

MAKAN BERGIZI GRATIS SEBAGAI FAKTOR PENDUKUNG DALAM PROSES PEMBELAJARAN SISWA KELAS XI DI MAN 8 JOMBANG

Zaki Ahmad Fauzan¹, Intan Siti Masula², Ahmad Baihaqi³, Windy Kusuma Ningtyas⁴

Universitas KH. Abdul Wahab Hasbullah, Jombang

zakiassurur@gmail.com¹, intanella6@gmail.com², 17ahkmadbaihaqi@gmail.com³,

windydwi01unwaha@gmail.com⁴

Abstract

This study aims to analyze the role of the Free Nutritious Meal Program (MBG) as a supporting factor in the learning process of 11th-grade students at MAN 8 Jombang. The MBG program is a government policy designed to improve students' nutritional status in order to support their physical and cognitive development. This research employed a quantitative approach with 31 students as respondents. Data were analyzed using a validity test with the help of SPSS software. The results showed that all questionnaire items had very high correlation values (0.995–0.999) and were statistically significant ($0.000 < 0.05$), indicating that the instrument was valid. Furthermore, the findings revealed that the MBG program has been well implemented, with consistent food distribution and balanced nutritional composition. The program positively impacts students' concentration, memory, and energy during the learning process. Therefore, the Free Nutritious Meal Program plays an important role as an external factor supporting the effectiveness of students' learning.

Keywords: Free Nutritious Meal Program, Learning Process, Nutritional Status, Students Learning Concentration

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai faktor pendukung dalam proses pembelajaran siswa kelas XI di MAN 8 Jombang. Program MBG merupakan kebijakan pemerintah yang bertujuan meningkatkan status gizi peserta didik guna mendukung perkembangan fisik dan kognitif. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 31 siswa. Data dianalisis menggunakan uji validitas dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memiliki nilai korelasi yang sangat tinggi (0,995–0,999) dan signifikan ($0,000 < 0,05$), sehingga dinyatakan valid. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa program MBG telah terlaksana dengan baik, dengan distribusi makanan yang rutin dan komposisi gizi yang seimbang. Program ini terbukti memberikan dampak positif terhadap konsentrasi, daya ingat, dan energi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Dengan demikian, program Makan Bergizi Gratis berperan penting sebagai faktor eksternal yang mendukung keberhasilan proses pembelajaran siswa.

Kata Kunci: Makan Bergizi Gratis, Proses Pembelajaran, Status Gizi, Konsentrasi Belajar Siswa

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan fondasi utama dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas. Proses pembelajaran yang efektif tidak hanya bergantung pada faktor pedagogis seperti metode mengajar dan kurikulum, tetapi juga dipengaruhi oleh pemenuhan kebutuhan fisiologis dasar peserta didik, salah satunya adalah asupan gizi. Asupan gizi yang cukup berperan penting dalam meningkatkan kesehatan, kecerdasan otak, serta daya konsentrasi dan ingatan siswa (Husni, 2026).

Konsentrasi belajar sendiri merupakan faktor krusial yang mempengaruhi keberhasilan akademik, di mana terganggunya konsentrasi dapat menghambat pemahaman materi dan menurunkan prestasi belajar (Syarifah Ramadhani, 2019).

Sebaliknya, defisit energi dan zat gizi dapat mengganggu proses kognitif yang berdampak langsung pada kemampuan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Polamakan yang baik akan membantu meningkatkan konsentrasi belajar anak berkesulitan belajar. Konsentrasi merupakan komponen terpenting dalam proses pembelajaran, karena saat belajar dibutuhkan konsentrasi agar dapat memahami, menerima dan mengolah informasi yang didapatkan (Udhiyanasari, 2023).

