
Hubungan Riwayat Pendidikan Ibu dan Pengetahuan Gizi Seimbang Anak dengan Pengetahuan Sarapan Anak di SDN Karawang Wetan 01

The Relationship between Mothers' Educational Background and Children's Knowledge of Balanced Nutrition with Children's Knowledge of Breakfast at SDN Karawang Wetan 01

Putri Andriyani Silalahi¹, Linda Riski Sefrina², Milliyantri Elvandari³

^{1,2,3} Program Studi Gizi, Universitas Singaperbangsa Karawang

2310631220038@student.unsika.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang: pentingnya pendidikan ibu sebagai salah satu faktor utama yang mempengaruhi status gizi dan perilaku makan anak, termasuk kebiasaan sarapan. Sarapan adalah sumber energi utama anak untuk memulai aktivitas harian dan berkontribusi pada konsentrasi serta prestasi belajar mereka di sekolah. **Tujuan:** menganalisis hubungan antara riwayat pendidikan ibu dan pengetahuan gizi seimbang anak dengan pengetahuan sarapan anak di SDN Karawang Wetan 01. **Metode:** Metode penelitian yang digunakan adalah desain *cross-sectional* dengan teknik total sampling untuk memilih 30 responden di SDN Karawang Wetan 01 pada bulan Mei 2025. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman dengan perangkat lunak SPSS versi 26. **Hasil:** penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari ibu dengan tingkat pendidikan SMA (73,3%) dan sebagian besar anak memiliki pengetahuan gizi seimbang tinggi (73,3%). Distribusi pengetahuan sarapan pada anak bervariasi, dengan 43,3% memiliki pengetahuan cukup. Uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,720, yang mengindikasikan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan pengetahuan sarapan anak, maupun antara pengetahuan gizi seimbang anak dengan pengetahuan sarapan anak. **Kesimpulan:** tidak ada hubungan yang signifikan antara riwayat pendidikan ibu dan pengetahuan gizi seimbang anak dengan pengetahuan sarapan anak pada populasi studi ini. **Kata kunci:** edukasi gizi, pengetahuan sarapan, pendidikan ibu, siswa SD

ABSTRACT

Background: The importance of maternal education is one of the main factors influencing children's nutritional status and eating behavior, including breakfast habits. Breakfast is the main source of energy for children to start their daily activities and contributes to their concentration and academic performance at school. **Purpose:** To analyze the relationship between maternal educational background and children's knowledge of balanced nutrition with children's knowledge of breakfast at SDN Karawang Wetan 01. **Methods:** The study used a cross-sectional design total sampling to select 30 respondents at SDN Karawang Wetan 01 in May 2025. Data were collected through questionnaires and analyzed using Spearman's correlation test with SPSS software version 26. **Results:** The study showed that the majority of respondents were mothers with a high school education level (73.3%), and most children had highly balanced nutrition knowledge (73.3%). The distribution of

children's breakfast knowledge varied, with 43.3% having adequate knowledge. Statistical tests showed a p-value of 0.720, indicating no significant relationship between the mother's educational level and the child's breakfast knowledge, nor between the child's balanced nutrition knowledge and breakfast knowledge.

Conclusion: *There is no significant relationship between the mother's educational background and the child's balanced nutrition knowledge with breakfast knowledge in this study population.*

Keywords : *nutrition education, breakfast knowledge, maternal education, breakfast, elementary school students*

PENDAHULUAN

Pendidikan ibu merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi status gizi dan perilaku makan anak. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai gizi, sehingga mampu menerapkan pola makan sehat dan menangani masalah gizi pada anak dengan lebih efektif¹. Rendahnya pendidikan ibu seringkali menghalangi upaya untuk meningkatkan status gizi keluarga, termasuk memberikan pengetahuan mengenai kebiasaan sarapan dan membiasakan anak untuk sarapan bergizi seimbang². Ibu yang menjaga pola makan sehat tidak hanya memengaruhi pilihan makanan anak, tetapi juga membiasakan anak untuk sarapan secara teratur sebelum berangkat ke sekolah. Hal ini sangat penting dilakukan karena sarapan adalah sumber energi utama anak untuk memulai aktivitas harian mereka dan berkontribusi pada konsentrasi dan prestasi belajar mereka di sekolah³. Pengetahuan gizi yang baik dari ibu juga dapat membantu mereka menyiapkan makanan sehari-hari yang memenuhi kebutuhan zat gizi anak, seperti sarapan pagi⁴.

