



**PENGARUH PEMBERIAN KOMIK EDUKASI SARAPAN
SEHAT TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN, SIKAP,
DAN KEBIASAAN SARAPAN PADA SISWA KELAS V
SEKOLAH DASAR NEGERI CIPUTAT 04 TAHUN 2016**

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2016**

**PENGARUH PEMBERIAN KOMIK EDUKASI SARAPAN
SEHAT TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN, SIKAP,
DAN KEBIASAAN SARAPAN PADA SISWA KELAS V
SEKOLAH DASAR NEGERI CIPUTAT 04 TAHUN 2016**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Sarjana Gizi**



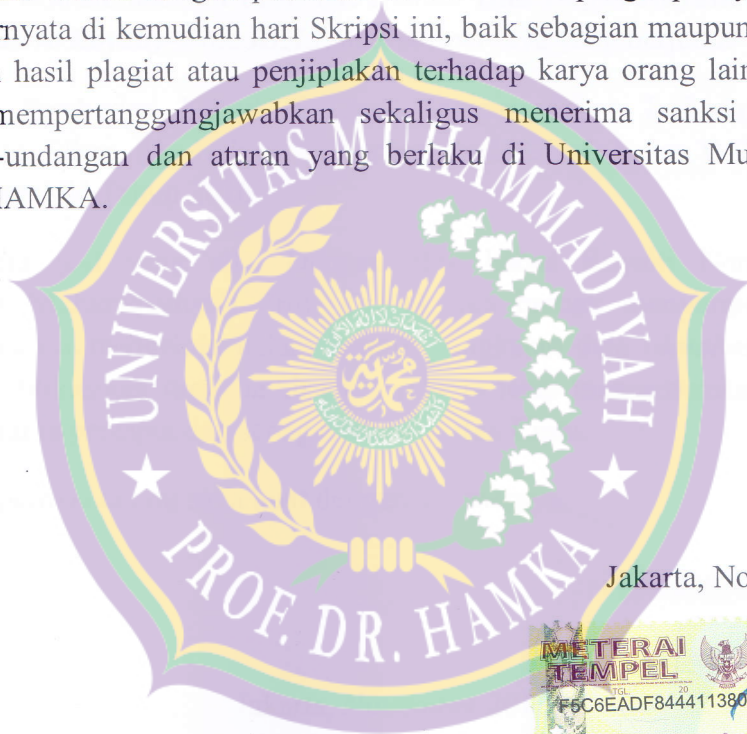
**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2016**

PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul :

“Pengaruh Pemberian Komik Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan Sarapan pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Ciputat 04 Tahun 2016”

merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan plagiat dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain. Semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai dengan pedoman dan tata cara pengutipan yang berlaku. Apabila ternyata di kemudian hari Skripsi ini, baik sebagian maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan perundang-undangan dan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.



Jakarta, November 2016



Nadya Noorosawati

1205025049

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nadya Noorosawati
NIM : 1205025049
Program Studi : Ilmu Gizi
Fakultas : Ilmu-ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul

“Pengaruh Pemberian Komik Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan Sarapan pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Ciputat 04 Tahun 2016”

beserta perangkat yang ada. Dengan Hak bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, November 2016

Yang menyatakan,



(Nadya Noorosawati)

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Nadya Noorosawati
NIM : 1205025049
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Komik Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan Sarapan pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Ciputat 04 Tahun 2016.

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata 1 Gizi pada Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.

Jakarta, November 2016

TIM PENGUJI

Pembimbing I : Mohammad Furqan, MKM ()

Pembimbing II : Debby Endayani Safitri, MKM ()

Penguji I : Leni Sri Rahayu, MPH ()

Penguji II : Lintang Purwara Dewanti, M.Gizi ()

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahimairrahim...

Dengan Rahmat Allah yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang, sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW.

Ku persembahkan karya sederhana ini kepada :

Ibunda dan Ayahanda Tercinta

Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terimakasih yang tiada terhingga ku persembahkan karya kecil ini kepada Mama dan Papa yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selebar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Mama dan Papa bahagia, karena kusadar selama ini belum bisa berbuat yang lebih. Untuk Mama dan Papa yang selalu menyirami dengan kasih sayang, selalu mendoakanku, selalu menasehatiku untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Terimakasih Mama...Terimakasih Papa...

Dosen Pembimbing Tugas Akhir Ku

Bapak Mohammad Furqan, MKM., dan Ibu Debby Endayani Safitri, MKM., selaku dosen pembimbing tugas akhir saya, terimakasih banyak Bapak dan Ibu, yang selama ini telah membimbing, menasehati, dan mensupport saya hingga terselesaikannya hasil karya kecilku ini. Semoga Allah selalu memberikan Kebahagiaan, Kelancaran, dan Kemudahan dalam segala sesuatunya kepada Bapak, Ibu dan kami semua, Aamiin.

PERGIZI PANGAN

Terimakasih banyak saya ucapkan kepada seluruh staff PERGIZI PANGAN yang telah mengizinkan saya untuk menggunakan Komik “Ayo Sarapan Sehat!” ini sebagai media intervensi gizi dalam penelitian skripsi saya.