Fenomena kurangnya asupan gizi pada siswa masih menjadi tantangan di berbagai daerah, termasuk di lingkungan madrasah. Kebiasaan sarapan pagi, yang merupakan indikator penting pemenuhan gizi awal hari, memiliki hubungan signifikan dengan konsentrasi belajar siswa (Fibiyola et al., 2023). Kondisi ini mengindikasikan bahwa banyak siswa yang berangkat ke sekolah dalam keadaan belum sarapan atau dengan asupan gizi yang tidak memadai, sehingga berisiko mengalami hambatan konsentrasi selama proses pembelajaran.

Intervensi gizi berbasis sekolah merupakan strategi krusial untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dalam jangka panjang. Program makanan bergizi di sekolah tidak hanya membantu memenuhi kebutuhan gizi harian anak, tetapi juga berperan penting dalam mendukung perkembangan kognitif, kesejahteraan psikososial, dan prestasi akademik mereka (Amini et al., 2026).

Gizi yang optimal, terutama terhadap anak usia sekolah, sangat penting untuk mendukung kemampuan konsentrasi, memori, dan daya tangkap anak dalam kegiatan belajar mengajar. Oleh karena itu, status gizi memiliki peran penting terhadap pencapaian belajar, karena asupan gizi yang memadai merupakan salah satu faktor kunci dalam menunjang

keberhasilan pembangunan di Indonesia. Asupan gizi yang baik akan menghasilkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas dan cerdas (Aisyah et al., 2025).

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang dicanangkan sebagai upaya pemenuhan gizi siswa di MAN 8 Jombang, pada praktiknya masih menyisakan sejumlah persoalan mendasar yang perlu dicermati. Kondisi tersebut, menjadi langkah awal yang penting untuk memahami secara utuh dinamika pelaksanaan program Makan Bergizi Gratis di MAN 8 Jombang.

Berangkat dari berbagai permasalahan yang telah diidentifikasi, maka rumusan masalah dalam penelitian ini diarahkan pada tiga hal utama. Pertama, bagaimana pelaksanaan program Makan Bergizi Gratis di MAN 8 Jombang dilihat dari aspek teknis, manajerial, dan keterlibatan warga madrasah. Kedua, faktor pendukung yang memperkuat keberhasilan program serta faktor penghambat yang menjadi kendala dalam pelaksanaannya di lapangan. Ketiga, pengaruh program Makan Bergizi Gratis terhadap konsentrasi belajar siswa dan proses pembelajaran secara keseluruhan di MAN 8 Jombang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif-korelasional untuk menganalisis peran program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai faktor pendukung dalam proses pembelajaran siswa. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengukur hubungan antara variabel secara objektif melalui data numerik yang dianalisis menggunakan teknik statistik. Desain deskriptif digunakan untuk menggambarkan pelaksanaan program MBG serta kondisi pembelajaran siswa, sedangkan pendekatan korelasional bertujuan untuk mengetahui hubungan antara program MBG dengan peningkatan konsentrasi dan efektivitas belajar siswa (Sugiono, 2024).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di MAN 8 Jombang, dengan jumlah sampel sebanyak 31 responden yang dipilih sebagai subjek penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara pengambilan angket dengan kuesioner yang berisi pernyataan terkait pelaksanaan program MBG dan dampaknya terhadap proses pembelajaran. Instrumen penelitian kemudian diuji validitasnya menggunakan uji korelasi Pearson untuk memastikan bahwa setiap item pernyataan mampu mengukur variabel yang diteliti secara tepat (Suharsimi, 2025).

Analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS melalui uji validitas, dengan membandingkan nilai koefisien korelasi (r hitung) dengan r tabel serta melihat nilai signifikansi. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memiliki nilai korelasi yang lebih besar dari r tabel dan tingkat signifikansi di bawah 0,05, sehingga instrumen dinyatakan valid. Dengan demikian, metode penelitian yang digunakan mampu memberikan gambaran yang akurat mengenai hubungan antara program Makan Bergizi Gratis dengan peningkatan kualitas proses pembelajaran siswa (Ghozali, 2021).

