

## PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI SISWA MELALUI PROGRAM SARAPAN PAGI MUMULUK ISUK

Astuti Yuni Nursasi<sup>1\*</sup>, Azwar<sup>2</sup>, Fonny Veronika Runtulalo<sup>3</sup>, Clara Caroline<sup>4</sup>,  
Asep Abdurrahman Hidayah<sup>5</sup>, Nita Yunita Sri Ayu<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Departement Keperawatan Komunitas, Universitas Indonesia, Indonesia

<sup>2,3</sup>Magister Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Indonesia

<sup>4</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Indonesia, Indonesia

<sup>5</sup>Program Studi Sarjana Ilmu Sejarah, Universitas Indonesia, Indonesia

<sup>6</sup>Program Vokasi, Universitas Indonesia, Indonesia

[ayunin@ui.ac.id](mailto:ayunin@ui.ac.id)<sup>1</sup>, [azwarmuhtar@gmail.com](mailto:azwarmuhtar@gmail.com)<sup>2</sup>, [fonnyruntulalo78@gmail.com](mailto:fonnyruntulalo78@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[claracaroline24@gmail.com](mailto:claracaroline24@gmail.com)<sup>4</sup>, [asep.abdurrahman@ui.ac.id](mailto:asep.abdurrahman@ui.ac.id)<sup>5</sup>, [nitayns0611@gmail.com](mailto:nitayns0611@gmail.com)<sup>6</sup>

### ABSTRAK

**Abstrak:** Sarapan pagi merupakan hal yang sangat penting dan tidak boleh dilewatkan oleh anak usia sekolah sebelum memulai aktivitas di pagi hari, banyak dampak yang akan diakibatkan dari tidak sarapannya siswa di pagi hari seperti konsentrasi belajar menurun, peningkatan asam lambung dan tubuh akan merasa lemas yang secara tidak langsung akan menghambat prestasi. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah agar siswa mengetahui dan mampu untuk mempraktekkan kegiatan sarapan pagi sebelum ke sekolah di SDN Sukadamai 1 Bogor. Metode yang digunakan adalah Community Based Research (CBR). Dilakukan intervensi berupa program Sarapan Pagi Mumuluk Isuk yang diikuti oleh 56 siswa kelas VI. Hasil menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa mengenai sarapan pagi sebelum ke sekolah. Rerata tingkat pengetahuan sebelum pelaksanaan program yaitu 6.17 dan rerata pengetahuan setelah pelaksanaan program yakni 8.82 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa setelah pelaksanaan program.

**Kata Kunci:** Anak Usia Sekolah; Pengetahuan Siswa; Penyuluhan Kesehatan; Sarapan Pagi.

**Abstract:** Breakfast is a very important thing and should not be missed by school-age children before starting activities in the morning, many impacts will result from not having breakfast in the morning such as decreased learning concentration, increased stomach acid and the body will feel weak which will indirectly hamper achievement. The purpose of this community service is for students to know and be able to practice breakfast activities before going to school at SDN Sukadamai 1 Bogor. The intervention was conducted in the form of Sarapan Pagi Mumuluk Isuk programme which was attended by 56 grade VI students. The results showed that there was an increase in students' knowledge about breakfast before school. The mean level of knowledge before the implementation of the programme was 6.17 and the mean knowledge after the implementation of the programme was 8.82 so it can be concluded that there was an increase in student knowledge after the implementation of the programme.