Serta terimakasih kepada teman-teman seperjuangan Gizi Uhamka 2012 dan semua pihak yang sudah membantu saya selama penyelesaian Tugas Akhir ini.

~Your Dreams Today, Can Be Your Future Tomorrow~

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbilalamin, banyak nikmat yang Allah berikan, tetapi sedikit sekali yang kita ingat. Segala puji hanya untuk Allah Tuhan semesta alam atas segala berkat, rahmat, taufik, serta hidayah-Nya yang tiada terkira besarnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Komik Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan Sarapan Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Ciputat 04 Tahun 2016 “. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan untuk menyelesaikan studi strata satu (S1) pada Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka.

Selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dorongan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini secara khusus penulis ingin menyampaikan rasa penghargaan dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Ibu Dr. Hj. Emma Rachmawati, M.Kes selaku Dekan FIKes UHAMKA
2. Ibu Leni Sri Rahayu, MPH, selaku ketua Program Studi S1 Gizi UHAMKA
3. Bapak Mohammad Furqan, SKM., M.KM, selaku pembimbing I yang telah membimbing penulis dan meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran dalam proses penyusunan skripsi ini serta memberikan nasihat-nasihat yang sangat membangun kepada penulis.
4. Ibu Debby Endayani Safitri, S.Gz., M.KM, selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran dan meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran dalam proses penyusunan skripsi ini serta memberikan nasihat-nasihat yang sangat membangun kepada penulis.
5. Ibu dan Ibu selaku penguji I dan II yang telah memberikan saran dan arahan kepada penulis.
6. Ibu Sugiyanti, S.Pd., M.M, selaku kepala Sekolah beserta Guru-Guru dan Staffnya di SDN Ciputat 04 yang sangat membantu penulis untuk mendapatkan informasi kegiatan di sekolah serta membantu dalam pengumpulan siswa/i untuk di lakukan penelitian.
7. Kepada kedua orang tua saya tercinta yang telah memberikan bantuan baik dalam bentuk moral maupun materil. Papa saya Sambas Kombara, S.Pd.,

yang sangat menginspirasi serta banyak sekali memberikan masukan-masukan yang berarti dalam penulisan skripsi ini dan mama saya Osih Handayani, S.Pd., yang telah melimpahkan kasih sayang, dukungannya, dan doa tanpa henti.

8. Riza Setiawan yang selalu penuh sabar memberikan support, kepercayaan, doa dan mau meluangkan waktunya untuk membantu penulis.
9. Mba Vani Tri Kurnia Sari S.Gz, terimakasih atas segala waktu, bimbingan, tenaga, pikiran, dan support yang telah diberikan kepada penulis.
10. Kepada teman-teman penulis, khususnya kepada Titis, Puput, Tije, Nci, Darusafa, Ajeng, Mirna, Ayu, dan Riska terimakasih karna telah meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam pengambilan data.
11. Kepada para teman-teman tersayang, Atika Nur Fitriani, Putri Nur Fauzyah, Pratiwi Listiawati, Restu Fibi Astuti, Titis Nur Arisgianti, dan Trijuni Astuti terimakasih atas segala semangat, doa, canda dan tawa yang telah diberikan selama penyusunan skripsi ini.
12. Seluruh teman-teman S1 Gizi, saudara perjuangan angkatan 2012 yang saya cintai dan banggakan.
13. Dan semua pihak yang tidak dapat dituliskan namanya satu-persatu yang telah terlibat langsung ataupun tidak langsung dalam penyusunan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Namun demikian semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Dan semoga Allah SWT selalu meridhoi segala usaha yang kita lakukan. Aamiin.

Jakarta, Oktober 2016

Penulis,

Nadya Noorosawati

ABSTRAK

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA PROGRAM SARJANA GIZI

Skripsi, November 2016

Nadya Noorosawati

“Pengaruh Pemberian Komik Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan Sarapan pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Ciputat 04 Tahun 2016”

Sarapan pagi sangat bermanfaat bagi anak usia sekolah untuk memelihara ketahanan tubuh, agar dapat beraktifitas atau belajar dengan baik, membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran, serta membantu mencukupi zat gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian komik edukasi sarapan sehat terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan sarapan anak Sekolah Dasar setelah mendapatkan intervensi dengan menggunakan media komik. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasy Experiment Design* dengan metode *purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V (lima) yang berjumlah 145 siswa di SDN Ciputat 04, Tangerang Selatan. Penelitian dilakukan kepada 104 siswa dengan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Media pendidikan gizi yang digunakan adalah komik yang berjudul “Ayo Sarapan Sehat!” karya PERGIZI PANGAN Indonesia dan Departemen Gizi Masyarakat FEMA IPB. Uji statistik yang digunakan adalah *Paired Sample t-Test*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat rata-rata skor pengetahuan, sikap, dan kebiasaan sarapan yang lebih tinggi pada kelompok perlakuan komik dibandingkan dengan kelompok kontrol. Maka dari itu, komik dianggap sebagai media yang lebih efektif dalam menyampaikan informasi gizi bagi anak Sekolah Dasar.

