

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI
BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR KELAS 3-5 DI SDN WONOREJO**



**NAWANG NASYWA
NIM 202201060**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI
BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR KELAS 3-5 DI SDN WONOREJO**

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Universitas Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto



**NAWANG NASYWA
NIM 202201060**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026**

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nawang Nasywa
NIM : 202201060
Prodi : S1 KEPERAWATAN
Fakultas : FIKES
Judul : Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak sekolah dasar kelas 3-5 di SDN Wonorejo

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 7/6/2026



Nawang Nasywa
202201060

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal penelitian ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program.

Judul : Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar anak sekolah dasar kelas 3-5 di SDN Wonorejo

Nama : Nawang Nasywa

NIM : 202201060

Pada Tanggal : 18 Juni 2026

Pembimbing I :

Oleh : 

Dr. Tri Ratnaningsih S.Kep., Ns., M.Kes

NIK. 162 601 005

Pembimbing II :



Tri Peni S.Kep., Ns., M.Kes

NIK. 162 601 114



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• Info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : NAWANG NASYWA
NIM : 202201060
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Pada Tanggal : 18 Juni 2026
Judul Skripsi : "HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI
DENGAN KONSENTRASI BELAJAR ANAK
SEKOLAH DASAR KELAS 3-5 DI SDN
WONOREJO"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto


DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Siti Indatul Laili, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)
Penguji 1 : Dr.Tri Ratnaningsih, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)
Penguji 2 : Tri Peni, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 4 Juli 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan


Enny Virda Y., S.Kep.Ns.,M.Kes

NIK : 162.601.095

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal Skripsi dengan Judul **“Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Anak Sekolah Dasar Kelas 3-5 di SDN Wonorejo”**. Selesaiannya penulisan Skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada:

1. Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menyusun proposal dan melakukan penelitian di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah, S.Kep.,Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
3. Enny Virda Yuniarti, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ka.Prodi S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
4. Dr. Tri Ratnaningsih, S.Kep. Ns., M.Kes selaku pembimbing 1 Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.

5. Tri Peni, S.Kep., Ns., M.Kes. selaku pembimbing 2 Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.
6. Siti Indatul Laili, S.Kep.,Ns., M.Kes selaku penguji Skripsi yang telah menguji dan memberikan masukan kepada penulis.
7. Seluruh Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang turut membantu menyediakan fasilitas dalam pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Akhirnya penulis menyadari bahwa proposal Skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Skripsi ini.

Mojokerto, 06 April 2026

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Kebiasaan Sarapan Pagi	8
2.2 Konsep Konsentrasi Belajar	17
2.3 Jurnal Penelitian Terkait	20
2.4 Kerangka Teori	25
2.5 Kerangka Konseptual	26
2.6 Hipotesis Penelitian.....	27
BAB 3 METODE PENELITIAN	28
3.1 Desain Penelitian.....	28
3.2 Populasi, Sampling dan Sampel	29
3.3 Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	30
3.4 Prosedur Penelitian.....	32
3.5 Pengumpulan Data	35

3.6 Pengolahan data.....	39
3.7 Etika Penelitian	44
3.8 Keterbatasan Penelitian	45
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	47
4.1 Hasil Penelitian	47
4.2 Pembahasan	52
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	73
5.1 Simpulan.....	73
5.2 Saran	74
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	81



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Jurnal Penelitian Terkait	20
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Anak Sekolah Dasar Kelas 3-5 di SDN Wonorejo 31	
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas III-V SDN Wonorejo Kabupaten Mojokerto April 2026.....	48
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin SDN Wonorejo Kabupaten Mojokerto April 2026.....	49
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia SDN Wonorejo Kabupaten Mojokerto April 2026	49
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan SDN Wonorejo Kabupaten Mojokerto April 2026	49
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pagi SDN Wonorejo Kabupaten Mojokerto April 2026.....	50
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsentrasi Belajar SDN Wonorejo Kabupaten Mojokerto April 2026.....	50
Tabel 4.7 Hasil Analisa Data Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Anak Sekolah Dasar Kelas III-V di SDN Wonorejo pada bulan April 2026	51