**Keywords:** School-Age Children; Student Knowledge; Health Counselling; Breakfast.



#### Article History:

Received : 01-09-2023

Revised : 17-09-2023

Accepted : 22-09-2023

Online : 01-10-2023



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## A. LATAR BELAKANG

Kesehatan anak usia sekolah menjadi hal yang penting untuk diperhatikan dikarenakan masa ini merupakan fase yang sering disebut sebagai usia keemasan atau *golden age*. Masa ini merupakan usia anak dari 0 hingga 5 tahun dimana pada usia tersebut anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan dengan pesat (Hidayati, 2020), sementara itu bahwa the *Golden Age* merupakan masa yang sangat efektif dan urgen untuk dilakukannya optimalisasi berbagai potensi kecerdasan yang dimiliki oleh anak manusia untuk menuju Sumber Daya Manusia yang berkualitas. Keberhasilan ataupun kegagalan pengembangan kecerdasan intelektual, emosional dan spiritual seorang anak sering terletak pada tingkat kemampuan dan kesadaran orang tua dalam memanfaatkan peluang pada masa keemasan ini. Tingkat optimalisasi peran pengasuhan orang tua yang kontinyu dan konsisten terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak pada periode tersebut sangat menentukan kualitas anak di kemudian hari (Rijkiyani et al., 2022).

Salah satu upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah dengan persiapan generasi mendatang adalah dengan pemenuhan gizi yang cukup, hal ini telah dilakukan oleh pemerintah melalui program Gerakan Masyarakat Sehat (Germas) melalui tindakan preventif dalam upaya perbaikan gizi anak usia pra sekolah di Indonesia dengan memberikan intervensi spesifik gizi pada kalangan remaja, Kelompok ibu hamil, bayi dengan usia 0-6 bulan bersama dengan ibu, kelompok bayi 7-24 bulan bersama ibu. Hal lain dari itu dibutuhkan pula intervensi sensitive gizi melalui program peningkatan ekonomi keluarga, program keluarga harapan, program penyaluran akses air bersih maupun sanitasi, penyuluhan pendidikan gizi, sarana pendidikan, dan percepatan pembangunan infrastruktur (Kemenkes, 2018).

Sejalan dengan program pemerintah tersebut ternyata perilaku kebiasaan sarapan anak pra sekolah belum sepenuhnya optimal dengan adanya hasil penelitian yang menjelaskan bahwa perilaku sarapan pagi anak pra sekolah hanya mencapai 53% dan sisanya belum menerapkan kebiasaan sarapan pagi serta menurut penelitian yang dilakukan oleh Mawarni (2018) menjelaskan bahwa hanya 10.6% anak di Indonesia yang mencukupi asupan energi saat sarapan Perdana & Hardinsyah, 2013; Puspita & Setyawan, 2022; Rizal & Jalpi (2022a) yang artinya perilaku sarapan anak Indonesia masih dikatakan rendah yang tentunya akan memberikan banyak dampak baik dari segi fisik, sosial maupun pada kesehatan anak.

Sarapan pagi yang tidak teratur akan memberikan beberapa dampak negatif terhadap kualitas perkembangan anak, hal ini dapat dilihat dengan adanya hubungan yang berarti antara anak yang memiliki kebiasaan sarapan pagi dengan tingkat konsentrasi belajar dibandingkan dengan anak yang hanya sarapan seadanya bahkan tidak sarapan sama sekali yang memiliki konsentrasi belajar yang lebih rendah (Istri et al., 2022;

Mustikowati et al., 2022; Utama et al., 2018). Kebiasaan tidak sarapan pada anak juga akan menyebabkan badan anak akan menjadi lemas selain itu akan sulit berkonsentrasi dalam menyerap pelajaran yang diberikan, mengantuk saat proses pembelajaran berlangsung, sulit menerima pelajaran, kurang tanggapnya anak dalam merespon dan akhirnya akan membuat anak memiliki gairah yang rendah dalam belajar (Anwar, 2022; Fitriana et al., 2021; Muhtar et al., 2020).