Kata Kunci: Komik, Pengetahuan, Sikap, Kebiasaan Sarapan, Siswa Sekolah Dasar.

ABSTRACT

**FACULTY OF HEALTH-SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF PROF. DR. HAMKA
NUTRITION BACHELOR PROGRAM**

Paper, November 2016

Nadya Noorosawati

“The Influence of Healthy Breakfast Educational Comic toward the changes of Knowledge, Attitudes, and the Breakfast Habit in V grade of Ciputat Elementary School 04 2016”

Breakfast is very beneficial for school-age children to maintain the immunity, so the activity and study will be properly, it helping to focus on learning and easy to understand the lesson, and help to nutrients providly. The purpose of this research was about determine the effect of Healthy Breakfast Educational Comic to changes the knowledge, attitudes, and habits of primary school children after interventions by using the comics as media. The design used in this research is quasy Experiment Design by purposive sampling method. The population in this research were students of V grade (five) that have 145 students in SDN 04 of Ciputat, Tangerang Selatan. The research was conducted to 104 students using a questionnaire that done before and after intervention. Nutrition education media that used in this research was a comic titled "Ayo Sarapan Sehat!" by PERGIZI PANGAN of Indonesia and the Department of Nutrition Community IPB FEMA. The statistical test used is Paired Sample t-Test. The results showed that median score of knowledge, attitudes, and breakfasts habit were higher in the treatment group compared with the control group of comics. Therefore, the comic was more effective as a media in promoting nutrition information to the student of elementary school.

Key word: comic, knowledge, attitude, breakfast habit, elementary school student.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	HALAMAN
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	5
D. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus.....	6
E. Manfaat Penelitian	6
1. Bagi Sekolah	6
2. Bagi Siswa.....	6
3. Bagi Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	
A. Anak Usia Sekolah.....	7
1. Pengertian Anak Usia Sekolah.....	7
2. Masalah Gizi Anak Usia Sekolah	7
3. Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah	9
4. Angka Kecukupan Gizi Anak Usia Sekolah	10
5. Status Gizi	13

B. Pengetahuan	14
1. Pengertian Pengetahuan	14
2. Faktor-faktor yang Memengaruhi Pengetahuan.....	15
C. Sikap.....	17
1. Pengertian Sikap.....	17
2. Faktor-faktor yang Memengaruhi Sikap	19
D. Kebiasaan Sarapan	19
1. Pengertian Sarapan.....	19
2. Manfaat Sarapan Pagi	21
3. Dampak Tidak Sarapan Pagi.....	23
4. Peran Orangtua dalam Menyiapkan Sarapan	25
E. Media.....	27
1. Pengertian Media	27
2. Alasan dan Manfaat Penggunaan Media.....	28
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Pemilihan Media.....	29
4. Jenis-jenis Media.....	29
5. Media Pendidikan Gizi.....	30
6. Media Pembelajaran Berbentuk Komik.....	31
7. Komik Sebagai Media Pembelajaran.....	33
F. Kerangka Teori.....	35

BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS

A. Kerangka Konsep	36
B. Definisi Operasional.....	37
C. Hipotesis.....	39

BAB IV METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	40
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	42
C. Populasi dan Sampel	42
1. Populasi	42
2. Sampel.....	42

