



Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan dan Kualitas Tidur dengan Kejadian *Stunting* serta Prestasi Belajar Anak di SD Negeri Bojong Menteng IV Bekasi

Artanti Agustia Prameswari¹, Sabrina², Al Mukhlas Fikri³

^{1,2,3} Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

Abstrak

Received: 01 Mei 2024

Revised: 08 Mei 2024

Accepted: 15 Mei 2024

Stunting describes a condition of chronic malnutrition that reduces the body's nutritional needs, including the brain. This makes brain development less than optimal, so it can affect children's cognitive development, academic achievement and learning abilities, which also affects children's learning achievement at school. The aim of this research is to analyze the relationship between the frequency of snack consumption and sleep quality with the incidence of *stunting* and learning achievement in children at SD Negeri Bojong Menteng IV Bekasi. This research uses an observational cross sectional study analytical design. The instruments used in this research were microtoise, food frequency questionnaire (FFQ) form, Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire, and UTS values. The sample size was taken using the Lemeshow formula as many as 77 students with an additional 10% drop out to 85 students. The results of the study stated that there was no relationship between the frequency of snack consumption and sleep quality and the incidence of *stunting*, there was a relationship between the frequency of snack consumption and study achievement, and there was no relationship between sleep quality and study achievement.

Keywords: Frequency of Snack Consumption, Sleep Quality, *Stunting*, Study Achievement

(* Corresponding Author: artantiap@gmail.com)

How to Cite: Prameswari, A. A., Sabrina, S., & Fikri, A. M. (2024). Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan dan Kualitas Tidur dengan Kejadian *Stunting* serta Prestasi Belajar Anak di SD Negeri Bojong Menteng IV Bekasi. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11345640>.

PENDAHULUAN

Stunting tidak hanya masalah nasional tetapi juga masalah global, terutama di negara-negara miskin dan berkembang. Data pada anak-anak *stunting* yang disusun oleh *World Health Organization* (WHO), Indonesia masuk negara ketiga dengan penyebaran angka *stunting* yang luas di wilayah Asia Tenggara/*South-East Asia Regional* (SEAR). Prevalensi kasus *stunting* di Indonesia yaitu 21,6% dan Jawa Barat sebesar 20,2% (SSGI, 2022). Karena posisinya sebagai penyangga ibu kota negara, Kota Bekasi memiliki populasi yang meningkat, mengakibatkan *overcrowding*. Hal ini menyebabkan masalah seperti permukiman kumuh yang dapat menimbulkan masalah gizi antara lain kurangnya akses terhadap makanan sehat untuk anak-anak yang dapat menyebabkan *stunting* dan masalah pertumbuhan lainnya (Arfines dan Fithia, 2017). Kota Bekasi menjadi salah satu kota prioritas penanganan *stunting* di Jawa Barat. Meski prevalensi kejadian *stunting* di Kota Bekasi hanya 6,0% namun terjadi kenaikan lokus *stunting* pada tahun 2021 yang semula berjumlah 16 kelurahan menjadi 29 kelurahan pada tahun 2022. Hal ini menandakan perlunya intervensi yang harus dilakukan mengingat target penurunan



stunting di Indonesia menjadi 14% di tahun 2024. *Stunting* bisa menjadi ancaman besar bagi Indonesia terhadap persaingan bangsa. Hal tersebut bisa terjadi karena seorang anak *stunting* bukan hanya menghambat pertumbuhan fisik, tetapi juga mengikuti perkembangan otak yang memengaruhi kekuatan, keberhasilan serta produktivitas di sekolah.