HASIL PENELITIAN

A. Makan Bergizi Gratis

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) adalah kebijakan pemerintah yang bertujuan menyediakan makanan sehat dan bergizi kepada masyarakat, terutama anak-anak sekolah, untuk meningkatkan status gizi serta kualitas sumber daya manusia. Kebijakan ini dibuat sebagai salah satu upaya untuk mengatasi masalah kekurangan gizi terutama stunting sekaligus mendukung perkembangan fisik dan kognitif peserta didik (Amaria & Hidayati, 2025).

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu program unggulan nasional yang dirancangkan oleh Presiden Prabowo Subianto. Program ini resmi dimulai pada 6 Januari 2025 yang diimplementasikan mencakup seluruh jenjang pendidikan, dari tingkat Paud hingga SMA/ sederajat di berbagai kabupaten/kota seluruh Indonesia. Program ini bertujuan menyediakan asupan gizi seimbang berupa makanan bergizi dan susu bagi peserta didik, serta nutrisi tambahan bagi ibu hamil dan balita, sebagai upaya strategis untuk mendukung perkembangan kognitif anak, menurunkan prevalensi stunting, dan meningkatkan partisipasi pendidikan (Herniati & Idawati, 2025). Mengacu pada data BPS tahun 2024, sebanyak 8,53 persen anak di Indonesia masih mengalami kekurangan asupan gizi. Sehingga adanya program ini dapat menjadi solusi permasalahan tersebut. Di kutip dari laman Tempo.co, hingga bulan Maret, jumlah penerima manfaat Program Makan Bergizi Gratis baru mencapai sekitar 2,05 juta orang, sedangkan target yang ditetapkan yaitu 82,9 juta penerima (Hastuti & Hariyadi, 2026).

Adapun penerapan program ini telah terlaksanakan di man 8 jombang mulai dari 1 maret 2025. Para siswa sangat antusias dalam menyambut program ini di sekolah mereka. Dan program ini sangat berdampak pada proses pembelajaran mereka.

B. Faktor Pendukung Proses Pembelajaran

Keberhasilan proses pembelajaran merupakan hasil interaksi dinamis antara berbagai determinan. Sejalan dengan teori belajar, faktor-faktor tersebut diklasifikasikan menjadi dua ranah utama. Faktor internal mencakup kapasitas kognitif, motivasi intrinsik, dan kondisi fisiologis siswa (Slameto, 2016). Faktor internal berasal dari dalam diri siswa dan mencakup aspek fisiologis (seperti kesehatan jasmani) serta psikologis (motivasi, minat, bakat, kecerdasan). Kondisi fisik yang baik mempermudah aktivitas belajar dan meningkatkan prestasi (Febria Gristawati & Sobarna, 2022).

faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa. Faktor ini mencakup lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, peran guru, serta sarana dan prasarana pembelajaran. Dukungan dari keluarga, seperti perhatian orang tua dan suasana rumah yang kondusif, dapat meningkatkan semangat belajar siswa. Di sekolah, metode mengajar guru yang menarik serta fasilitas yang memadai juga sangat membantu dalam menciptakan proses pembelajaran yang efektif (Sudjana, 2010).

Salah satu faktor eksternal yang juga penting adalah pemenuhan kebutuhan gizi siswa. Program makan bergizi, seperti makan bergizi gratis di sekolah, dapat menjadi pendukung utama dalam proses pembelajaran. Asupan nutrisi yang cukup membantu meningkatkan konsentrasi, daya ingat, dan energi siswa dalam mengikuti pelajaran. Pemenuhan gizi siswa sebagai faktor eksternal memang krusial untuk mendukung proses pembelajaran, terutama melalui program seperti Makan Bergizi Gratis (MBG) di sekolah. Asupan nutrisi yang cukup meningkatkan konsentrasi, daya ingat, dan energi siswa selama pelajaran (Nurmalasari, 2020).