3. Metode Pengambilan Sampel.....	43
D. Metode Pengumpulan Data.....	44
1. Petugas Pengumpulan Data.....	44
2. Sumber Data.....	45
3. Instrumen Penelitian.....	46
4. Pengumpulan Data.....	47
E. Pengolahan Data.....	49
1. Pengolahan Data Sistem Komputer.....	49
2. Pengetahuan Anak Tentang Sarapan Sehat.....	49
3. Sikap Anak Terhadap Sarapan Sehat.....	49
4. Kebiasaan Sarapan Anak.....	50
5. Data Karakteristik Siswa dan Orangtua.....	50
F. Analisis Data.....	51
1. Analisis Univariat.....	51
2. Analisis Bivariat.....	51
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Keterbatasan Penelitian.....	52
B. Gambaran Umum SDN Ciputat 04 Kota Tangerang Selatan.....	52
1. Sejarah.....	52
2. Tujuan, Visi, dan Misi.....	53
C. Hasil Analisis.....	54
1. Analisis Univariat.....	54
2. Analisis Bivariat.....	63
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	76
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Anjuran jumlah bahan makanan sehari anak umur sekolah menurut kecukupan energi	9
Tabel 2.2 Angka Kecukupan Energi, protein, Lemak, Karbohidrat, Serat dan Air yang dianjurkan untuk Anak Usia Sekolah (per orang per hari)	11
Tabel 2.3 Kategori Status Gizi IMT/U usia 5-18 tahun	13
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Umur Berdasarkan Kelompok	55
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Tinggi Badan Berdasarkan Kelompok	56
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berat Badan Berdasarkan Kelompok	56
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Berdasarkan Kelompok	57
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Status Gizi Berdasarkan Kelompok	57
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Pendidikan Ayah Berdasarkan Kelompok	58
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibu Berdasarkan Kelompok	58
Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ibu Berdasarkan Kelompok	59
Tabel 5.9 Distribusi Data Pengetahuan Sarapan Sehat Responden Pre-intervensi pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol	59
Tabel 5.10 Distribusi Pengetahuan Sarapan Sehat pada Kelompok Perlakuan	60
Tabel 5.11 Distribusi Pengetahuan Sarapan Sehat pada Kelompok Kontrol	61
Tabel 5.12 Distribusi Data Sikap Terhadap Sarapan Sehat saat Pre-Intervensi pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol	61
Tabel 5.13 Distribusi Data Kebiasaan Sarapan Responden Pre-intervensi pada kelompok komik dan kontrol	62
Tabel 5.14 Perbedaan Pengetahuan Sarapan Sehat Responden Pre-intervensi dan Post-intervensi pada Kelompok Komik dan Kontrol	63
Tabel 5.15 Perbedaan Sikap Terhadap Sarapan Sehat Pre-intervensi dan Post-intervensi pada Kelompok Komik dan Kontrol	67
Tabel 5.16 Perbedaan Kebiasaan Sarapan saat Pre-intervensi dan Post-intervensi pada Kelompok Komik dan Kontrol	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Pengetahuan, Sikap dan Praktek	35
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	35
Gambar 4.1 Desain Penelitian.....	39
Gambar 4.2 Rancangan Pemberian Perlakuan	40
Gambar 4.3 Metode Pengambilan Sampel.....	43
Gambar 4.4 Perlakuan Responden Penelitian	48



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan Kesiediaan Sebagai Subjek Penelitian
- Lampiran 2 Kuesioner Karakteristik Siswa dan Orangtua
- Lampiran 3 Kuesioner Uji Coba
- Lampiran 4 Hasil Uji Coba Kuesioner (Uji Validitas dan Reabilitas)
- Lampiran 5 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6 Surat Perizinan Kepada Pihak Pergizi Pangan Indonesia
- Lampiran 7 Komik “Ayo Sarapan Sehat!”
- Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Strategi pembangunan kesehatan untuk mewujudkan Indonesia Sehat 2025 adalah dengan melaksanakan pembangunan nasional berwawasan kesehatan, yang berarti pembangunan kesehatan tersebut harus memberikan kontribusi yang positif bagi kesehatan, setidaknya terhadap 2 hal. Pertama terhadap pembentukan lingkungan sehat, kedua terhadap pembentukan perilaku sehat. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan pasal 141 ayat 1 menyatakan bahwa upaya perbaikan gizi masyarakat ditujukan untuk peningkatan mutu gizi perseorangan dan masyarakat. Salah satu upaya peningkatan kesehatan adalah perbaikan gizi terutama pada anak usia sekolah khususnya 6-12 tahun.

Makan pagi atau sarapan adalah kegiatan mengonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang dan memenuhi 20%-25% dari kebutuhan total energi dalam sehari yang dilakukan pada pagi hari sebelum kegiatan belajar di sekolah (Kemenkes RI, 2014). Sarapan pada anak sekolah bertujuan untuk mencukupi kebutuhan energi selama beraktivitas di sekolah serta dapat meningkatkan konsentrasi dan daya ingat anak. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan mengamanatkan perlunya mewujudkan gizi seimbang sebagai salah satu upaya perbaikan gizi; dan salah satu pesan (pesan ke-6) dalam Pedoman Gizi Seimbang (Permenkes no. 41/2014) yaitu “Biasakan Sarapan”, yang perlu terus disosialisasikan dan ditingkatkan.

Sarapan merupakan salah satu perilaku penting untuk mewujudkan gizi seimbang, tetapi kenyataannya masih banyak masyarakat Indonesia yang tidak atau belum terbiasa sarapan, sehingga mereka harus memiliki waktu atau kesempatan tertentu untuk melakukan sarapan ketika beraktivitas. Padatnya kesibukan dan macetnya jalan di pagi hari mengharuskan anak-anak sekolah yang bertempat tinggal jauh dari sekolahnya untuk sarapan lebih awal.

Salah satu manfaat sarapan bagi anak usia sekolah adalah meningkatkan kemampuan otak. Selain itu, sarapan juga bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Sarapan berkontribusi terhadap keadekuatan nutrisi dan meningkatkan gambaran diet, sebagai elemen penting untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Rampersaud, dkk, 2005).

Berbagai kajian menunjukkan bahwa tidak sarapan berdampak buruk terhadap proses belajar bagi anak sekolah, menurunkan aktifitas fisik, menyebabkan kegemukan pada remaja dan orang dewasa, dan meningkatkan risiko jajan yang tidak sehat. Dampak melewatkan sarapan, selain menurunkan konsentrasi belajar yang nantinya mengarah pada penurunan prestasi belajar anak, juga berdampak pada timbulnya tekanan darah rendah (Sofianita, dkk, 2015). Glukosa yang terdapat dalam makanan saat sarapan sangat berperan dalam mekanisme daya ingat (kognitif)/memori seseorang, meskipun tidak memengaruhi tingkat kecerdasan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Simeon dan McGregor (1998), skor *intelligence quotient* (IQ) lebih tinggi pada anak yang terbiasa sarapan daripada yang tidak sarapan.