Penting bagi anak untuk memiliki pemahaman yang baik mengenai gizi seimbang. Anak-anak dapat lebih sadar akan pentingnya sarapan dan mampu memilih makanan apa yang tepat untuk dikonsumsi pada pagi hari. Pengetahuan ini biasanya diperoleh dari pendidikan formal di sekolah, penyuluhan kesehatan, dan lingkungan keluarga mereka sendiri. Namun, banyak anak masih kurang pengetahuan tentang sarapan, sehingga mereka tidak tahu banyak tentang apa itu sarapan⁵. Studi menunjukkan bahwa edukasi gizi, baik kepada ibu maupun anak, dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya sarapan bergizi. Intervensi edukasi yang terstruktur, seperti penyuluhan atau leaflet media, terbukti dapat meningkatkan pengetahuan ibu dan meningkatkan sikap positif mereka terhadap sarapan sehat. Pada akhirnya, peningkatan pengetahuan ini akan mendorong perilaku baru dalam menyediakan dan mengonsumsi sarapan yang sehat. Perilaku ini berdampak langsung pada kesehatan dan status gizi anak⁵.

Ibu masih memiliki peran yang sangat penting dalam membimbing dan membiasakan anak untuk sarapan serta memastikan menu yang disajikan memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi yang diperlukan anak untuk pertumbuhan yang sehat³. Namun, pengetahuan yang baik tentang sarapan tidak selalu cocok dengan praktiknya. Faktor-faktor lain seperti kesibukan ibu, keterbatasan waktu, dan kondisi sosial ekonomi juga dapat memengaruhi kemampuan ibu dan anak untuk menerapkan pengetahuan ini³. Meskipun demikian, pengetahuan merupakan dasar yang penting untuk dapat mendorong perubahan tingkah laku ke arah yang lebih

sehat. Oleh karena itu, pemahaman anak tentang sarapan harus terus ditingkatkan melalui pendidikan formal dan nonformal. Hal ini akan memungkinkan anak untuk memanfaatkan dan mengaplikasikan sepenuhnya kebiasaan sarapan yang baik.

Dalam konteks perilaku kesehatan, pengetahuan merupakan komponen kognitif awal yang mendasari terbentuknya sikap dan praktik makan anak. Oleh karena itu, meskipun kebiasaan sarapan merupakan bentuk perilaku, pemahaman anak mengenai sarapan perlu dikaji terlebih dahulu karena menjadi dasar dalam pembentukan perilaku makan yang sehat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara riwayat pendidikan ibu dan pengetahuan gizi seimbang anak dengan pengetahuan sarapan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan sarapan anak serta menjadi dasar untuk upaya intervensi edukasi gizi yang lebih baik di lingkungan keluarga dan sekolah untuk meningkatkan kualitas gizi dan kesehatan anak.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional* atau potong lintang, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pendidikan ibu dengan pengetahuan gizi seimbang dan pengetahuan sarapan pada siswa sekolah dasar. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengamati variabel-variabel yang diteliti secara simultan dalam satu waktu tanpa intervensi. Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Karawang Wetan 01 pada bulan Mei 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas di SDN Karawang Wetan 01 yang memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan yaitu siswa yang dapat membaca dengan baik dan menyetujui lembar persetujuan *informed consent*. Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah siswa yang tidak dapat membaca dengan baik dan tidak menyetujui lembar persetujuan *informed consent*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai sampel penelitian. Teknik ini digunakan karena jumlah populasi relatif kecil dan memungkinkan untuk dilakukan pengumpulan data secara menyeluruh.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner yang terdiri dari beberapa bagian, yaitu kuesioner biodata siswa dan orang tua, kuesioner pengetahuan gizi seimbang, dan kuesioner pengetahuan tentang sarapan. Kuesioner disusun dalam bentuk pilihan ganda dengan skor tertentu pada setiap jawaban yang benar. Data mengenai tingkat pendidikan ibu dikategorikan menjadi lima kelompok berdasarkan jenjang pendidikan terakhir yang diselesaikan, yaitu: tidak sekolah, Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), dan Perguruan Tinggi. Sementara itu, variabel pengetahuan gizi seimbang dikategorikan ke dalam dua kelompok, yaitu rendah jika nilai yang diperoleh ≤ 8 dan tinggi jika nilai ≥ 9 . Variabel pengetahuan tentang sarapan dikelompokkan menjadi tiga kategori berdasarkan total skor yang diperoleh, yaitu kurang (≤ 50), cukup (51–89), dan baik (90–100). Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan dua pendekatan analisis statistik, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel yang diteliti, sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk menguji