Sarapan pagi bagi anak usia sekolah memiliki peran penting dalam membentuk kualitas pada diri anak Putri, 2023; Rizal & Jalpi, (2022b), namun hal tersebut tampaknya masih belum bisa dikatakan berhasil dikarenakan data yang dikeluarkan oleh peneliti Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI) menyebutkan bahwa kuantitas sarapan anak Indonesia terbagi atas tiga kategori yakni cukup, baik serta cukup baik. Hasilnya adalah kuantitas sarapan anak pada kategori cukup adalah 31.6%, pada kategori baik mencapai pada angka 21.6% sementara pada kategori cukup dan kualitas baik hanya mencapai angka 9.2%. (Harahap et al., 2019). Data tersebut menunjukkan bahwa perilaku sarapan pada anak Indonesia saat ini masih menjadi permasalahan yang kompleks bagi semua pihak, dikarenakan dengan tidak diperhatikannya masalah ini akan membuat masalah yang lebih banyak lagi di masa depan.

Data menunjukkan bahwa kabupaten Bogor menjadi salah satu daerah dengan partisipasi anak berangkat ke sekolah tanpa sarapan sebanyak 40%. Sarapan sehat setidaknya menyumbang 25 persen asupan gizi. Selain itu, rata-rata 50 persen anak yang mempunyai kebiasaan sarapan sehat sebelum berangkat sekolah. Sementara itu, berdasarkan referensi dari hasil survey yang dilakukan Hardinsyah dan Aris pada 2012, pada 35.000 anak usia sekolah (6-12 tahun) diketahui 26,1 persen anak hanya sarapan dengan minuman (air, teh dan susu."Hasil survey lainnya 44,6 persen anak sarapan dengan kualitas rendah atau jumlah konsumsi energi kurang dari 15 persen AKG (Utama et al., 2018).

Desa Sukadamai sebagai salah satu Desa yang masuk dalam kategori Desa Tertinggal menurut Kementerian Desa, Pembangunan Daerah tertinggal dan Transmigrasi yang mayoritas masyarakat sebagai petani sehingga masalah yang ada di daerah ini perlu diselesaikan. Dengan adanya fenomena di atas maka kami bermaksud mengadakan program pengabdian masyarakat Peningkatan Perilaku Sarapan Pagi Pada Siswa SD Sukadamai 1 dan Pemberdayaan Kader Melalui Kegiatan Sarapan Pagi Mumuluk Isuk.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Adapun Metode Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat sebagai berikut

### **1. Lokasi Kegiatan**

Pengabdian masyarakat dilakukan di SD Sukadamai 1 Bogor Jalan Situpete Pulo, Sukadamai, Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor Jawa Barat.

## 2. Sasaran

Sasaran dalam program pengabdian masyarakat ini adalah siswa sebanyak 60 beserta orang tua di SD Sukadamai 1 Bogor Jalan Situpete Pulo, Sukadamai, Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor Jawa Barat. Selain itu guru UKS, serta kader Kesehatan akan berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## 3. Jenis Kegiatan

Dalam mengatasi permasalahan yang terjadi pada masyarakat mitra sebagaimana yang telah diuraikan sebelumnya, maka dalam Program Pengabdian Masyarakat ini ditawarkan beberapa metode pendekatan yang dapat membantu dalam menyelesaikan masalah yang ada yaitu dengan memberikan Pendidikan Kesehatan yang dikemas dalam Kegiatan SAPA MUIS (Sarapan Pagi Mumuluk Isuk) yang terdiri dalam beberapa rangkaian kegiatan yang dapat dilihat pada poin tahapan kegiatan.

## 4. Tahapan Kegiatan

Kegiatan Pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat terbagi menjadi tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan tahap monitoring. Berikut adalah rincian tiap tahapan yang akan dilaksanakan:

### a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat akan melakukan beberapa persiapan seperti perizinan ke pihak penanggung jawab Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Puskesmas Mekarwangi Bogor dan pihak Sekolah di SD Sukadamai 1 Bogor.

### b. Tahap Pelaksanaan

Adapun tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat terbagi menjadi beberapa tahap yaitu

#### 1) Tahap 1

Pada tahap pertama akan dilakukan pretest untuk melihat pengetahuan dan kebiasaan siswa mengenai sarapan pagi dan akan dilakukan pendidikan Kesehatan berupa penyuluhan dan pemutaran video terkait tentang pentingnya sarapan pagi dan apa saja kerugian jika tidak sarapan pagi bagi anak usia sekolah.