BINA SEHAT PPNI

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Anak Sekolah Dasar	25
Gambar 2.2 Kerangka Konseptual Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Anak Sekolah Dasar Kelas	26
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pelaksanaan Penelitian	81
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian	82
Lampiran 3 Lembar Uji Etik Penelitian	83
Lampiran 4 Permohonan Menjadi Responden	84
Lampiran 5 Kebersediaan Responden.....	85
Lampiran 6 Kisi-Kisi Kuesioner Sarapan Pagi dan Konsentrasi Belajar.....	86
Lampiran 7 Kuisisioner Identitas Responden	89
Lampiran 8 Kuesioner Kebiasaan Sarapan Pagi	90
Lampiran 9 Kuesioner Konsentrasi Belajar	92
Lampiran 10 Lembar Konsultasi.....	94
Lampiran 11 Lembar Revisi Proposal Skripsi	97
Lampiran 12 Lembar Bimbingan Skripsi.....	98
Lampiran 13 Lembar Pengajuan Judul Skripsi	100
Lampiran 14 Tabulasi Data Umum	101
Lampiran 15 Tabulasi Data Khusus	105
Lampiran 16 Data Distribusi Frekuensi Data Umum Dan Khusus.....	113
Lampiran 17 Hasil Crosstab Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Data Umum	114
Lampiran 18 Hasil Crosstab Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Data Umum ...	119
Lampiran 19 Crosstab Data Khusus Dan Hasil Uji	123
Lampiran 20 Dokumentasi Penelitian	125
Lampiran 21 Uji Turnitin	126
Lampiran 22 Uji Similaritas.....	127

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., et al. (2021). *Data Verification and the Use of Univariate and Bivariate Analysis in Quantitative Research*.
- Adolphus. (2021). The Relationship between Frequency of Breakfast Consumption on School Days and Academic Achievement in British Adolescents. *Frontiers in Public Health*, 7(November), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00283>
- Almatsier, S. (2016). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang. In *Jakarta: Penerbar Swadaya. Beard, J. Journal Nutrition American Journal of Nutrition Bertalina. Bobak, dkk. Jakarta: EGC. Briawan, D. Jakarta: EGC. Brody, T. Nutrition Biochemistry. London: Academic Press. Cahya, A* (Vol. 130, Issue 41).
- Aneley, Z., Assaye, H., Mekonen, H., Bewket, Y., Lake, E., & Fentahun, A. (2024). Breakfast consumption and associated factors and barriers among school-aged children. *Frontiers in Nutrition*, 11(September), 01–07. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1423301>
- Apriani, D. G. Y. (2022). Hubungan Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Anak Kelas 4-6 Sekolah Dasar Negeri 1 Tiyinggading. *Jurnal Medika Usada*, 5, 16–21. <https://scholar.archive.org/work/ypcgzpvxwrgfncj2k6yv5e3t2e/access/wayback/https://ejournal.stikesadvaita.ac.id/index.php/MedikaUsada/article/download/115/87>
- Ariany, D., Adhyanti, A., Eka Cahyani, Y., Hafid, F., Wahyuni, R. D., & Ngatimin, D. (2023). Quality and Pattern of Breakfast Through the GEMPITA PROGRAM at Palu City, Central Sulawesi. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 17(3), 1046–1056. <https://doi.org/10.33860/jik.v17i3.3435>
- Arifin, B., Ratnasari, Y., & Ardianti, S. dwi. (2025). Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Kelas Iv Sd 4 Payaman Kudus Dalam Proses Pembelajaran Ips Ditinjau Dari Hasil Belajar. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(03), 316–331. <https://doi.org/10.23969/JP.V10I03.30840>
- Avetisyan, M., Stepanyan, N., & Konjoyan, H. (2025). Attention Features In Preschool And Younger School Age. *Main Issues Of Pedagogy And Psychology*, 12(1), 29–37. <https://doi.org/10.24234/miopap.v12i1.65>
- Bima, H., & Dompou, A. (2025). *Journal of nutrition Science*. 2025, 1–8.
- Bowe, A. K., Urban, M., Staines, A., & Murray, D. M. (2025). The relationship between below average cognitive ability at age 5 years and the child's experience of school at age 9. *Frontiers in Public Health*, 13, 1341797. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1341797>
- Cherukunnath, D., & Singh, A. P. (2022). Exploring Cognitive Processes of Knowledge Acquisition to Upgrade Academic Practices. *Frontiers in Psychology*, 13(May), 1–7.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.682628>