Stunting menggambarkan kondisi kekurangan gizi kronis yang mengurangi kebutuhan nutrisi tubuh, termasuk otak. Hal ini mengganggu perkembangan otak yang dapat berdampak pada perkembangan kognitif, prestasi akademik, dan kemampuan belajar anak, yang pada gilirannya mempengaruhi hasil belajar anak di sekolah (Selasa LA *et al*, 2016). Prestasi belajar merupakan evaluasi hasil program pendidikan yang disalurkan dalam bentuk lambang, angka, huruf atau kalimat yang dapat menunjukkan hasil setiap anak dalam kurun waktu tertentu. frase yang dapat menampilkan hasil masing-masing anak selama periode waktu tertentu. Prestasi belajar tidak dapat dipisahkan dengan kerja belajar karena kerja belajar adalah sebuah proses, setelah sukses merupakan hasil yang akan diperoleh dari belajar. Setelah penilaian selesai, prestasi belajar anak sekolah dapat diketahui. Hasil penilaian dapat menunjukkan prestasi belajar siswa yang baik atau buruk (Ridwan, 2008).

Asupan yang tidak seimbang adalah salah satu faktor yang menyebabkan *stunting*. Keseimbangan gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) harus dijaga agar dapat menunjang tumbuh dan kembangnya secara optimal. Anak sekolah saat ini sangat cepat dipengaruhi oleh pilihan makanan yang disukai teman-temannya. Jajanan sekolah dimaksudkan untuk memenuhi kebutuhan energi akibat aktivitas fisik yang tinggi di sekolah, terutama bagi anak yang tidak sarapan pagi. Kontribusi jajanan untuk konsumsi harian siswa adalah 30% energi dan 22,3% protein (Syarifah, 2010). Jika anak mengonsumsi jajanan dengan kandungan gizi yang rendah secara terus menerus maka akan menyebabkan tubuh tidak cukup mendapatkan gizi sehingga akan berdampak kekurangan gizi, *wasting*, *stunting*, dan penurunan berat badan.

Seperti asupan jajanan, tidur juga sangat penting untuk pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan mereka. Menurut Apriningtyas & Kristini (2019), tidur sangat penting bagi manusia, terutama anak-anak. Saat anak tidur, perkembangan otak dan pertumbuhan otot berada pada puncaknya. Tubuh anak menghasilkan hormon pertumbuhan tiga kali lipat saat mereka bangun dari tidur. *Growth Hormone* (GH) adalah salah satu hormon yang sangat penting untuk pertumbuhan (Simanjuntak *et al*, 2018). Anak-anak membutuhkan waktu tidur 9-9,25 jam per hari, tetapi karena waktu sekolah mereka hanya tidur sekitar 8 jam setiap hari. Masalah tidur akan muncul jika waktu tidur dan bangun anak disesuaikan dengan waktu sekolah dan kehidupan sosial (Awwal *et al*, 2015). Dalam sebuah penelitian, Patel *et al* mengatakan bahwa kurang tidur (2-4 jam per hari) menyebabkan peningkatan ghrelin sebesar 28% dan penurunan leptin sebesar 18% yang dapat menyebabkan nafsu makan yang lebih besar. Leptin adalah hormon protein yang dibuat oleh jaringan adiposa yang mengontrol simpanan lemak dan mempengaruhi rasa lapar, sedangkan ghrelin adalah hormon yang dapat mempengaruhi rasa lapar dan kenyang. Ketika leptin menurun dan ghrelin meningkat, maka nafsu makan dapat meningkat, metabolisme dapat memperlambat, dan tubuh dapat membakar lemak dengan lebih sedikit.

Dengan mempertimbangkan masalah di atas yang menyatakan bahwa ada hubungan antara konsumsi jajanan, kualitas tidur, dan prestasi belajar dengan kejadian *stunting*, peneliti ingin melakukan penelitian tentang Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan dan Kualitas Tidur dengan Kejadian *Stunting* serta Prestasi Belajar Anak di SD Negeri Bojong Menteng IV Bekasi. Penelitian ini diharapkan akan dijadikan acuan dalam pemilihan makanan sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang untuk menggunakan analitik observasional dengan rancangan *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Bojong Menteng IV Kota Bekasi. Lokasi penelitian dipilih secara purposive dengan mempertimbangkan biaya, operasional, dan jangkauan sampel. Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Maret 2023 hingga selesai. Instrument penelitian yang digunakan yaitu *microtoise*, formulir *food frequency questionnaire* (FFQ), *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) *questionnaire*, dan rapor belajar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SD Negeri Bojong Menteng IV Bekasi berjumlah 648 siswa. Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian yaitu (1) siswa kelas V di SD Negeri Bojong Menteng IV Bekasi, (2) mampu dan bersedia menjadi subjek. Kriteria eksklusi dalam penelitian yaitu (1) memiliki kesulitan berkomunikasi (2) sedang dalam kondisi puasa, (3) dalam penggunaan obat-obatan yang berpengaruh pada waktu tidur. Besar sampel minimal diambil menggunakan Rumus *Lemeshow* sebanyak 77 siswa dengan tambahan *drop out* sebesar 10% menjadi 85 siswa.