#### 2) Tahap 2

Pemberian intervensi belajar sambil bermain dengan siswa dengan jenis permainan yaitu permainan Sonda yang merupakan permainan khas anak suku Sunda

#### 3) Tahap 3

Guru akan mengevaluasi kebiasaan sarapan siswa setiap awal pelajaran sebagai bentuk refleksi diri siswa

#### 4) Tahap 4

Pada tahap 4 akan dilakukan Evaluasi dan Post test dimana pada tahap ini siswa diberikan kuesioner untuk melihat adanya

perubahan perilaku siswa setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan kegiatan SAPA MUIS (Sarapan Pagi Mumuluk Isuk). Setelah dilakukan evaluasi akan diadakan perbaikan program kerja dalam mendukung percepatan peningkatan perilaku siswa untuk dapat sarapan pagi sebelum ke sekolah.

## 5. Tahap Evaluasi

Tahap Monitoring dan Evaluasi. Monitoring dilakukan secara intensif oleh tim pelaksana setiap kegiatan berlangsung untuk memastikan agar pelaksanaan kegiatan dapat berjalan sesuai rencana. Evaluasi dilakukan sejalan dengan monitoring, sehingga jika ada kendala akan segera diselesaikan. Evaluasi dilakukan setiap tahap kegiatan, adapun rancangan evaluasi memuat uraian bagaimana dan kapan evaluasi akan dilakukan, kriteria, indikator pencapaian tujuan, dan tolok ukur yang digunakan untuk menyatakan keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini terlaksana pada tanggal 1 hingga 15 Agustus 2023 dengan melibatkan perawat penanggung jawab UKS Puskesmas Mekar Wangi Bogor sebanyak 1 orang dengan beberapa tahapan yaitu dengan tiga tahap yaitu pretest, pelaksanaan intervensi dan evaluasi, Siswa Kelas VI SD Sukadamai 1 Bogor sendiri sebanyak 57 orang namun yang melaksanakan program hingga selesai sebanyak 56 siswa dengan hasil sebagai berikut.

### 1. Karakteristik Peserta Pengabdian Masyarakat

Karakteristik siswa peserta pengabdian masyarakat ini, seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Karakteristik peserta peserta pengabdian masyarakat

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Laki - Laki	29	52 %
Perempuan	27	48 %
Total	56	100 %

Tabel 1 memperlihatkan karakteristik responden/siswa berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar siswa yang mengikuti pengabdian masyarakat ini berjenis kelamin laki-laki sebanyak 29 orang. Jika ditinjau dari segi kelas, peserta siswa yang berpartisipasi dalam pengabdian masyarakat ini berada pada kelas VI A dan Kelas VI B SDN Sukadamai 1 Bogor. Adapun proses pemberian materi dan edukasi, seperti terlihat pada Gambar 1 dan Gambar 2.



**Gambar 1.** Proses pemberian materi penyuluhan sarapan pagi



**Gambar 2.** Proses edukasi permainan engklek

## 2. Kebiasaan Sarapan Siswa

**Table 2.** kebiasaan sarapan siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi

No	Kebiasaan Sarapan	Kategori	Total			
			Sebelum		Sesudah	
			n	%	n	%
1	Siswa terbiasa sarapan pagi	Ya	23	41	45	80
		Tidak	33	59	11	20
2	Jam sarapan	Sebelum jam 9	14	25	47	84
		Setelah jam 9	42	75	9	16
3	Penyiap sarapan	Ibu	51	91	51	91
		Keluarga lainnya	5	9	5	9
4	Tempat sarapan	Rumah	45	80	50	89
		Kantin sekolah	11	20	6	9
5	Ketersediaan sarapan	Setiap hari	38	67	40	71
		Kadang-kadang	18	33	16	29