- Christiana, A. E., & Abiddin, A. H. (2024). The Relationship between Breakfast Habits and Learning Concentration of Elementary School Students. *Health Access Journal*, 1(3), 91. <https://doi.org/10.31290/haj.v1i3.4580>
- Defeyter, M. A., & Russo, R. (2019). The effect of breakfast cereal consumption on adolescents' cognitive performance and mood. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7(NOV), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00789>
- Elkhatir, M., Ghaffouli, C., Louasté, B., Loukili, A., & Aboussaleh, Y. (2025). Dietary habits and cognitive performance in primary school students: a cross-sectional study in Khemisset region in Morocco. *Frontiers in Nutrition*, 12(October), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1643854>
- Fauzi. (2023). *Konsentrasi Belajar dan Faktor-Faktornya dalam Proses Pembelajaran Tematik Peserta Didik Kelas V MIS Mathlaul Anwar. 1*, 367–376.
- Firmansyah, D. (2022). *Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian : Literature Review General Sampling Techniques in Research Methodology : Literature Review. 1*(2), 85–114.
- Fitriani, D., & Sugiri, A. (2022). Pengertian Populasi dalam Penelitian: Komponen dan Karakteristiknya. *Jurnal Dialektika Politik*, 6(2), 79–101. <https://doi.org/10.37949/jdp.v6i2.14>
- Fitrianti, F., & Hidayati, N. (2025). Peran Guru Dalam Meningkatkan Keterlibatan Belajar Siswa Di Kelas. *Damhil Education Journal*, 5(1), 64. <https://doi.org/10.37905/dej.v5i1.2788>
- Gibney. (2018). Breakfast in human nutrition: The international breakfast research initiative. *Nutrients*, 10(5). <https://doi.org/10.3390/nu10050559>
- Harahap, F. D. (2025). Pengaruh Konsumsi Sarapan Pagi terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SD di kota Medan. *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian Dan Inovasi*, 5(3), 217–220. <https://doi.org/10.59818/jpi.v5i3.1623>
- Hardinsyah. (2017). *Sarapan Sehat Salah Satu Pilar Gizi Seimbang*.
- Hardinsyah, & Aries, M. (2022). Type of food for breakfast and its roles in daily nutrient intakes of school age children 6-12 years in Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 7(2), 89–96.
- Hassani, L., Pournarani, R., Aghamolaei, T., & Mohseni, S. (2023). *Breakfast Eating in Elementary School Students in Jiroft , Iran : An Application of Transtheoretical Model. 17*(1), 1–8.
- Hendrik Alvin Zebua. (2021). *Skripsi Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa STIKes SANTA ELISABETH MEDAN*.

- Hovdenak, I. M., Helleve, A., Wolden, I. E., & Bere, E. (2024). Socioeconomic inequality in breakfast skipping among Norwegian adolescents. *Nutrition Journal*, 23(1), 94. <https://doi.org/10.1186/s12937-024-00998-2>
- Huang, Z., Zhang, Q., Li, C., Liu, H., & Tian, K. (2026). Current status and related factors of breakfast skipping among adolescents aged 12–15 years in Shandong Province, China: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 26(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-26080-y>
- Jamadar, S. D., Behler, A., Deery, H., & Breakspear, M. (2024). Trends in Cognitive Sciences The metabolic costs of cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 29(6), 541–555. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2024.11.010>
- Jantrifa, S. O., & Marwan, S. (2023). Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Kelas Tinggi di Bidang Pendidikan Setelah Pembelajaran Daring. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar Indonesia*, 3(1), 30–37. <https://doi.org/10.51574/JUDIKDAS.V3I1.1007>
- Jatnika, H., Waluyo, A., & Azis, A. (2024). A Comparative Study on Data Collection Methods: Investigating Optimal Datasets for Data Mining Analysis. *Journal of Applied Data Sciences*, 5(1), 16–23. <https://doi.org/10.47738/jads.v5i1.148>
- Jorquera, P. (2021). Breakfast: A crucial meal for adolescents' cognitive performance according to their nutritional status. the cogni-action project. *Nutrients*, 13(4). <https://doi.org/10.3390/nu13041320>
- Karakaş, S. (2024). A Review of Childhood Developmental Changes in Attention as Indexed in the Electrical Activity of the Brain. *Brain Sciences 2024, Vol. 14, Page 458, 14(5)*, 458. <https://doi.org/10.3390/BRAINSCI14050458>
- Kemenkes RI. (2019). Angka Kecukupan Gizi Masyarakat Indonesia. *Permenkes Nomor 28 Tahun 2019, Nomor 65(879)*, 2004–2006.
- Khomsan. (2017). *Buku pangan dan gizi untuk kesehatan*.
- Laba, T. R., Pada, S., Umum, B., & Di, K. (2021). *Analisis Variabel dan Pola Hubungannya dalam Penelitian Pendidikan (Kajian Konseptual)*. XII(3), 413–430.
- Li, W., Du, X., Ma, Y., Cao, H., Jin, S., Fan, J., Gao, J., Hou, M., & Chen, B. (2026). Effects of a Fruit- and Vegetable-Enriched Breakfast on Cognition, Attention, and Mood in Primary School Children: A Randomized Controlled Trial. *Nutrients*, 18(4), 581. <https://doi.org/10.3390/NU18040581/S1>
- Liu, J., Wu, L., Um, P., Wang, J., Kral, T. V. E., Hanlon, A., & Shi, Z. (2021). Breakfast consumption habits and cognitive ability in chinese youth: A six year follow-up longitudinal cohort study. *Nutrients*, 13(6), 1–17. <https://doi.org/10.3390/nu13062080>
- Lusiana, S. A., Sumardi, R. N., Ngardita, I. R., Yuniyanto, A. E., & Susanto, T. (2023). *Health Education Program for Improving of Food Intake of Breakfast and Vegetables Consumption : A Quasi Experiment among Elementary School Students in Indonesia*.