Di Kairo, prevalensi anak Sekolah Dasar yang tidak sarapan saat akan berangkat ke sekolah mencapai 3,9% (Wahba, dkk, 2006). Penelitian Pandey, dkk, (2013) di Sekolah Dasar Benghazi Libya juga menunjukkan bahwa sekitar 38,6% anak melewatkan sarapannya setiap hari. Hasil studi di Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 20-40% anak-anak Indonesia tidak terbiasa untuk sarapan (Hardinsyah, 2012). Perilaku kebiasaan yang masih kurang tersebut dilatarbelakangi oleh rendahnya pengetahuan anak tentang gizi dan kesehatan.

Hasil analisis data konsumsi pangan Riset Kesehatan Dasar (2010), menunjukkan bahwa dari 35 ribu anak usia sekolah yang diriset, terdapat 26,1% anak hanya sarapan dengan air minum, dan 44,6% memperoleh asupan energi kurang dari 15%. Padahal, sarapan seharusnya memenuhi asupan 15-25%.

Saat ini banyak sekali program-program penyuluhan, pendidikan gizi yang telah dilakukan oleh pemerintah yang salah satunya adalah program

PESAN (Pekan Sarapan Nasional) yang dideklarasikan pada tahun 2013 dan juga dilakukan pihak swasta/lembaga kesehatan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan gizi anak-anak sekolah agar mau membiasakan diri untuk sarapan. Namun, karena tidak dilakukan secara berkelanjutan maka yang terjadi biasanya mereka kembali lagi ke perilaku sebelumnya dengan tidak membiasakan diri untuk sarapan setiap paginya.

Suatu penelitian menunjukkan bahwa program pendidikan gizi yang mengajarkan pesan-pesan positif tentang diet berpotensi dapat meningkatkan perilaku diet dan meningkatkan pengetahuan gizi pada anak-anak (Power, dkk, 2005). Salah satu bentuk pendidikan gizi yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan salah satu media cetak yaitu komik. Agar informasi dapat diterima sesuai dengan keinginan dari penyampaian pesan, maka media yang ada harus dibuat dengan tidak mengesampingkan syarat media yang baik dan benar (Kuhu, 2011).

Menurut Sugiharta (1997), kegiatan membaca komik dan cerita bergambar merupakan kegiatan yang menghibur dan menyenangkan dengan gambar dan tulisan yang ringan serta dirangkai dalam suatu alur cerita bergambar membuat informasi mudah diserap. Teksnya membuat lebih dimengerti dan alur membuatnya mudah untuk diikuti dan diingat, sehingga dari penampilannya akan membuat anak tertarik untuk melihat dan membacanya. Hal tersebut menggambarkan bahwa bagi anak-anak sebegus apapun isi buku yang diberikan, bila tidak dikemas dengan penampilan yang menarik dan menyenangkan, mereka tidak akan menyentuhnya (Masitoh, 2012).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa komik mampu menyampaikan pesan dengan cara yang menarik sehingga mudah dimengerti dan dapat meningkatkan pengetahuan anak. Penelitian yang dilakukan oleh Thalib, dkk, (2009) pada 273 anak usia sekolah di Malaysia, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan intervensi menggunakan komik. Selanjutnya, penelitian Briawan, dkk, (2013) media intervensi dengan menggunakan kartu bergambar memberikan perubahan

peningkatan yang paling tinggi pada pengetahuan, sikap, dan kebiasaan sarapan pada anak Sekolah Dasar.

Komik yang akan digunakan sebagai media intervensi pada penelitian ini adalah komik yang berjudul “Ayo Sarapan Sehat!” karya PERGIZI PANGAN Indonesia dan Departemen Gizi Masyarakat FEMA IPB. Komik tersebut sebelumnya telah disosialisasikan pada saat Pekan Sarapan Nasional (PESAN) 2015 untuk menyelenggarakan Pendidikan Sarapan Sehat kepada 12.000 anak Sekolah Dasar dan 500 guru Sekolah Dasar di 10 Kota/Kabupaten di Indonesia yang terpilih (Kabupaten dan Kota Bogor, Depok, Jakarta Barat, Jakarta Selatan, Kota Bandung, Kota Yogyakarta, Kota Semarang, Kota Surabaya, Kota Malang) mulai bulan Januari sampai Maret 2015, dengan tema Sarapan Sehat Mewujudkan Generasi Bergizi, Sehat dan Cerdas.