hubungan antara tingkat pendidikan ibu dengan variabel pengetahuan gizi seimbang dan pengetahuan sarapan menggunakan uji korelasi Spearman. Uji Spearman digunakan karena data berskala ordinal dan tidak memenuhi asumsi normalitas. Semua proses pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics* versi 26.

HASIL

Gambaran Umum Responden

Dalam penelitian ini karakteristik responden terdiri dari jenis kelamin, riwayat pendidikan ibu, pengetahuan gizi seimbang, dan pengetahuan sarapan yang dapat dilihat pada Tabel 1

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	56
Perempuan	14	43
Riwayat Pendidikan Ibu		
Tidak sekolah	0	
SD	2	6
SMP	1	3
SMA	22	73
Perguruan Tinggi	5	16
Pengetahuan Gizi seimbang		
Rendah (≤ 8)	8	26
Tinggi (9-10)	22	73
Pengetahuan sarapan		
Kurang (≤ 50)	10	33
Cukup (51-89)	13	43
Baik (90-100)	7	23
Total	30	100

Tabel 1. Menunjukkan bahwa responden memiliki ibu dengan tingkat pendidikan menengah atas (SMA), yaitu sebanyak 22 orang (73,3%). Sebagian kecil lainnya menempuh pendidikan di tingkat SD (6,6%), SMP (3,3%), dan perguruan tinggi (16,6%), sementara tidak ada responden yang berasal dari ibu yang tidak bersekolah. Berdasarkan pengetahuan gizi seimbang, sebagian besar responden menunjukkan tingkat pengetahuan yang tinggi, yaitu sebanyak 22 orang (73,3%), sedangkan sisanya, sebanyak 8 orang (26,6%), berada pada kategori pengetahuan rendah. Berdasarkan pengetahuan tentang sarapan, distribusi responden cukup bervariasi. Sebanyak 13 responden (43,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, 10 orang (33,3%) berada dalam kategori kurang, dan hanya 7 orang (23,3%) yang memiliki pengetahuan baik.

Hubungan Pendidikan Ibu dengan Pengetahuan Sarapan

Tabel 2. Hubungan pendidikan ibu dengan pengetahuan sarapan

Pendidikan ibu	Pengetahuan sarapan						p-value
	Kurang		Cukup		Baik		
	n	%	n	%	n	%	
Tidak sekolah	0	0	0	0	0	0	0,720
SD	1	3	0	0	0	0	
SMP	0	0	1	3	1	3	
SMA	7	23	10	33	5	16	
Perguruan Tinggi	2	6	2	6	1	3	

