



## DAFTAR PUSTAKA

- Ainani, I., Hasanah, N. and Khasanah, I., 2024. Analisis Gangguan Konsentrasi dalam Pembelajaran: Tinjauan Literatur terhadap Faktor Penyebab dan Intervensi Efektif. *Islamic Education and Counseling Journal*, 5(1).
- Al-Faida, N., 2021. Pengaruh Kebiasaan sarapan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa STIKES PERSADA Nabire Provinsi Papua. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 17(2), pp.81-86.
- Ajani, A.T., 2023. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Perilaku Pencarian Informasi Kesehatan pada Remaja di Sekolah. *Journal on Education*, 6(1), pp.1027-1034.
- Arifa, V.H., Wiradnyani, L.A.A., Khusun, H. and Februhartanty, J., 2024. Praktik Sarapan pada Orang Dewasa Indonesia: Perbedaan Perkotaan dan Pedesaan dan Faktor yang Berkaitan= Breakfast Practices Among Indonesian Adults: Urban and Rural Differences and Its Associated Factors.
- Azzahra, N., & Nuraini, Y. 2021. Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Kualitas Tidur pada Siswa Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Nasional Poltekkes Jakarta III*, 3(1), 90–96.
- Badan Pusat Statistik Yogyakarta, 2022. Proyeksi Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di D.I Yogyakarta. Available at: <https://yogyakarta.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTc0lzl=/proyeksi> (diakses pada 15 Juni 2025).
- Batubara, J.R., 2016. Adolescent Development (perkembangan remaja). *Sari pediatri*, 12(1), pp.21-9.



- Defie, R. and Probosari, E., 2018. Hubungan tingkat stress, perilaku merokok dan asupan energi pada mahasiswa. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 7(2), pp.507-526.
- Dewi, D.P., Sandayanti, V. and Sani, N., 2021. Hubungan tingkat kecemasan dan dismenore dengan konsentrasi belajar mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(2), pp.74-82.
- Djamarah, S. B. (2002). *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ertiana, D., Septyvia, A.I., Utami, A.U.N., Ernawati, E. and Yualiarti, Y., 2021. Program peningkatan kesehatan remaja melalui posyandu remaja. *Journal of Community Engagement and Empowerment*, 3(1).
- Fauziah, N., 2023. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak di SD Negeri 1 Pangkajene Kabupaten Sidrap. *Media Gizi Pangan*, 30(2), pp.111-119.
- Gemily, S.C., Aruben, R. and Suyatno, S., 2017. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Dan Kualitas Sarapan Siswa Kelas V Di Sdn Sendangmulyo 04 Kecamatan Tembalang, Semarang Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3), pp.246-256.
- Harmini, T., 2017. pengaruh kesiapan Belajar terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa pada Pembelajaran Kalkulus. *Mathline: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 2(2), pp.145-158.
- Haryati, M.C., Kusumaningsih, I. dan Supardi, S., 2022. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur lansia di RW 03 Kelurahan Kebon Manggis Jakarta. *Jurnal Keperawatan Malang* , 7(2), pp.76–93.



- Hazizah, A. W., Embrik, I. S., & Pratiwi, A., 2024. Pengaruh Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Anak Kelas V Di SDN 04 Tigaraksa. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 323–328.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi Kelima. Erlangga.
- Indraswari, R., 2022. Analisis karakteristik remaja terhadap perilaku-perilaku berisiko kesehatan. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 6(2).
- Jaya, A.I. and Tayibu, N.Q., 2025. Perbandingan Cluster Sampling dan Stratified Sampling untuk Survei Pendapatan dan Pengeluaran Rutin Mahasiswa Program Studi Matematika Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. *Jurnal SAINTEK Patompo*, 3(1), pp.25-30.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018) *Klasifikasi Obesitas setelah Pengukuran IMT*. Tersedia di: [Diakses 10 April 2025].
- Langmui, S.A., Sancaya, S.A. and Krisphianti, Y.D., 2025. Strategi Efektif Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Siswa. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 4, pp.441-445.
- Lemeshow, S., dan David W. H. Jr. 1997. *Large Sample in Health Research*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mastifa, S., Pujiastuti, T.T. and Lidya, H., 2023. Pola Sarapan Dan Tingkat Konsentrasi Belajar Mahasiswa Stikes Panti Rapih Yogyakarta. *I Care Jurnal Keperawatan STIKes Panti Rapih*, 4(2), pp.150-159.
- Muchtar, M., Julia, M. and Gamayanti, I.L., 2011. Sarapan dan Jajan Berhubungan dengan Kemampuan Konsentrasi pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 8(1), pp.28-35.