Alur dimulainya penelitian ini yang pertama yaitu subjek dikumpulkan di kelas untuk mengisi kuesioner identitas responden. Kemudian, subjek dilakukan pengukuran tinggi badan. Pengukuran tinggi badan dilakukan dengan mempersiapkan *microtoise* pada bidang rata lalu subjek diminta untuk menghadap lurus ke depan dengan melepaskan berbagai macam aksesoris di kepala dan kaki. Setelah itu, subjek diwawancara untuk mengisi *food frequency questionnaire* (FFQ) dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) *questionnaire*. Setelah itu, prestasi belajar ditentukan dengan cara melihat nilai rata-rata ulangan tengah semester terbaru dari beberapa mata pelajaran. Pengolahan data meliputi *editing*, *coding*, dan *tabulating*. Setelah pengolahan data selesai, dilakukan analisis data menggunakan analisa univariat untuk menjelaskan frekuensi dan persentase variabel yang dikaji dan analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* dengan derajat kepercayaan 95% untuk menentukan hubungan antara masing-masing variabel independen dan dependen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 menunjukkan total 80 responden, terdiri dari 44 laki-laki (51,8%) dan 41 perempuan (48,2%). 19 orang berusia 11 tahun (22,3%), 61 orang berusia 12 tahun (71,8%), dan 5 orang berusia 13 tahun (5,9%).

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	44	51,8
Perempuan	41	48,2
Usia		
11	19	22,3
12	61	71,8
13	5	5,9

Tabel 2 menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi jajanan responden umumnya berada pada kategori sangat sering sebanyak 78,8%. Kemudian, pada kategori sering sebanyak 20% dan kategori kadang-kadang sebanyak 1,2%.

Tabel 2.
Frekuensi Konsumsi Jajanan Responden

Frekuensi	n	%
Kadang-kadang	1	1,2
Sering	17	20
Sangat sering	67	78,8
Total	85	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa kualitas tidur anak umumnya berada pada kategori buruk sebanyak 71,8% dan kategori baik sebanyak 28,2%.

Tabel 3.
Kualitas Tidur Responden

Kualitas Tidur	N	%
Baik	24	28,2
Buruk	61	71,8
Total	85	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa status gizi TB/U umumnya berada pada kategori normal sebanyak 63,5% dan kategori stunting sebanyak 36,5%.

Tabel 4.
Status Gizi TB/U Responden

Status Gizi TB/U	N	%
<i>Stunting</i>	31	36,5
Normal	54	63,5
Total	85	100

Tabel 5 menunjukkan bahwa prestasi belajar anak pada umumnya berada pada kategori baik sebanyak 58,8% dan kategori kurang sebanyak 41,2%.

Tabel 5.
Prestasi Belajar Responden

Prestasi Belajar	N	%
Baik	50	58,8
Kurang	35	41,2
Total	85	100

Tabel 6 menunjukkan hasil uji korelasi Rank Spearman, dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan kejadian stunting (p-value 0,848).

Tabel 6.
Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan dengan Kejadian Stunting

Frekuensi Konsumsi Jajanan	Status Gizi TB/U				Total		p-value	(r)
	Normal		Stunting		N	%		
	N	%	n	%				
Hampir tidak pernah	0	0	0	0	0	0	0.848	(-0.021)
Kadang-kadang	1	1,2	0	0	1	1,2		
Sering	10	11,8	7	8,2	17	20		
Sangat sering	43	50,6	24	28,2	67	78,8		
Jumlah responden			n		85	100		

Tabel 7 menunjukkan hasil uji korelasi Rank Spearman, dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kejadian stunting (p-value 0,061).

