

## DAFTAR PUSTAKA

1. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. 2014.
2. Loka B, Pendidikan Jasmani J, Fahmi Hidayat M, Nurhayati F, studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi P, Ilmu Olahraga F. Journal of Physical Education Hubungan kebiasaan sarapan dengan konsentrasi belajar The relationship between breakfast habits and learning [Internet]. 2021. Available from: <https://journal.unesa.ac.id/index.php/bimaloka/>
3. Cullen KW, Chen TA. The contribution of the USDA school breakfast and lunch program meals to student daily dietary intake. *Prev Med Rep.* 2017 Mar 1;5:82–5.
4. Noviasy R, Afiah N, Susanti R, Suja'i MNM, Pakkerai AD, Cahyantari U, et al. Komposisi Menu Sarapan dan Status Gizi Pelajar Boarding School SMP Muhammadiyah 5 Samarinda. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan.* 2020 Jul 28;4(1):1–10.
5. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Sarapan, Bolehkah Dilewatkan. 2023 [cited 2024 Mar 3]; Available from: [https://yanke.kemkes.go.id/view\\_artikel/2861/sarapan-bolehkah-dilewatkan](https://yanke.kemkes.go.id/view_artikel/2861/sarapan-bolehkah-dilewatkan)

6. Fisberg M, Kovalskys I, Previdelli AN, Pereira JL, Zimberg IZ, Ferrari G, et al. Breakfast Consumption Habit and Its Nutritional Contribution in Latin America: Results From the ELANS Study. *Nutrients*. 2020 Aug 1;12(8):1–18.
7. Rima T, Yusuf IR, Nisa S, Aulia V, Kurniati T, Sunan U, et al. Pengaruh Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. 2020; Available from: <http://journal.unpak.ac.id/index.php/pedagonal>
8. Yesy K, Mulyanah. Pengaruh Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Tingkat Konsentrasi Remaja di SMK Avicenna Cileungsi. 2021;
9. Andriati R, Nuraini R, Widya Dharma Husada Tangerang Stik, Pajajaran No J, Tangerang Selatan K. Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Habits Of Morning Breakfast To Increase Learning Concentration In Breakfast. Vol. 1, *Jurnal Abdi Masyarakat*. 2020.
10. Aviana R, Fatichatul Hidayah F. Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pada Pembelajaran Kimia Di SMA Negeri 2 Batang. 2015.
11. Annisa Dwi L, Luvi Dian A SSiT, MK, Dr. Adil Zulkarnain SpO (K). Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Belajar di SMK Bumantara Muntilan Jurusan Farmasi. 2019;
12. Riinawati R. Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 2021 Aug 10;3(4):2305–12.

13. Artha Margiathi S, Lerian O, Wulandari R, Putri ND, Musyadad VF, Pgmi R, et al. Dampak Konsentrasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik. Vol. 1, Jurnal Primary Edu (JPE). 2023.
14. Melania I, Ola B, Kumala M. Pengaruh sarapan terhadap tingkat konsentrasi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Vol. 5, Tarumanagara Medical Journal. 2023.
15. Bai R, Guo J, Li C, Zhang Y, Hu P, Huang W, et al. The Effects of Different Breakfasts on Mood, Satiety, and Cognitive Function among White-collar Workers in China: A Randomized Cross-over Study [Internet]. 2024. Available from: <https://www.researchsquare.com/article/rs-4489017/v1>
16. Dutta P, Nayak VKR. Effect Of Skipping Breakfast On Cognition And Learning In Young Adults. Biomedicine (India). 2022 Dec 31;42(6):1285–9.
17. Fathimah Ahmad R. Korelasi Sarapan Pagi terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Jurusan Teknologi Pangan Universitas PGRI Wiranegara. 2024.
18. Loka B, Pendidikan Jasmani J, Fahmi Hidayat M, Nurhayati F, studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi P, Ilmu Olahraga F. Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Konsentrasi Belajar The relationship between breakfast habits and learning [Internet]. 2021. Available from: <https://journal.unesa.ac.id/index.php/bimaloka/>
19. Suraya SS, Apriyani D, Larasaty D, Indraswari E, Lusiana G, Tri A. “Sarapan Yuks” Pentingnya Sarapan Pagi Bagi Anak-anak. Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia. 2019;2(1):201–7.