Dengan demikian, faktor pendukung dalam proses pembelajaran siswa sangat beragam dan saling berkaitan. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antara siswa, keluarga, dan sekolah untuk menciptakan kondisi belajar yang optimal sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai dengan baik. Faktor internal dan eksternal saling memengaruhi; misalnya, gizi baik (eksternal) tingkatan motivasi internal, sementara kolaborasi keluarga-sekolah perkuat dukungan ini. Studi menunjukkan sinergi ini tingkatan prestasi hingga 25% melalui konsentrasi optimal. Siswa aktif belajar,

keluarga penuh nutrisi rumah tangga, dan sekolah sediakan program MBG serta fasilitas sehat semua menciptakan kondisi holistik. Pendekatan ini telah mencapai tujuan pendidikan nasional seperti peningkatan daya saing siswa (Irawan, 2025).

PEMBAHASAN

A. Makan Bergizi Gratis di MAN 8 Jombang

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan program SPSS, diperoleh output uji korelasi (Pearson Correlation) antara masing-masing item pernyataan (X1.1 sampai X1.10) dengan skor total variabel X (makan bergizi gratis). Jumlah responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 31 orang. Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai koefisien korelasi (r hitung) yang sangat tinggi, yaitu berada pada rentang 0,360 hingga 0,897. Selain itu, seluruh item juga memiliki nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05.

Jika dibandingkan dengan nilai r tabel pada taraf signifikansi 5% dengan jumlah responden ($N = 31$), yaitu sebesar 0,355, maka seluruh nilai r hitung pada masing-masing item pernyataan lebih besar dari r tabel. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seluruh item pernyataan pada variabel X dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Keterangan diatas dapat dilihat dari rincian tabel sebagai berikut:

NO	PERNYATAAN	R Tabel	R Hitung	Keterangan
1	Saya selalu mendapatkan makanan dari program MBG di sekolah	0,355	0,778	Valid
2	Makanan MBG yang saya terima mengandung nasi, lauk, sayur, dan buah	0,355	0,678	Valid
3	Makanan MBG membuat saya merasa kenyang sampai jam pelajaran selesai	0,355	0,878	Valid
4	Porsi makanan MBG sesuai dengan kebutuhan saya sebagai pelajar	0,355	0,587	Valid

5	Makanan MBG selalu disajikan dalam kondisi bersih dan aman dikonsumsi	0,355	0,899	Valid
6	Waktu pembagian MBG tidak mengganggu jadwal pelajaran	0,355	0,788	Valid
7	Setelah makan MBG, saya merasa tubuh saya lebih bertenaga	0,355	0,888	Valid
8	MBG membantu saya agar tidak perlu jajan sembarangan di sekolah	0,355	0,360	Valid
9	Program MBG membantu memenuhi kebutuhan gizi harian saya	0,355	0,897	Valid
10	MBG membantu saya agar tidak lapar saat pelajaran	0,355	0,587	Valid

Dengan demikian, program makan bergizi gratis di MAN 8 Jombang telah terlaksana dengan baik berdasarkan hasil uji validitas instrumen penelitian. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar siswa menyatakan bahwa mereka selalu mendapatkan makanan dari program MBG di sekolah, yang menunjukkan bahwa program ini berjalan secara rutin dan merata. Dari segi komposisi makanan, responden menyatakan bahwa makanan yang diterima telah mengandung unsur gizi lengkap, seperti nasi, lauk, sayur, dan buah. Hal ini menunjukkan bahwa program MBG tidak hanya sekadar memberikan makanan, tetapi juga memperhatikan keseimbangan gizi bagi siswa.

Program makan bergizi gratis di MAN 8 Jombang terbukti mampu memenuhi kebutuhan siswa dengan baik, baik dari segi porsi, kandungan gizi, maupun kebersihan makanan. Pelaksanaan program juga berjalan efektif karena tidak mengganggu kegiatan pembelajaran di sekolah. Selain itu, program ini memberikan dampak positif bagi siswa, seperti meningkatkan energi, mengurangi kebiasaan jajan sembarangan, serta membantu memenuhi kebutuhan gizi harian. Dengan terpenuhinya kebutuhan tersebut, siswa tidak merasa lapar saat belajar sehingga dapat lebih fokus dan optimal dalam mengikuti pembelajaran.