Tabel 7.
Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Stunting

Kualitas Tidur	Status Gizi TB/U				Total		p-value	(r)
	Normal		Stunting		n	%		
	n	%	N	%				
Baik	19	22,4	5	5,8	24	28,2	0.061	0.204
Buruk	35	41,2	26	30,6	61	71,8		
Jumlah responden			n		85	100		

Tabel 8 menunjukkan hasil uji korelasi Rank Spearman, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan prestasi belajar (p-value 0,016).

Tabel 8.
Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan dengan Prestasi Belajar

Frekuensi Konsumsi Jajanan	Prestasi Belajar				Total		p-value	(r)
	Baik		Kurang		N	%		
	n	%	n	%				

Hampir tidak pernah	0	0	0	0	0	0		
Kadang-kadang	1	1,2	0	0	1	1,2	0.016	0.260
Sering	14	16,5	3	3,5	17	20		
Sangat sering	35	41,2	32	37,6	67	78,8		
Jumlah responden				N	85	100		

Tabel 9 menunjukkan hasil uji korelasi Rank Spearman, dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan prestasi belajar (p-value 0,670).

Tabel 9.

Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar

Kualitas Tidur	Prestasi Belajar				Total		p-value	(r)
	Baik		Kurang		N	%		
	n	%	n	%				
Baik	15	17,6	9	10,6	24	28,2	0.670	0.047
Buruk	35	41,2	26	30,6	61	71,8		
Jumlah responden				N	80	100		

PEMBAHASAN

Akibat ketidakseimbangan antara kebutuhan dan konsumsi, *stunting* adalah masalah status gizi. Gizi adalah salah satu dari banyak variabel yang memengaruhi *stunting*. Kelompok usia yang tepat akan memiliki asupan makanan yang seimbang. Seseorang harus makan tiga kali makan utama dan dua kali makan selingan untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Makanan dapat diperoleh dengan memasak sendiri atau membeli di luar. Anak-anak menerima makanan mereka dari alam. Berbagai jenis makanan dan minuman yang tersedia kapan saja dan kepada siapa saja sangat menyenangkan bagi anak-anak di zaman modern yang serba digital. Makanan dan minuman cepat saji lebih disukai oleh semua orang, termasuk anak-anak, remaja, dan orang tua. Ini tidak hanya enak, tetapi juga lebih murah daripada memasak sendiri (Ikha *et al*, 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa penelitian ini hanya melihat frekuensi konsumsi jajanan tanpa mempertimbangkan kualitas jajanan, tidak ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan kejadian *stunting*. Selain itu, kontribusi jajanan hanya menyumbang angka 30% (Syarifah, 2010). Hal ini berarti bahwa asupan yang lebih berpengaruh sebesar 70% dipegang oleh makanan utama. Selain itu, frekuensi konsumsi makanan utama memengaruhi asupan energi dan makanan sehari-hari siswa (Macdiarmid *et al*, 2009).

Menurut salah satu teori, gangguan tidur dapat menyebabkan perubahan hormon dalam tubuh. Hormon pertumbuhan manusia, juga dikenal sebagai GH, dilepaskan saat anak tidur dan meningkat tiga kali lipat ketika mereka bangun. Kadar GH yang tinggi terkait erat dengan kesehatan anak, karena hormon ini bertanggung jawab atas pembentukan otot dan tulang serta mengatur struktur tubuh. GH juga berperan penting dalam proses tumbuh kembang anak, terutama sebagai