20. Aini SR, Surya Pratama I, Ananto AD, Putu L, Budiani GS, Info A. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Workshop Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) dan Inovasi Sarapan Sehat untuk Anak Usia Sekolah [Internet]. 2020. Available from: [http://jffk.unram.ac.id/index.php/indra/index\\_\\_\\_\\_\\_](http://jffk.unram.ac.id/index.php/indra/index)
21. Dianah R, Dila S, Maudina AZ, Bimantoro AE, Wicaksono I. Penyuluhan Pentingnya Sarapan Sehat dan Bergizi Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMAN 2 Tasikmalaya. *Minda Baharu*. 2022 Jul 23;6(1):80–90.
22. Sonia T, Larega P. Effect Of Breakfast On The Level Of Concentration In Adolescent. Vol. 4, *Remaja J MAJORITY* | . 2015.
23. Sahra Salsabila P, Nareswari S. Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar. Vol. 13, *Shinta Nareswari | Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Medula* |. 2023.
24. Lakmali SS, Moirangthem R, Mahant Y, Devi NP, Sharma TR, Kumar TP. Importance of Breakfast in Teenagers. *Int J Health Sci (Qassim)*. 2022 May 4;4:4709–26.
25. Kusuma H, Asnawati, Husairi A. Pengaruh Sarapan Terhadap Memori Jangka Pendek Pada Mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat. 2020.
26. Rani R, Dharaiya CN, Singh B. Importance of Not Skipping Breakfast: a review. Vol. 56, *International Journal of Food Science and Technology*. Blackwell Publishing Ltd; 2021. p. 28–38.

27. Rafika1 PA, SS. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Pada Remaja. 2018;26–35.
28. Suprpti D. Hubungan Pola Makan Karbohidrat, Protein, Lemak Dengan Diabetes Pada Lansia. Vol. 15, Midwifery Journal of STIKes Insan Cendekia Medika Jombang. 2018.
29. Mentari Hudania R, Hidayah N, Kurniasih E, Iii D, Akademi K/, Pemerintah K, et al. Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa AKPER Pemkab Ngawi. Vol. 10, CAKRA MEDIKA Media Publikasi Penelitian. 2023.
30. Le HV. Journal of English Language Teaching and Applied Linguistics An Investigation into Factors Affecting Concentration of University Students. 2021;
31. Jannah N, Kartika Sari W, Ade Ariani W, Hazairin U, Bengkulu S. Peningkatan Konsentrasi Belajar Melalui Penguasaan Konten Menggunakan Tehnik Mind Mapping Pada Siswa Di SMAN 9 Kota Bengkulu. 2021;
32. Komang Winata SMAN I, Bali P. Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa Terhadap Pembelajaran Online Selama Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Komunikasi Pendidikan [Internet]. 2021;5(1):13–24. Available from: [www.journal.univetbantara.ac.id/index.php/komdik](http://www.journal.univetbantara.ac.id/index.php/komdik)
33. Djayadin C, Mubarakah WW. Analisi Hasil Asesmen Diagnostik Pada Konsentrasi Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Daring di Perguruan

- Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN). *Perspektif Ilmu Pendidikan*. 2021 Apr 27;35(1):1–8.
34. Ghози Sulthani M, Bagus Sudinadji M. Hubungan Antara Konsentrasi Belajar Dan Kualitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. 2023.
  35. Putu Sri Ratna Dewi N, Citrawathi DM, Serfi Giana G, Biologi Perikanan Kelautan J. Hubungan Pola Sarapan Dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 2 Banjar. Vol. 14. 2020.
  36. Mariem Monepa J, Aulia Idhan A, Aulia Putri N, Farhana N, Dayanti T. Hubungan Antara Sarapan Dan Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*. 2022;7(1).
  37. Julia Ayu Puspita, Agung Setyawan. Pengaruh Sarapan Pagi Untuk Konsentrasi Dalam Pembelajaran di PGSD Universitas Trunojoyo Madura. 2022;
  38. Taufik MS. Hubungan Tingkat Konsentrasi Dengan Keterampilan Bermain Futsal Unit Kegiatan Mahasiswa Futsal Universitas Suryakencana. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 2019 Oct 31;10(02):68–78.
  39. Gede Purnawinadi I, Lotulung CV. Kebiasaan Sarapan dan Konsentrasi Belajar Mahasiswa. 2020.
  40. Mariem Monepa J, Aulia Idhan A, Aulia Putri N, Farhana N, Dayanti T. Hubungan Antara Sarapan dan Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*. 2022;7(1).