19(1), 65–71. <https://doi.org/10.5457/p2005-114.339>

- Maedah, A. L., Sitoayu, L., Melani, V., & Nuzrina, R. (2023). *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas Nutritional Status , Breakfast Habits with The Work Productivity of Jakarta Startup Employees Status Gizi , Kebiasaan Sarapan Dengan Produktivitas Kerja Karyawan Startup*. 4(2), 220–229.
- Maigur, S., & Patil, M. (2025). Effect of Breakfast Consumption Pattern on Cognitive Skills and Nutritional Status of Higher Primary School Children. *Journal of Scientific Research and Reports*, 31(5), 69–77. <https://doi.org/10.9734/JSRR/2025/V31I53005>
- Mapiansyah, Sulistri, E., & Rosmaiyadi. (2024). Hubungan Konsentrasi Belajar Dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas IV SDN 1 Singkawang. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(04), 258–269. <https://doi.org/10.23969/JP.V9I4.17348>
- Maritasari, D. B., Ermayani, E., Aulia, H., Sapitri, A., & Hidayat, M. (2025). *Dinamika Populasi , Sampel , Dan Kredibilitas Sumber Ilmiah : Kontribusinya Terhadap Mutu Penelitian Akademik Era Digital*. 4.
- Martins, E., Mendes, F., Fernandes, R., & Sargento, J. (2021). *Cognitive Impact Of Breakfast Consumption On School Age Children And Youth*. 51–59. <https://doi.org/10.15405/eph.20101.9>
- Moller, H., Sincovich, A., Gregory, T., & Smithers, L. (2022). Breakfast skipping and cognitive and emotional engagement at school: a cross-sectional population-level study. *Public Health Nutrition*, 25(12), 3356–3365. <https://doi.org/10.1017/S1368980021004870>
- Muhimah, H., & Farapti, F. (2023). Ketersediaan dan Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 575–582. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.575-582>
- Mustafa, S., Amaluddin, & Riska. (2021). *Factors affecting the concentration of school. Educational Praxis Journal*. <https://doi.org/10.32529/epj.v1i1.3884>. 9 (2)(July), 96–103.
- Mustikowati, T., Tina Rukmana, H., Nuraini Karim, U., & Rahmawati, A. (2022). Relationship of Breakfast Habits towards Concentration of Children’s Learning at School-Age Children in Public Elementary School Sukawera. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1(1), 8–12. <https://journal.binawan.ac.id/JN>
- Novianti, S. W., Andriyani, M., & Hastuti, D. (2023). The Relationship between The Quality of Sleep and Learning Concentration among School-Age Children. *Journal of Nursing Care*, 5(3), 125–132. <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i3.33360>
- Nurkarimah, R. A., Susanti, F., Amelia, W., & Oktavianty, R. (2025). *Edukasi Pentingnya Gizi Seimbang dan Sarapan Sehat Untuk Siswa SD Melalui Video Penyuluhan Kesehatan*. 1(1), 27–33.
- Paramasatiari, A., & Wedhangga, I. K. M. (2020). *The Correlation between Breakfast with*