Berdasarkan Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan siswa mengalami peningkatan dari tidak terbiasa sarapan menjadi terbiasa sarapan setelah diberikan program sebesar 80% setelah sebelumnya hanya 41%. Adapun jam sarapan siswa mengalami peningkatan dari siswa yang terbiasa sarapan setelah jam 9 menjadi sarapan sebelum jam 9 sebanyak 47 siswa atau 84% setelah sebelumnya hanya 25%. Adapun penyiap sarapan

dari siswa paling banyak disediakan oleh ibu sebesar 91%. Tempat sarapan siswa sebelum diberikan intervensi program SAPA MUIS adalah 80% siswa sarapan di rumah dan mengalami peningkatan sebanyak 89% sarapan di rumah setelah pelaksanaan program. Adapun ketersediaan sarapan siswa sebanyak 71% mengatakan sarapan tersedia setiap hari.

### 3. Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum Pelaksanaan Program

**Table 3.** tingkat pengetahuan sebelum pelaksanaan program

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1	Pengetahuan rendah	18	32
2	Pengetahuan sedang	31	55
3	Pengetahuan tinggi	7	13
	Total	56	100%

Berdasarkan Tabel 3 diatas diperlihatkan bahwa sebelum pelaksanaan program didapatkan data bahwa mayoritas siswa berada pada pengetahuan rendah sedang dan rendah sebanyak 55% dan 32 dan hanya 13 % siswa yang memiliki pengetahuan tinggi.

### 4. Tingkat Pengetahuan Siswa Setelah Pelaksanaan Program

**Table 4.** tingkat pengetahuan setelah pelaksanaan program

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1	Pengetahuan rendah	13	23
2	Pengetahuan sedang	11	20
3	Pengetahuan tinggi	32	57
	Total	56	100%

Berdasaberdasarkan Tabel 4 diatas menunjukkan bahwa pengetahuan siswa setelah dilakukan program pengabdian masyarakat mayoritas mengalami pengetahuan tinggi sebesar 56%, kemudian pengetahuan rendah sebanyak 23 % dan pengetahuan sedang sebesar 20%.

### 5. Pengaruh Pelaksanaan Program Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa

**Table 5.** pengaruh pelaksanaan program terhadap pengetahuan siswa mengenai sarapan pagi

No	Variabel	Pretest	Posttest	95%CI	Nilai P
1	Pengetahuan sarapan siswa	6.17	8.82	-3.321;-1.964	0.001

Berdasarkan Tabel 5 diatas menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan program pengabdian masyarakat dengan nilai P sebesar 0.001. Terjadinya peningkatan

pengetahuan sebelum dan sesudah pelaksanaan program sarapan pagi mumuluk isuk (SAPA MUIS) menunjukkan keberhasilan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini karena literasi yang diberikan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Yanti (2022) yang menjelaskan bahwa Literasi adalah satu kemampuan terpenting dalam suksesnya pembelajaran di sekolah, dimana pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini siswa diberikan literasi berupa penyuluhan kesehatan dan edukasi bermain untuk menambah pengetahuan siswa mengenai sarapan pagi

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa tersapat pengaruh pelaksanaan program Sarapan Pagi Mumuluk Isuk terhadap pengetahuan dan kebiasaan siswa mengenai sarapan pagi dengan nilai p 0.001. Program Sarapan Pagi Mumuluk Isuk (SAPA MUIS) dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan siswa. Diharapkan pada pengabdian masyarakat ataupun penelitian selanjutnya orang tua dapat dilibatkan dalam proses pelaksanaan program sehingga hasil yang didapatkan akan lebih optimal