Berdasarkan survei pendahuluan kepada 208 anak dari kelas 1-6 Sekolah Dasar yang dilakukan pada tanggal 16 Januari 2016 di SDN Ciputat 04 untuk mengetahui seberapa besar masalah mengenai kebiasaan sarapan, diketahui bahwa sebanyak 104 anak (50%) mengatakan bahwa mereka tidak rutin melakukan kegiatan sarapan di pagi hari, 96 anak (46,2%) selalu sarapan setiap hari, dan 8 anak (3,8%) mengatakan bahwa mereka tidak pernah sarapan dengan beberapa alasan seperti, malas, sakit perut, orangtua yang sibuk dan sebagainya.

Pernyataan di atas melatarbelakangi perlu diadakannya pendidikan gizi bagi anak usia sekolah dengan menggunakan media komik. Masih kurangnya penelitian yang terkait dengan penggunaan media komik dalam pendidikan gizi di Sekolah Dasar, khususnya mengenai sarapan sehat menjadi alasan penulis untuk melakukan penelitian tersebut. Penelitian ini dilakukan di SDN Ciputat 04 karena diketahui bahwa masih banyaknya siswa yang enggan atau mengabaikan pentingnya sarapan sebelum melakukan berbagai aktivitas. Selain itu, SDN Ciputat 04 belum pernah dijadikan sebagai tempat penelitian mengenai Pengaruh Pemberian Komik Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan Sarapan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang ada pada latar belakang di atas maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

“Apakah ada pengaruh pemberian komik edukasi sarapan sehat terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan sarapan pada siswa kelas V SDN Ciputat 04 Tahun 2016?”

C. Ruang Lingkup Penelitian

Masalah yang diteliti dalam penelitian ini adalah pengaruh pemberian komik edukasi sarapan sehat terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah. Penelitian ini dilakukan di SDN Ciputat 04 yang berada di Kelurahan Ciputat, Kecamatan Ciputat, Kota Tangerang Selatan pada bulan juli hingga agustus tahun 2016. Pemilihan lokasi berdasarkan pada cukup tingginya masalah mengenai kebiasaan sarapan. Penelitian ini dilakukan secara *Non-Randomized Control Group Pretest-Posttest Design* dengan menggunakan desain penelitian *Quasy Experiment Design*. Sampel yang dijadikan dalam penelitian adalah siswa kelas V SDN Ciputat 04 yang memenuhi kriteria inklusi.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder. Data primer meliputi karakteristik siswa dan orangtuanya (umur, jenis kelamin, status gizi berdasarkan IMT/U, tingkat pendidikan orangtua, dan pekerjaan ibu), dan soal *pre-test* serta *post-test*. Data sekunder meliputi karakteristik sekolah (jumlah siswa, jumlah pengajar, data gambaran umum atau profil SDN Ciputat 04 serta yang berkaitan dengan permasalahan penelitian). Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan alat bantu kuesioner dan media pembelajaran.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh pemberian komik pendidikan gizi mengenai sarapan sehat terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan sarapan pada siswa kelas V SDN Ciputat 04 di Kelurahan Ciputat, Kecamatan Ciputat, Kota Tangerang Selatan Tahun 2016.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik siswa dan orangtua
- b. Mengidentifikasi pengetahuan siswa sebelum diberikan intervensi gizi dengan menggunakan media komik
- c. Mengidentifikasi sikap siswa sebelum diberikan intervensi gizi dengan menggunakan media komik
- d. Mengidentifikasi kebiasaan sarapan siswa sebelum diberikan intervensi gizi dengan menggunakan media komik
- e. Menganalisis perbedaan pengetahuan siswa sesudah diberikan intervensi gizi dengan media komik
- f. Menganalisis perbedaan sikap siswa sesudah diberikan intervensi gizi dengan menggunakan media komik
- g. Menganalisis perbedaan kebiasaan sarapan siswa sesudah diberikan intervensi gizi dengan menggunakan media komik
- h. Menganalisis perubahan tingkat pengetahuan, sikap, dan kebiasaan sarapan siswa

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang sarapan sehingga dapat merubah sikap terhadap sarapan yang pada akhirnya menjadikan sarapan sebagai kebiasaan makan yang biasa dilakukan pada anak, keluarga, dan masyarakat umum.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu solusi nyata yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran untuk menyampaikan pesan-pesan mengenai sarapan sehat.