Level of Concentration in Elementary School's Pupils in Denpasar City.
<https://doi.org/10.4108/eai.11-2-2020.2302046>

- Pebriani, Ekawaty, F., & Nasution, R. A. (2025). Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar pada anak usia sekolah dasar. *JURNAL KEPERAWATAN TROPIS PAPUA*, 8(1). <https://doi.org/10.47539/JKTP.V8I1.436>
- Priwardani. (2025). *Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Tingkat Konsentrasi Belajar pada Siswa Sekolah Dasar*. 08(2022), 4–10.
- Putri. (2023). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Pada Anak Sekolah Dasar : Literatur review. *Journal of Health Promotion*, 6(1), 1–12.
- Resky, M. (2022). *Metodologi Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Mixed Method*. 2(4).
- Rismayani, R., Handayani, H., & Budiawan, H. (2024). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar di MI Al - Khudloriyyah Bantarsari Kota Tasikmalaya. *SENAL: Student Health Journal*, 1(3), 204–211. <https://doi.org/10.35568/SENAL.V1I3.5073>
- Romero-Blanco, C., Martín-Moraleda, E., Pinilla-Quintana, I., Dorado-Suárez, A., Jiménez-Marín, A., Cabanillas-Cruz, E., García-Coll, V., Martínez-Romero, M. T., & Aznar, S. (2025). Why Do Adolescents Skip Breakfast? A Study on the Mediterranean Diet and Risk Factors. *Nutrients*, 17(12), 1–22. <https://doi.org/10.3390/nu17121948>
- Rosyidah. (2023). *Keterkaitan Kebiasaan Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V–VI Sekolah Dasar*. 200–206.
- Said, A. M., Latersia, Y., & Muniroh, L. (2024). The Relationship Between Breakfast Habits And Nutritional Status With Learning Achievement In Strada Nawar Bekasi Junior High School Students. *Media Gizi Indonesia*, 19(2), 148–157. <https://doi.org/10.20473/mgi.v19i2.148-157>
- Saragih. (2018). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. In *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (4th ed.). Jakarta. In *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*.
- Septiningrum, R. &. (2024). *Buku Saku Sarapan sehat*.
- Sharma, L. R., Jha, S., Koirala, R., Aryal, U., & Bhattarai, T. (2023). *Navigating the Research Landscape : A Guide to the Selection of the Right Research Design International Research Journal of MMC (IRJMMC)*. 4(1), 64–78.
- Sincovich, A., Moller, H., Smithers, L., Brushe, M., Lassi, Z. S., Brinkman, S. A., & Gregory, T. (2022). Prevalence of breakfast skipping among children and adolescents: a cross-sectional population level study. *BMC Pediatrics*, 22(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12887-022-03284-4>
- Singh, A. et al. (2023). Asian Journal of Pharmaceutical Research and Development. *Asian*

Journal of Pharmaceutical Research and Development, 8(6), 77–80.

Sugiyono. (2017). Instrumen penelitian metopen. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, 101.

Thakur, K. (2025). *An Analytical Perspective on Student Engagement and Academic Performance*. 7(3), 3–6.

Wadolowska, L., Hamulka, J., Kowalkowska, J., Ulewicz, N., Gornicka, M., Jeruszka-bielak, M., Kostecka, M., & Wawrzyniak, A. (2022). *Correlates in Adiposity Context . Report from the ABC of Healthy Eating Study of Polish Teenagers*.

Wiradnyani, L. A. A., & Dkk. (2016). Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar Kemendikbud RI 1. In *Kemendikbud RI*.

Wood, W., & Runger, D. (2017). Psychology of habit. *Annual Review of Psychology*, 67(September), 289–314. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122414-033417>

Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>

Yao, J., Liu, Y., & Zhou, S. (2021). *Effect of Eating Breakfast on Cognitive Development of Elementary and Middle School Students : An Empirical Study Using Large-Scale Provincial Survey Data*. 8843–8853. <https://doi.org/10.12659/MSM.920459>

Zhou, S., Zhao, H., Xiao, Y., Li, J., Huang, Q., Zhang, Y., Guo, F., Xu, B., Zou, H., Huang, X., Huang, S., & Wang, L. (2025). Association of Breakfast Food Types with Dietary Knowledge, Attitudes, and Practices Among School-Aged Children. *Nutrients*, 17(15), 1–25. <https://doi.org/10.3390/nu17152424>



BINA SEHAT PPNI