tahun tentang Periksa Payudara Sendiri (SADARI) [Internet]. 2010;1-89. Available from: http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/26009/1/MARYAM_HANIFAH-fkik.pdf.
 11. Jannah AM. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Kelurahan Gerem. Skripsi. Universitas Negeri Syarif Hidayatullah jakarta; 2016. Available from: <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/37375/1/ANA%20AHILLATUL%20JANNAH-FKIK.pdf>
 12. Asransyah SZ. Hubungan Lama Pendidikan dan Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Perilaku Pemberian Makan di Puskesmas Gilingan Surakarta [Internet]. 2016;17. Available from: <http://eprints.ums.ac.id/41448/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
 13. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan: Teori dan aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta; 2010
 14. Benajir C. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Kebutuhan Nutrisi Anak di Yayasan Al-Fatah Serang. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2014. Available from: <http://www.repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/28920/1/CHODIJAH%20BENAJIR-FKIK.pdf>
 15. Lutfi F. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Sadar Gizi pada Keluarga di Kelurahan Karang Panimbal Kecamatan Purwaharja Kota Banjar [Internet]. 2010 [cited 2020 sep 8. Available from: <https://pt.scribd.com/document/198611476/Lutfi-Fauji-Ridwan>
 16. Sulistyorini E. Hubungan Pekerjaan Ibu Balita terhadap Status Gizi Balita di Posyandu Prima Sejahtera Desa Pandean Kecamatan Ngemplak Kabupaten Boyolali Tahun 2009 [Internet]. 2009;1(2):1-17. Available from: <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/viewFile/6/6>
 17. Olindima DN. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Kebiasaan Memberikan Sarapan pada Anak Sekolah Dasar di Kelurahan Maulafa Kecamatan Maulafa. Skripsi. Universitas Nusa cendana; 2012.
 18. Budiman R. Kapita Selekta Kuesioner: Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika; 2014.
 19. Azwar S. Sikap Manusia: Teori dan Pengukuran. Jakarta: Pustaka Pelajar; 2011.