penggerak pertumbuhan dan pembelahan sel pada seluruh tubuh dan tulang rawan, mempercepat proses pembentukan tulang, meningkatkan protein, dan merangsang produksi growthfactor yang bertanggung jawab atas pertumbuhan dan perkembangan sel (Zahara et al, 2013). Hasil penelitian berupa tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian stunting disebabkan oleh faktor utama yang menjadi penyebab stunting adalah asupan makanan yang tidak seimbang. Berdasarkan hasil wawancara, kebanyakan dari responden yang mengalami gangguan tidur akan terbangun sesaat kemudian kembali tertidur. Kualitas tidur yang menjadi acuan pada penelitian ini hanya dalam satu bulan terakhir sedangkan stunting merupakan masalah gizi kronis dalam jangka waktu yang lama sehingga mungkin perlu dilakukan penelitian kualitas tidur seseorang yang lebih lama atau lebih dari satu bulan terakhir.

Prestasi belajar adalah hasil dari program pendidikan, yaitu tingkat pembelajaran siswa pada mata pelajaran yang diajarkan oleh guru. Prestasi belajar dapat diukur melalui ulangan, nilai pekerjaan rumah, atau tes yang dilakukan guru dalam jangka waktu tertentu. Siswa harus memperhatikan kesehatan mereka sendiri, yang merupakan komponen fisiologis yang mempengaruhi prestasi belajar mereka. Siswa harus memperhatikan pola makan dan tidur mereka untuk tetap sehat dan meningkatkan metabolisme mereka (Puspita, 2012). Salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan akademik adalah tingkat kecerdasan. Kekurangan gizi pada anak-anak disebabkan oleh konsumsi makanan sehari-hari mereka sehingga berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan yang memadai di masa mendatang. Anak-anak yang kekurangan nutrisi dapat mengalami penurunan pemahaman, konsentrasi dalam belajar, penurunan pertumbuhan fisik, seperti penurunan ukuran, dan daya tahan tubuh yang buruk, yang dapat menyebabkan infeksi dan mengganggu kemampuan mereka untuk bekerja di usia dewasa (Muchlis, 2015). Wahyuningsih (2004) mengatakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik dapat dibagi menjadi dua: kondisi kesehatan umum, kondisi psikis, kondisi panca indera, kecerdasan, keterampilan, dan motivasi. Selanjutnya adalah faktor eksternal, yang berarti sesuatu yang tidak ada di dalam diri seseorang. Faktor eksternal ini termasuk keluarga (orang tua), sekolah, pendidikan, pelatihan sekolah, masyarakat (media), aktivitas sosial, dan organisasi.

Menurut Wolfson dan Carskadon (1998), mereka menganalisis pola tidur 3120 siswa AS berusia 13-19 tahun dan menemukan bahwa rata-rata tidur malam adalah 7,3 jam. Saat liburan, waktu tidur dimulai pukul 00.25 dan bangun pukul 09.32, dengan waktu tidur 9 jam 7 menit. Tidak hanya tidur memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan emosional, tetapi juga berhubungan dengan pembelajaran, fungsi kognitif, dan perhatian. Menurut Potter & Perry (2005), kurang tidur juga dapat menyebabkan kurang perhatian, kelelahan, bingung, kesulitan belajar, dan bahkan prestasi akademik yang buruk. Hasil penelitian berupa tidak adanya hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi belajar dikarenakan adanya faktor lain yang memengaruhi prestasi belajar yaitu asupan gizi (Dhira, 2019). Gizi yang tepat akan meningkatkan konsentrasi siswa, sehingga siswa dapat mencapai prestasi belajar yang paling memuaskan. Berdasarkan hasil wawancara, beberapa responden mengalami kualitas tidur yang buruk dikarenakan tugas sekolah yang menumpuk. Selain itu, mereka juga mengalami kekurangan jam tidur karena belajar untuk menghadapi ujian hingga larut malam. Siswa mengerjakan

tugas sekolah maupun belajar hingga larut malam semata agar mendapatkan prestasi belajar yang maksimal.