Tabel 2. Menunjukkan bahwa pengetahuan sarapan pada anak dengan ibu berpendidikan tidak sekolah seluruhnya berada pada kategori kurang, cukup, maupun baik dengan jumlah 0 responden (0%). Pada kelompok ibu berpendidikan SD, terdapat 1 responden (3,3%) dengan pengetahuan kurang dan tidak ada yang memiliki pengetahuan cukup maupun baik. Untuk ibu berpendidikan SMP, masing-masing terdapat 1 responden (3,3%) pada kategori pengetahuan cukup dan baik, serta tidak ada yang memiliki pengetahuan kurang. Pada kelompok ibu berpendidikan SMA, mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 10 orang (33,3%), diikuti oleh pengetahuan kurang sebanyak 7 orang (23,3%) dan pengetahuan baik sebanyak 5 orang (16,6%). Sementara itu, pada kelompok ibu berpendidikan perguruan tinggi, terdapat 2 responden (6,6%) dengan pengetahuan kurang, 2 responden (6,6%) dengan pengetahuan cukup, serta 1 responden (3,3%) dengan pengetahuan baik. Uji statistik menunjukkan nilai p sebesar 0,720, yang menandakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan tingkat pengetahuan sarapan pada anak ($p > 0,05$).

Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Pengetahuan Sarapan

Tabel 3. Hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan pengetahuan sarapan

Pengetahuan gizi seimbang	Pengetahuan sarapan						p-value
	Kurang		Cukup		Baik		
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	3	10	3	10	2	6	0,903
Tinggi	7	23	10	33	5	16	

Tabel 3. Menunjukkan bahwa pada kelompok dengan tingkat pengetahuan gizi seimbang rendah, sebanyak 3 responden (10%) memiliki pengetahuan sarapan kategori kurang, 3 responden (10%) kategori cukup, dan 2 responden (6,6%) kategori baik. Sementara itu, pada kelompok dengan tingkat pendidikan tinggi, terdapat 7 responden (23,3%) dengan pengetahuan kurang, 10 responden (33,3%) dengan pengetahuan cukup, dan 5 responden (16,6%) dengan pengetahuan baik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p sebesar 0,903, yang mengindikasikan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan tingkat pengetahuan sarapan responden ($p > 0,05$).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilihat distribusi pengetahuan sarapan pada anak menurut tingkat pendidikan ibu dan kategori pengetahuan sarapan. Pada tabel pertama, mayoritas responden berasal dari ibu dengan pendidikan SMA dan Perguruan Tinggi, di mana pada kelompok SMA terdapat 23,3% anak dengan pengetahuan sarapan kurang, 33,3% cukup, dan 16,6% baik. Sementara pada kelompok ibu berpendidikan Perguruan Tinggi, proporsi anak dengan pengetahuan kurang dan cukup masing-masing 6,6%, dan yang baik hanya 3,3%. Jumlah responden dari kelompok pendidikan rendah (tidak sekolah, SD, dan SMP) sangat sedikit, sehingga distribusi data lebih didominasi oleh kelompok pendidikan menengah dan tinggi.

Pendidikan ibu merupakan salah satu faktor sosiodemografi yang berperan dalam pembentukan perilaku makan anak karena memengaruhi kemampuan memahami informasi gizi serta pengambilan keputusan dalam penyediaan makanan di rumah tangga⁶. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pendidikan ibu dengan kebiasaan makan pagi siswa⁷. Hal ini dapat disebabkan karena sebagian besar pendidikan terbesar ditamatkan oleh ibu dengan tingkat dasar yang disisi lain juga ibu dengan tamat pendidikan dasar lebih banyak waktu dirumah sehingga lebih banyak waktu dalam mengurus kebutuhan rumah tangga⁷. Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan kemungkinan disebabkan oleh distribusi proporsi responden yang relatif merata pada setiap kategori pendidikan ibu sehingga tidak membentuk pola gradien yang jelas. Pada kelompok ibu dengan latar pendidikan SMA, anak-anak ditempatkan hampir merata pada kategori pengetahuan sarapan "kurang" (23,3%), "cukup" (33,3%), dan "baik" (16,6%). Hal serupa juga diprediksi pada kelompok ibu dengan latar belakang pendidikan perguruan tinggi, dimana anak-anak terdapat pada semua jenis kategori pengetahuan sarapan, namun dengan persentasi yang rendah. Pada kelompok ibu yang tidak bersekolah atau hanya menyelesaikan pendidikan dasar, seluruh responden berada pada kategori pengetahuan sarapan yang rendah atau tidak mencakup semua kategori, yang menunjukkan jumlah data yang sangat terbatas. Pola ini mencerminkan bahwa peningkatan tingkat pendidikan ibu tidak secara langsung berkorelasi dengan meningkatnya pengetahuan sarapan anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa rutinitas keluarga dan kebiasaan makan bersama di pagi hari memiliki pengaruh lebih besar terhadap kebiasaan sarapan dibandingkan faktor pendidikan orang tua⁸. Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan pada penelitian ini dapat disebabkan oleh distribusi data antar kategori pendidikan ibu yang tidak menunjukkan kecenderungan pola yang konsisten. Proporsi tingkat pengetahuan sarapan anak tersebar pada setiap kategori pendidikan sehingga peningkatan pendidikan ibu tidak diikuti peningkatan pengetahuan secara bertahap. Kondisi tersebut menyebabkan secara statistik hubungan antar variabel tidak tampak bermakna.

Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan sarapan antara kelompok rendah dan tinggi, ditemukan bahwa pada kelompok pengetahuan rendah, 10% anak memiliki pengetahuan kurang, 10% cukup, dan 6,6% baik. Sedangkan pada kelompok pengetahuan tinggi, proporsi anak dengan pengetahuan kurang, cukup, dan baik berturut-turut adalah 23,3%, 33,3%, dan 16,6%. Namun, nilai p-value yang sama

sebesar 0,903 kembali menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara kategori pengetahuan sarapan dengan tingkat pengetahuan sarapan anak.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan sarapan⁹. Tidak ditemukannya hubungan kemungkinan disebabkan oleh ukuran sampel yang kecil dan distribusi kategori yang tidak merata sehingga kekuatan uji statistik menjadi terbatas. Anak-anak dengan tingkat pengetahuan gizi seimbang yang tinggi justru lebih banyak ditemukan dalam kategori pengetahuan sarapan yang "kurang" (23,3%) dibandingkan anak-anak dengan pengetahuan gizi seimbang yang rendah (10,0%). Demikian pula, kategori pengetahuan sarapan "baik" ditemukan pada kedua kelompok, yaitu 6,6% pada kelompok pengetahuan gizi seimbang rendah dan 16,6% pada kelompok tinggi, namun perbedaan ini tidak cukup besar untuk menunjukkan kecenderungan yang kuat. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi seimbang tidak secara langsung berkaitan dengan pemahaman sarapan pada anak.

Pengetahuan gizi tidak selalu berbanding lurus dengan praktik makan karena perilaku dipengaruhi kebiasaan, preferensi rasa, dan lingkungan sosial anak¹⁰. Hal ini terlihat dari distribusi responden hampir seimbang dalam ketiga kategori pengetahuan sarapan, baik dalam kelompok rendah maupun tinggi. Keterciptaannya tidak ada kecenderungan linier atau tendensi meningkat yang nyata antara kedua variabel ini menjelaskan mengapa skor hasil uji statistik tidak signifikan. Dengan demikian, meskipun secara teoritis pengetahuan gizi seimbang seharusnya berkaitan dengan pemahaman mengenai pentingnya sarapan, distribusi responden pada tabel ini tidak mendukung adanya hubungan yang bermakna secara statistik.