3. Bagi Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur dan masukan bagi penelitian selanjutnya sehingga dapat diperoleh media yang lebih baik dan efektif untuk digunakan dalam pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani dan Wirjatmadi. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Ahmad, dkk., 2012. *Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dan Jajan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SDN Kledokan Depok Sleman Yogyakarta*. Jurnal universitas respati yogyakarta.
- Almatsier, S. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT gramedia pustaka utama.
- Alkosim, Harahap, B.,H., & Arita, S.E.D. 2009. *Peningkatan kesadaran siswa sekolah dasar terhadap bahaya dan pencegahan penyakit antraks melalui komik (PKM)*. Bogor: Fakultas Kedokteran Hewan, Institut Pertanian Bogor.
- Amirin, Tatang M. 2011. *Populasi dan Sampel Penelitian 4: Ukuran Sampel Rumus Slovin*. (Online). (<http://www.Tatangmanguny.wordpress.com>). Diakses pada 4 maret 2016.
- Arijal, R. 2012. *Malnutrisi (Gizi Buruk)*. (Online). (<http://arijal-ridzarti.blogspot.ae/2012/03>) . Diakses pada 25 Februari 2016.
- Arikunto, S. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arimurti, D. 2012. *Pengaruh Pemberian Komik Pendidikan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Gizi Siswa Kelas V SDN Sukasari 4 Kota Tangerang Tahun 2012 [Skripsi]*. Depok: Universitas Indonesia.
- Arsyad, A. 2009. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Bardosono, dkk. 2008. *Micronutrient Status After Milk Supplementation in Urban Poor School Children in Jakarta And Solo*. Departemen Gizi Dan Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Briawan, D., dkk. 2013. *Pengaruh Media Kampanye Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- CDC. 2002. *CDC Growth Chart 2002*. Dari : <http://www.cdc.gov> (10 Maret 2016)
- Choi, E. S., et al. 2008. *A Study on Nutrition Knowledge, and Dietary Behavior of Elementary School Children in Seoul*. Nutrition Research and Practice, 2 (4): 308-316.
- Departemen Gizi Dan Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. 2009. *Gizi Dan Kesehatan Masyarakat Edisi I*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Devi. N. 2012. *Gizi Anak Sekolah*. Kompas, Jakarta.
- Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA. 2011. *Rencana Aksi Pembinaan Gizi Masyarakat (RAPGM) Tahun 2010-2014*. Jakarta.

- Dwi & Syaichnudin. 2010. *Pengembangan Media Komik Pembelajaran Matematika untuk Meningkatkan Pemahaman Bentuk Soal Cerita Bab Pecahan Pada Siswa Kelas V SDN Ngembung.*
- Eboh, L.O & Boye, T.E. 2006. *Nutrition Knowledge and Food Choice of Primary School Pupils In The Niger-Delta Region Nigeria.* Pakistan Journal Of Nutrition, 5 (4) : 308-311. <http://www.whqlibdoc.who.int>
- Faridi, A. 2002. *Hubungan Sarapan Pagi dengan Kadar Glukosa Darah dan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Sekolah Dasar [Skripsi].* Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Furqan. M. 2008. *Kesibukan Ibu Sebelum Anak Berangkat Sekolah.* (online), (<http://www.spesialis-torch.com> diakses 11 Februari 2016)
- Gunarsa, S. D. 2006. *Dasar Dan Teori Perkembangan Anak (Edisi 8).* Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gumelar, MS. 2011. *Comic Making: Cara membuat Komik.* Jakarta: PT Indeks. (online), (<http://mohamadhabibi.blogspot.co.id> diakses pada 28 September 2016).
- Habibi, Mohamad. 2015. *Pengertian penelitian eksperimen dan syarat-syaratnya.*
- Hardinsyah. 2012. *Keynote Speech For Healthy Breakfast Symposium.* Pergizi Pangan Indonesia. <http://pergizi.org> [diakses 9 Desember 2015].
- Harari SH, Constantini S, Mann G, Lencovsky Z, & Stark AH. 2013. *Nutrition Knowledge, Attitude, and Behaviors of Israeli Female Combat Recruits Participating in a Nutrition Education Program.* Journal of Military Medicine, 178(5), 517-522.
- Houts P, Sharada S, Klassen AC, Robinson EB, & Mc-Carthy M. 2006. *A Problem Solving Approach to Nutrition Education and Counselling.* Journal of Nutrition Educations and Behaviour, 38(4), 254-258.
- Irianto, D. P. 2007. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan.* Andi Offset : Yogyakarta.
- Istianah. 2012. *Pengaruh Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di Kelas VIII Siswa Menengah Pertama Negeri 20 Bekasi [Skripsi].* Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Jetvig, S. 2010. *Smart School Time Recipes. The Breakfast, Snack, and Lunchbox Cookbook For Healthy Kids And Adults.* BMJ Journal. <http://jech.bmj.com/content/early/2010/10/05/jec.full>
- Khomsan, A. 2010. *Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan.* Kompas. Rajawali sport. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang.* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Permenkes No.75 Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kuhu, MM. 2011. *Pengaruh Penggunaan Kartu Bergambar Sebagai Media Promosi Kesehatan Di Sekolah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Bahaya Merokok Pada Siswa SD Negeri Karangmangu Kabupaten Banyumas*. [Thesis]. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Kurniawati, Yati. 2013. *Pengaruh Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Booklet terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap tentang Pedoman Gizi Seimbang (PGS) pada Remaja Putri di SMA Kartika X-1 Jakarta Selatan Tahun 2013 (Skripsi)*. Jakarta: Universitas Muhammadiyah Prof. Dr.Hamka.
- Latipun. 2006. *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press – Universitas Muhammadiyah Malang.
- Lestari, D. 2011. *Hubungan Antara Makan Pagi dengan Kemampuan Konsentrasi Belajar Anak Usia Sekolah Dasar*. Malang.
- Lubis, Z. 2013. *Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Diskusi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak tentang PHBS Di Sekolah Dasar Negeri 060514 Kelurahan Namogajah, Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2013. Jurnal Kesehatan (Skripsi)*. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Mahmud. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Masitoh, S. 2012. *Pengaruh Penggunaan Media Komik Terhadap Hasil Belajar Kognitif Siswa Pada Konsep Sistem Pencernaan Makanan [Skripsi]*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Mediawati, E. 2011. *Pembelajaran Akuntansi Keuangan Melalui Media Komik Untuk Meningkatkan Prestasi Mahasiswa*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Moehji, S. 2009. *Ilmu Gizi 1: Pengetahuan Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Muhsin, S. 2013. *Hubungan Pengetahuan, Sikap, Perilaku Sarapan Dengan Status Gizi Dan Indeks Prestasi Anak Sekolah SMP Di SMP N 2 Sewon*. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan & Ilmu Prilaku*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2012a. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi 2012)*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