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Direktorat Kemahasiswaan Universitas Indonesia yang telah mengadakan Hibah Program Kepedulian Kepada Masyarakat Tahun 2023. Kemudian kepada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia yang turut mendukung pelaksanaan program pengabdian ini. Selain itu terima kasih pula kami ucapkan kepada Kepala SDN Sukadamai 1 Bogor beserta guru dan tenaga kependidikan yang telah menjadi obyek pengabdian dan memberikan banyak bantuan selama proses pengabdian dilaksanakan.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Anwar, A. (2022). Promosi Kesehatan Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 1(1).
- Fitriana, T. A., Mardiyati, N. L., & Gz, S. (2021). *Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 5-18 Tahun: A Narrative Review*.
- Harahap, H., Widodo, Y., Sandjaja, S., Khouw, I., & Deurenberg, P. (2019). Quantity and quality of breakfast of children aged 2.0 to 12.9 years in Indonesia. *GIZI INDONESIA*, 42(1), 31–42.
- Hidayati, R. (2020). Peran orang tua: komunikasi tatap muka dalam mengawal dampak gadget pada masa golden age. *Source: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(2).
- Istri, M. D. A. A., Kadek, Y. S., & Florianti, E. (2022). Hubungan Antara Sarapan Pagi, Pola Asuh Orang Tua, dan Aktivitas Belajar di Rumah dengan Hasil Belajar Biologi Peserta Didik Kelas XI SMA PGRI 4 Denpasar Tahun Pelajaran 2020/2021. *Emasains: Jurnal Edukasi Matematika Dan Sains*, 11(1), 48–53.
- Kemenkes, R. I. (2018). Pedoman pencegahan dan penanggulangan kegemukan dan obesitas pada anak sekolah. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 48.



- Mawarni, E. E. (2018). Edukasi gizi” pentingnya sarapan sehat bagi anak sekolah”. *Warta Pengabdian*, 11(4), 97–107.
- Muhtar, A., Ilmi, A. A., Sutria, E., & AP, A. B. (2020). Program School Breakfast dan Perilaku Sarapan Pagi Anak Usia Sekolah: Kajian Literatur (Literatur Review). *Community, Family, and Gerontological Nursing Journal*, 1(1), 60–68.
- Mustikowati, T., Rukmana, H. T., Karim, U. N., & Rahmawati, A. (2022). Hubungan kebiasaan sarapan terhadap konsentrasi belajar anak di sekolah dasar negeri Sukawera. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1(1), 8–12.
- Perdana, F., & Hardinsyah, H. (2013). Analisis jenis, jumlah, dan mutu gizi konsumsi sarapan anak Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 8(1), 39–46.
- Puspita, J. A., & Setyawan, A. (2022). Pengaruh Sarapan Pagi untuk Konsentrasi dalam Pembelajaran di PGSD Universitas Trunojoyo Madura. *AMAL INSANI (Indonesian Multidiscipline of Social Journal)*, 3(1), 14–23.
- Putri, S. K. (2023). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Konsentrasi Belajar pada Anak Sekolah Dasar: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(8), 1538–1544.
- Rijkiyani, R. P., Syarifuddin, S., & Mauizdati, N. (2022). Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Potensi Anak pada Masa Golden Age. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 4905–4912.
- Rizal, A., & Jalpi, A. (2022a). Penyuluhan Pentingnya Sarapan Pagi Untuk Meningkatkan Status Gizi Dan Prestasi Belajar Pada Siswa Di Sdn Handil Bhakti Barito Kuala Tahun 2018. *Prosiding Pengabdian Kepada Masyarakat Dosen UNISKA MAB*, 1.
- Rizal, A., & Jalpi, A. (2022b). Penyuluhan Pentingnya Sarapan Pagi Untuk Meningkatkan Status Gizi Dan Prestasi Belajar Pada Siswa Di Sdn Handil Bhakti Barito Kuala Tahun 2018. *Prosiding Pengabdian Kepada Masyarakat Dosen UNISKA MAB*, 1.
- Utama, L. J., Sembiring, A. C., & Sine, J. G. L. (2018). Perilaku sarapan pagi kaitannya dengan status gizi dan anemia pada anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 7(1), 63–68.
- Utami, N. P., & Yanti, P. G. (2022). Pengaruh Program Literasi terhadap Hasil Belajar Bahasa Indonesia Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 8388–8394.