Meskipun tidak ditemukan hubungan yang signifikan dalam penelitian ini, penting untuk tetap memperhatikan peran pendidikan dan pengetahuan ibu dalam membentuk pengetahuan sarapan anak. Selain keluarga, teman sebaya juga berperan dalam membentuk kebiasaan makan anak termasuk keputusan untuk sarapan atau jajan di sekolah¹¹. Sarapan yang berkualitas sangat penting untuk mendukung aktivitas dan prestasi anak di sekolah serta mencegah masalah gizi. Oleh karena itu, edukasi gizi tetap perlu diberikan secara merata kepada semua kelompok pendidikan, agar manfaat sarapan dapat dirasakan oleh seluruh anak, tanpa memandang latar belakang pendidikan orang tua.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SDN Karawang Wetan 01, dapat disimpulkan bahwa tidak ditemukan hubungan signifikan antara riwayat pendidikan ibu dan pengetahuan gizi seimbang anak dengan pengetahuan sarapan anak. Hal ini ditunjukkan oleh nilai p-value masing-masing sebesar 0,720 untuk variabel pendidikan ibu dan 0,903 untuk variabel pengetahuan gizi seimbang, yang berada di atas batas signifikansi 0,05. Ketidaksignifikanan ini selaras dengan distribusi data yang tidak menunjukkan pola hubungan yang konsisten atau linier antar variabel. Dengan demikian, meskipun secara teoritis pendidikan ibu dan pengetahuan gizi seimbang anak diharapkan memengaruhi pemahaman anak terhadap pentingnya sarapan, hasil penelitian ini tidak menemukan bukti statistik yang mendukung adanya keterkaitan antara variabel-variabel tersebut dalam populasi yang diteliti.

SARAN

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu jumlah sampel relatif kecil dan distribusi kategori pendidikan ibu tidak merata sehingga dapat menurunkan kekuatan uji statistik. Selain itu, pengukuran variabel menggunakan kuesioner self-report berpotensi menimbulkan bias informasi. Disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar agar dapat terdistribusi lebih merata di setiap kategori pendidikan, terutama pada kelompok pendidikan rendah (tidak sekolah, SD, dan SMP), untuk meningkatkan kekuatan statistik dan representasi hasil. Penelitian selanjutnya juga dapat mempertimbangkan untuk menguji variabel lain yang mungkin berinteraksi dengan pendidikan dalam memengaruhi pengetahuan sarapan, seperti status ekonomi keluarga, akses ke informasi gizi dari media atau penyuluhan, serta peran aktif ayah atau anggota keluarga lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nurmaliza, Herlina S. Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu Terhadap Status Gizi Balita. *J Kesmas Asclepius*. 2019;1(2):106–15.
2. Sutrisno, Tamim H. Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi pada Balita di Posyandu Abung Timur Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Agung Kabupaten Lampung Utara Tahun 2020. *J Ilmu Medis Indones*. 2023;2(2):77–83.
3. Aghadiati F. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Pola Menu Sarapan dan Kebiasaan Sarapan pada Anak Sekolah Dasar. *J Kesehat Terpadu (Integrated Heal J*. 2019;10(2):56–62.
4. Mattiro S. Pengetahuan Lokal Ibu Gizi Dan Sarapan Pagi Bagi Anak. *J Pendidik Sociol Antropol*. 2019;1(1):1–11.
5. Latifah R. Pengaruh Edukasi Sarapan Bergizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu di TK Nurul Ilmi di Desa Sukamaju Abung Semuli Lampung Utara. *Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*; 2023.
6. Romanos-Nanclares A, Zazpe I, Santiago S, Marín L, Rico-Campà A, Martín-Calvo N. Influence of parental healthy-eating attitudes and nutritional knowledge on nutritional adequacy and diet quality among preschoolers: The SENDO project. *Nutrients*. 2018;10(12).
7. Arrosyidi RA, Muwakhidah. Hubungan Pendidikan, Pekerjaan Ibu, dan Pengetahuan gizi Siswa dengan Kebiasaan Makan Pagi di SMP Negeri 1 Gemuh Kabupaten Kendal. 2025.
8. Octaviani Y, Rachmawati K, Santi E. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Sarapan Siswa pada SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. *Dunia Keperawatan J Keperawatan dan Kesehat*. 2020;8(1):101–12.
9. Sukoco LA, Widajanti L, Irene Kartasurya M. Hubungan pengetahuan gizi dan persepsi body image dengan kebiasaan sarapan pagi pada remaja putri di surakarta. *Media Kesehat Masy Indones*. 2022;21(5):307–12.
10. Yee AZH, Lwin MO, Ho SS. The influence of parental practices on child promotive and preventive food consumption behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2017;14(1):1–14.
11. Lindawati. Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perilaku Jajan Sehat. *Med (Media Inf Kesehatan)*. 2019;6(1):61–8.