- Nasution, S. (2005). Berbagai Pendekatan dalam Proses Belajar & Mengajar. Jakarta: Bumi Aksara.
- Octaviani, Y., Rachmawati, K. and Santi, E., 2020. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Sarapan Siswa pada SDN Sungai Rangas Hambuku Martapura Barat. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 8(1), pp.101-112.
- Pamelia, I., 2018. Perilaku konsumsi makanan cepat saji pada remaja dan dampaknya bagi kesehatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 14(2), pp.144-153.
- Pratama, A. R., 2017. Analisis Kesiapan Belajar Siswa dalam Mengikuti Proses Pembelajaran Biologi pada Materi Sel Kelas XI SMA Negeri 5 Tanjung pinang. *Universitas Maritim Raja Ali Haji*, 12.
- Pratama, W., Syuryadi, N. and Maya, S., 2025, January. Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi Siswa di SMAN 1 Kelayang: The Correlation Between Breakfast and Student Concentration at SMAN 1 Kelayang. In *Prosiding Seminar Nasional Integrasi Pertanian dan Peternakan* (Vol. 3, No. 1, pp. 203-210).
- Purnama, N.L.A., Widayanti, M.R., Yuliati, I. and Kurniawaty, Y., 2024. Pengaruh mekanisme coping terhadap stres remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 16(1), pp.10-20.
- Rachmawati, L.N., 2025. Hubungan Asupan Gizi, Status Gizi, dan Durasi Tidur terhadap Prestasi Belajar. Bookchapter Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang, 6, pp.50-63.



- Raihanah, N. and Alwi, M.K., 2024. Pengaruh Kebiasaan Sarapan dan Kualitas Tidur Terhadap Konsentrasi Siswa di SMP Anak Indonesia Makassar. *Window of Public Health Journal*, 5(5), pp.729-740.
- Rahma, S.A. and Noerfitri, N., 2022. Hubungan antara Pengetahuan Gizi dan Uang Saku dengan Sikap dalam Memilih Makanan oleh Siswa SMA Islam PB Soedirman Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 13(1), pp.69-72.
- Riinawati, R., 2022. Hubungan konsentrasi belajar siswa terhadap prestasi belajar peserta didik pada masa pandemi Covid-19 di sekolah dasar. *Edukatif-Jurnal Ilmu Pendidikan*.
- Rima, T., Yusuf, I.R., Nisa, S., Aulia, V. and Kurniati, T., 2020. Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Pedagonal: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 4(1), pp.26-29.
- Rizki, R.M., Pranata, O.D. and Angela, L., 2024. Analisis Konsentrasi Siswa Dalam Pembelajaran Biologi: Studi Deskriptif dan Komparatif. *ORYZA: Jurnal Pendidikan Biologi*, 13(1), pp.42-53.
- Saputra, A. and Kartika, W., 2023. Pengaruh sarapan pagi terhadap status gizi remaja di SMA Negeri 1 Ciomas. *FLORONA: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), pp.50-54.
- Saputro, K.Z., 2018. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), pp.25-32.
- Sari, N. and Khatimah, H., 2024. Tinjauan Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan Dan Asupan Zat Gizi Dengan Kekurangan Energi