KESIMPULAN

Frekuensi konsumsi jajanan responden umumnya berada pada kategori sangat sering sebanyak 78,8%. Kemudian, pada kategori sering sebanyak 20% dan kategori kadang-kadang sebanyak 1,2%. Kualitas tidur responden umumnya berada pada kategori buruk sebanyak 71,8% dan kategori baik sebanyak 28,2%. Status gizi TB/U responden umumnya berada pada kategori normal sebanyak 63,5% dan kategori *stunting* sebanyak 36,5%. Prestasi belajar responden pada umumnya berada pada kategori baik sebanyak 58,8% dan kategori kurang sebanyak 41,2%. Uji korelasi *Rank Spearman* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan kejadian *stunting* (p-value 0,848), tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian *stunting* (p-value 0,061), terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan prestasi belajar (p-value 0,016), dan tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi belajar (p-value 0,670).

UCAPAN TERIMKASIH

Ucapan terima kasih kepada seluruh pihak SD Negeri Bojong Menteng IV atas bantuan akses dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriningtyas, V. N., & Kristini, T. D. (2019). Faktor Prenatal yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting Anak Usia 6-24 Bulan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(2), 13-17.
- Arfines, PP., dan Fithia, DP. (2017). Hubungan Stunting dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar di Daerah Kumuh, Kotamadya Jakarta Pusat. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 45(1), 45-52.
- Dewi, A. P. (2015). Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Doctiral Dissertation*, Universitas Riau.
- Macdiarmid et al. (2009). Meal and Scacking Patterns of School-aged Children in Scotland. *European journal of clinical nutrition*, 63(11).
- Muchlis. (2015). Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri 063 di Pesisir Sungai Siak Kecamatan Rumbai Pesisir Kota Pekanbaru. *Jom FK*: 3, 1-10.
- Pangestika, D. A. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dan Asupan Gizi Siswa dengan Prestasi Belajar di SMAN 1 Waru Sidoarjo. *Skripsi*.
- Patel SR, Malhotra A, White DP, Gottlieb DJ, Hu FB. (2004). A prospective study of sleep duration and mortality risk in women. *Pubmed*, 27(4), 440.
- Puspita, D. W. (2012). Pengaruh Persepsi Siswa tentang Mata Pelajaran Akuntansi dan Pemberian Pekerjaan Rumah terhadap Prestasi Belajar Akuntansi Siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Sewon tahun ajaran 2011/2012. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.

- Puspita, I, D & Ilm, I, M. (2021). Pelatihan Pemilihan dan Identifikasi Jajanan Sehat Anak. *Jurnal Kreanova*: 1 (2).
- Potter & Perry. (2005). *Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Ridwan. (2008). (online). Available from: <http://ridwan202.wordpress.com/2008/04/23/kegiatan-belajar-dan-prestasi>.
- Selasa, LA., Woda, RR., & Davids, IKLA. (2016). Hubungan Stunting dan Riwayat Panjang Lahir dengan Prestasi Belajar pada Siswa Sekolah Dasar Impres Taurus 1 Nusa Tenggara. *Cendana Medical Jurnal*, 13-24.
- Simanjuntak, J. H., Herlina & Bayhakki. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Terjadinya Wasting pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Online Mahasiswa*. Edisi Januari-Juni 2018, Vol 5.
- Survei Status Gizi Indonesia. (2022). Badan Kebijakan Pembangunan Nasional, Kementerian Kesehatan RI.
- Syarifah. (2010). Kebiasaan Jajan serta Kontribusi Energi dan Zat Gizi Makanan Jajanan terhadap Kecukupan Gizi Siswa Sekolah Dasar. *Skripsi*, Institut Pertanian Bogor.
- Wahyuningsih. (2004). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Prestasi Belajar pada Siswa Kelas 11 SMU Lab School Jakarta Timur. *Skripsi*.
- Wolfson, A.R & Carskadon, M.A. (1998). Sleep Schedules and Daytime Functioning in Adolescent.
- Zahara, D. S., Hartanto, F., & Adyaksa, G. (2013). Hubungan antara Gangguan Tidur dengan Pertumbuhan pada Anak Usia 3-6 Tahun di Kota Semarang. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 2(1).