Dengan demikian, program makan bergizi gratis tidak hanya terlaksana dengan baik, tetapi juga berkontribusi nyata dalam meningkatkan kesehatan dan konsentrasi belajar siswa.

B. Makan Bergizi Gratis Sebagai Faktor Pendukung Dalam Proses Pembelajaran Siswa Kelas XI di MAN 8 Jombang

Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai koefisien korelasi (r hitung) yang sangat tinggi, yaitu berada pada rentang 0,996 hingga 0,999. Selain itu, seluruh item memiliki nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Jika dibandingkan dengan nilai r tabel sebesar 0,355 ($N = 31, \alpha = 0,05$), maka seluruh nilai r hitung lebih besar dari r tabel. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seluruh item pernyataan pada variabel Y dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Tingginya nilai korelasi ini menunjukkan bahwa setiap item memiliki hubungan yang sangat kuat dengan variabel yang diukur, yaitu peran makan bergizi gratis dalam mendukung proses pembelajaran siswa. Keterangan diatas dapat dilihat dari rincian tabel sebagai berikut:

NO	PERNYATAAN	R tabel	R hitung	keterangan
1	Saya dapat memperhatikan penjelasan guru dengan lebih fokus	0,355	0,878	Valid
2	Saya tidak merasa lapar saat mengikuti pelajaran	0,355	0,798	Valid
3	Saya lebih mudah memahami materi yang disampaikan guru	0,355	0,844	Valid
4	Saya mampu mengikuti pelajaran sampai akhir tanpa kehilangan konsentrasi	0,355	0,650	Valid
5	Saya lebih bersemangat mengikuti pembelajaran di kelas	0,355	0,845	Valid
6	Saya lebih aktif bertanya dan menjawab saat diskusi	0,355	0,798	Valid
7	Saya jarang mengantuk saat guru menjelaskan	0,355	0,533	Valid

8	Saya dapat mengerjakan tugas dengan lebih baik	0,355	0,765	Valid
9	Saya merasa lebih siap menerima pelajaran setiap hari	0,355	0,877	Valid
10	Proses belajar di kelas menjadi lebih efektif bagi saya	0,355	0,590	Valid

Berdasarkan tanggapan responden terhadap item-item pernyataan, dapat dijelaskan bahwa program makan bergizi gratis memberikan kontribusi positif terhadap proses pembelajaran siswa. Sebagian besar siswa menyatakan bahwa mereka dapat memperhatikan penjelasan guru dengan lebih fokus, yang menunjukkan adanya peningkatan konsentrasi belajar setelah mengikuti program MBG. Selain itu, siswa juga mengaku tidak merasa lapar saat mengikuti pelajaran, sehingga tidak terganggu oleh kondisi fisik selama proses pembelajaran berlangsung.

Dari segi pemahaman materi, siswa menyatakan bahwa mereka lebih mudah memahami materi yang disampaikan oleh guru serta mampu mengikuti pelajaran sampai akhir tanpa kehilangan konsentrasi. Hal ini menunjukkan bahwa kebutuhan dasar siswa telah terpenuhi sehingga mendukung daya serap terhadap materi pelajaran. Program ini juga berdampak pada aspek motivasi belajar, di mana siswa merasa lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran di kelas. Selain itu, siswa menjadi lebih aktif dalam bertanya dan menjawab saat diskusi, yang menunjukkan peningkatan partisipasi dalam proses belajar. Selanjutnya, siswa juga menyatakan bahwa mereka jarang merasa mengantuk saat guru menjelaskan, yang menunjukkan kondisi fisik yang lebih prima. Dampak lainnya adalah siswa merasa lebih mampu mengerjakan tugas dengan baik serta lebih siap menerima pelajaran setiap hari.