- Kronis Pada Siswi SMAN 18 Makassar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(1), pp.35-42.
- Savira, A., Riska, N. and Artanti, G.D., 2024. Analisis Kebiasaan Sarapan Pada Remaja di SMK Negeri 3 Bogor. *Garina*, 16(2), pp.82-90.
- Shalita, A.W., Noviani, N.E. and Hariawan, M.H., 2024. Hubungan Body Image dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Putri di SMA Negeri 11 Yogyakarta. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 7(2).
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sliwa, S.A., 2024. Skipping Breakfast and Academic Grades, Persistent Feelings of Sadness or Hopelessness, and School Connectedness Among High School Student Youth Risk Behavior Survey, United States, 2023. *MMWR supplements*, 73.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A.I., Harmayanti, A.A. and Harto, K., 2022. Perkembangan remaja awal, menengah dan implikasinya terhadap pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), pp.1917-1928.
- Sari, M.P.H., Qiptiah, P.M. and Riyani, R.Y., 2023. Analisis Manajemen Stres di Kalangan Remaja Indonesia. *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat*, 1(1), pp.1-6.
- Sumarwati, M., Mulyono, W.A., Nani, D., Swasti, K.G. and Abdilah, H.A., 2022. Pendidikan kesehatan tentang gaya hidup sehat pada remaja tahap akhir. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), pp.36-48.
- Sunbanu, V.M.S.M., Rante, S.D.T.R. and Damanik, E.M.B., 2021. Hubungan kualitas tidur dan konsentrasi belajar pada mahasiswa teknik sipil di



Politeknik Negeri Kupang selama pandemi covid-19. *Cendana Medical Journal*, 9(2), pp.190-197.

Sutisna, M., Abduh, M. and Nuraini, A., 2025. Strategi Penggunaan Gadget Terhadap Kualitas Tidur dan Kesehatan Remaja di SMK Ibnu Sina Bogor. *Jurnal PAKAR" Pancasila dan Kewarganegaraan"*, 1(2), pp.104-111.

Tinambunan, L.G.K., Pella, J.A., Manurung, J.G., Kartika, L. and Nugroho, D.Y., 2021. Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Remaja Asrama. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 5(1), pp.10-18.

Ulfah, A., Maulidiya, B.P., Munawaroh, M., Azzahra, R.A., Syainah, E., Aprianti, A., Shaddiq, S. and Akbar, M.R., 2025. Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Banjarmasin: Tinjauan Gizi dan Ekonomi Kesehatan. *Jurnal Penelitian Ekonomi*, 2(1), pp.31-38.

Wahdini, M., Indraswari, N., Susanti, A.I. and Sujatmiko, B., 2021. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Berisiko pada Remaja. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(2), pp.171-181.

Wahyuntari, E. and Ismarwati, I., 2020. Pembentukan kader kesehatan posyandu remaja Bokoharjo Prambanan. *Jurnal Inovasi Abdimas Kebidanan (Jiak)*, 1(1), pp.14-18.

Wati, S., Harna, H., Nuzrina, R., Sitoayu, L. and Dewanti, L.P., 2021. Kebiasaan Sarapan, Kualitas Tidur, dan Dukungan Orangtua terhadap Konsentrasi Belajar Selama Pandemi Covid-19. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(1), pp.24-35.



- Wijaya, A., Yulianti, E. and Prasetyaningrum, Y.I., 2024. Gambaran Kecukupan Asupan Sarapan Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 6 Yogyakarta. In Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu (Vol. 6, No. 1, pp. 64-69).
- Winata, I.K., 2021. Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa terhadap Pembelajaran Online selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 5(1), p.13.
- Yulianto, Yuliani, H. and Syar, N.I., 2022. Kesiapan Belajar Siswa Pada Pembelajaran Tatap Muka Mata Pelajaran IPA Terpadu. *Lamda: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA dan Aplikasinya*, 2(3), pp.161-168.
- Yusup, F., 2018. Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1).
- Zuschaiya, D., Wari, E., Agustina, Y. and Lailiyah, S., 2021. Pengaruh kesiapan belajar dan kemampuan berhitung terhadap hasil belajar matematika. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 4(3), pp.517-528.