- Notoatmodjo, S. 2012b. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Pandey D, dkk. 2013. *Breakfast skipping pattern among Benghazi primary school children*. British Food Journal.
- Pulungan, R. 2008. *Pengaruh Metode Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Dokter Kecil dalam Pemberantasan Sarang Nyamuk Demam Berdarah (PSN-DBD) Di Kecamatan Helvetia Tahun 2007 (Tesis)*. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Purwanti, R. 2010. *Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Frekuensi Sarapan Pagi Dengan Status Gizi Murid Sekolah Dasar Negeri 01 Sukodadi Kangkung Kendal [Tesis]*. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Power AR, dkk. 2005. *Effects of a nutrition education program on the dietary behavior and nutrition knowledge of second-grade and third-grade students*. Journal of School Health.
- Rampersaud GC, dkk. 2009. *Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents*. Journal of the American Dietetic Association.
- Ratnawati, S. 2001. *Sehat pangkal cerdas*. Kompas. Jakarta.
- Riset Kesehatan Dasar. 2010. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Ristiana, M. 2005. *Hubungan Pengetahuan, Sikap, tindakan Sarapan dengan Status Gizi dan Indeks Prestasi Anak Sekolah Dasar di SD Negeri No.101835 Bingkawan Kecamatan Sibolangit [Skripsi]*. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Rofhiah. 2013. *Gizi Anak Usia Sekolah [Makalah]*. Jakarta.
- Sanaky, AH. 2011. *Media Pembelajaran Buku Pegangan Guru dan Dosen*. Yogyakarta: Kaukaba.
- Sanjaya, W. 2012. *Perencanaan Dan Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Saloso, I. 2011. *Pengaruh Media Audio (Lagu Anak-Anak) dan Media Visual (Kartu Bergambar) Terhadap Pengetahuan Gizi (PUGS dan PHBS) Serta Tingkat Penerimaannya Pada Anak Usia Sekolah Dasar Negeri Di Kota Bogor [Skripsi]*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Shariff ZM, Bukhari SS, Othman N, Hashim N, Ismail M, Jamil, Z, Kasim SM, Paim L, Samah BA, & Hussein ZA. 2008. *Nutrition Education Intervention Improves Nutrition Knowledge, Attitude, and Practices of Primary School Children: A Pilot Study*. International Journal of Health Education, 11, 119-132.

- Siagian, A. 2008. Biasakan sarapan itu penting. (Online). <http://inilah.com>. Diakses pada tanggal 10 Januari 2016.
- Simeon T, Mc Gregor SG. 1998. *Effects of missing breakfast on the cognitive function of school children of differing nutritional status*. American Journal Clinic Nutrition.
- Sofianita, dkk. 2015. *Peran Pengetahuan Gizi Dalam Menentukan Kebiasaan Sarapan Anak-Anak Sekolah Dasar Negeri Di Pondok Labu, Jakarta Selatan*. Depok: UPN Veteran Jakarta.
- Soekirman. 2000. *Ilmu Gizi Dan Aplikasinya Untuk Keluarga Dan Masyarakat*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Syahnur, dkk. 2013. *Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Anak di SDN 20 Pangkajene Sidrap*. Makassar: Stikes Nani Hassanudin Makassar.
- Thalib, A, dkk. 2007. *The Effectiveness Of Nutrition Education Programme For Primary Scholl Children*. Malaysia Journal of Nutrition.
- Triyanti. 2005. *Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi Dengan Prestasi Belajar Pada Anak SD Kelas V Sekolah Dasar Negeri Citarum01-02-03-04 Semarang* [Skripsi]. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Utama, dkk. 2014. *Penuntun Diet Anak Edisi ke 3*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Wahba SA, dkk. 2006. *Breakfast skipping and dietary adequacy of primary school children in Cairo*. Journal of Applied Sciences Research.
- Wardlaw G & Hampl J. 2007. *Perspective in Nutrition Seventh Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Wong, D.L, hockenberry, M, et al. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Alih Bahasa, Monica Ester; (6th.Ed). Volume2. Jakarta: EGC.
- Anonim. 2007. *Mengenal Bentuk Rupa Jenis-jenis Format Komik.. Jagoan komik*. <http://www.jagoancomic.com/> (diakses pada Februari 2016).