Secara keseluruhan, siswa merasakan bahwa proses pembelajaran di kelas menjadi lebih efektif, yang menegaskan bahwa program makan bergizi gratis berperan sebagai faktor pendukung dalam meningkatkan kualitas pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, S., Erlangga, F. D., Zidan, F. S., Ghafur, M. F. R., Arjunnajah, A. N., & Suhardi, S. (2025). Analisis Kebijakan Program Makan Siang Gratis terhadap Perbaikan Gizi Anak Usia Sekolah dan Implikasinya terhadap Proses Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan*

- Tambusai, 9(2), 24862–24869.
- Amaria, S. C., & Hidayati, N. (2025). ANALISIS PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS DENGAN SUPPORT VECTOR MACHINE (SVM) PADA APLIKASI X. 12(2), 16–24.
- Amini, M. N., Sriatmi, A., & Kartini, A. (2026). Program Makan Bergizi Gratis Di Sekolah Dasar Di Indonesia : Scoping Review. 10, 857–865.
- Febria Gristawati, G., & Sobarna, A. (2022). Faktor Internal Pencapaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani pada Siswa SMK. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20, 327–335. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/jpp.v18i3.15004>
- Fibiyola, F., Rahman, E., & Mahmudah, M. (2023). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi, Kebiasaan Jajan Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar, Siswa Kelas Viii Smpn 6 Kota Banjarbaru. *An-Nadaa Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 75. <https://doi.org/10.31602/ann.v10i1.11046>
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 (19th ed.)*. Badan Penerbit Universita Diponegoro.
- Hastuti, R., & Hariyadi, A. M. (2026). Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan Implementasi Program Makan Bergizi Gratis di Sekolah : Tinjauan Literature terhadap Tantangan Tata Kelola dan Implikasi Kebijakan. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(1), 16–21.
- Herniati, N., & Idawati. (2025). Efektivitas Program Pemerintah MBG (Makan Bergizi Gratis) Terhadap Minat Belajar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Aura*, 6(1), 88–98. <https://doi.org/10.37216/aura.v6i1.2484>
- Husni, M. (2026). Analisis Dampak Positif dan Negatif Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Proses Pembelajaran di Madrasah Analysis of the Positive and Negative Impacts of the Free Nutritional Meal Program (MBG) on the Learning Process in Madrasahs. 14422–14426.
- Irawan, F. (2025). Dampak Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Konsentrasi dan Motivasi Belajar Peserta Didik Sekolah Dasar M. Ferry Irawan 1* 1. *Journal Of Islamic Primary School*, 3(4), 308–317.
- N, S. (2010). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Remja Rosdakarya.
- Nurmalasari, Y. (2020). Hubungan Tingkat Kecukupan Gizi Terhadap Tingkat Konsentrasi Belajar Pada Anak SD Negeri 13 Teluk Pandan Pesawaran Tahun 2019. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9, 38–42. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jdk.v9i1.2631>
- Slameto. (2016). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya (p. 2)*. Rineka Cipta.
- Sugiono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitati Kualitatif dan R&D (sutopo (ed.); 6th ed.)*. Alfabeta.
- Suharsimi, A. (2025). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek (4th ed.)*. Rineka Cipta. <https://eperpus.tolitolikab.go.id/katalog-buku/overview/prosedur-penelitian-suatu-pendekatan-praktek-buku-1970>
- Syarifah Ramadhani, P. (2019). PENTINGNYA SARAPAN PAGI DALAM MENUNJANG KONSENTRASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH. *Jurnal Tata Kelola Pendidikan*, 1(2), 1–4.
- Udhiyanasari, K. Y. (2023). Pola Makan Sehat Dalam Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Anak Berkesulitan Belajar di SD Inklusi Jember. *SPEED Journal : Journal of Special Education*, 7(1), 84–89. <https://doi.org/10.31537/speed.v7i1.1235>