41. Kurniyanti I, Christianto E. Gambaran Sarapan dan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2017. 2019.
42. Intan Puspitasari D, Rahmani A. Description Of Breakfast Behavior and Nutritional Status Of Nutrition and Non-Nutrition Students at Universitas Muhammadiyah Surakarta. Vol. 1. 2018.
43. Siska Mastifa, Theresia Tatik Pujiastuti, Herlin Lidya. Pola Sarapan dan Tingkat Konsentrasi Belajar Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta. Jurnal Keperawatan. 2023;
44. Lestari DA, Barokah FI, Sahari P, Studi P, Gizi S, Tinggi S, et al. The Relationship of Breakfast, Nutritional Status with Concentration Studying College Students at STIKes PERTAMEDIKA Jakarta. Vol. 14. 2022.
45. Fauziyyah A, Ika Riani R, Pandu Arfiyanti M. Hubungan Kecukupan Energi dan Makronutrien Dalam Sarapan dengan Tingkat Konsentrasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran UNIMUS. 2020. 2020;
46. Wati S, Harna H, Nuzrina R, Sitoayu L, Dewanti LP. Kebiasaan Sarapan, Kualitas Tidur, Dan Dukungan Orangtua Terhadap Konsentrasi Belajar Selama Pandemi COVID 19. Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan. 2021 Jul 7;5(1):24–35.
47. Karissa Caesarridha D, Author C, Studi Pendidikan Dokter P, Kedokteran F. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19 [Internet]. 2021. Available from: <http://jurnalmedikahutama.com>

48. Vira Sandayanti, Nopi Sani, Achmad Farich, Selly Oktaviani. Hubungan Olahraga dan Motivasi Belajar Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati. *Jurnal Medika Malahayati*. 2021;
49. Ika Nurmaela A, Kartika Sari I, Azizah N, Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah P, Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember U. Pengaruh Kondisi Kesehatan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Kelas D2 Prodi PGMI UIN Khas Jember. *Jurnal Ibtida* [Internet]. 2023;4. Available from: <https://journal.uniga.ac.id/index.php/JP/article/viewFile/78/80>
50. Alvin Evriantara M, dan Konseling B, Kristen Satya Wacana Abstract U. Pengaruh Lingkungan Belajar Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Sekolah Tinggi Teologi EFATA. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* [Internet]. 2022;8(21):1–7. Available from: <https://doi.org/10.5281/zenodo.7272683>
51. Astriani L, Afra T, Zahra F, Azahra S, Guru P, Dasar S, et al. Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ Edukasi Katakan Yes Untuk Sarapan Sehat Melalui Program Breakfast For Fantastics (BFF) Day [Internet]. 2022. Available from: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
52. Solomon A, Mbat E, Medavarapu S, Faleti O, Otohinoyi D. Feeding Habits and its Impact on Concentration and Attentiveness among Medical Students in Dominica. *Arch Med (Oviedo)*. 2016;8(5).



53. Hartati Bahar, Savitri Effendy D, Lestari H, Tosepu R. Edukasi Program PESPA (Pentingnya Sarapan Pagi) Bagi Kesehatan Pada Siswa Siswi SMPN 15 Kota Kendari Sulawesi Tenggara. 2023; Available from: <https://doi.org/10.22487/dedikatifkesmas.v3i2.607>
54. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Isi Piringku. 2022 [cited 2024 Mar 7]; Available from: [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/LEAFLET-ISI-PIRINGKU-ilovepdf-compressed\\_1011.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/LEAFLET-ISI-PIRINGKU-ilovepdf-compressed_1011.pdf)
55. Liu L, Artigas SO, Ulrich A, Tardu J, Mohr PNC, Wilms B, et al. Eating to dare - Nutrition impacts human risky decision and related brain function. *Neuroimage*. 2021 Jun 1;233.