



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 1 Tahun 2024 Page 2045-2054

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang dengan Prestasi Belajar Pada Siswa MTsN 3 Agam Tahun 2023

Ducha Heartanya^{1✉}, Chyka Febria², Mega Ade Nugrahmi³

Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

Email: heartanyahear@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Pengetahuan gizi ialah memberikan bekal pada remaja bagaimana memilih dan memilah bagaimana makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan. Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang Dengan Prestasi Belajar di MTsN 3 Agam. Jenis Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik kolerasi. Penelitian ini dilaksanakan di MTsN 3 Agam Nagari Balingka pada bulan September tahun 2023. Dengan responden yang berjumlah 51 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Random sampling* sederhana yaitu pengambilan sampel dimana setiap orang dalam populasi mempunyai kesempatan peluang yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data yang digunakan adalah Analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian dari 51 responden yang diteliti diperoleh sebagian besar (9.8%) pengetahuan siswa tentang gizi seimbang ada 5 siswa pengetahuan kurang, (49,0%) 25 siswa dengan pengetahuan cukup, dan (41.2%) 21 siswa dengan pengetahuan baik. Dengan prestasi belajar 35 siswa (68.6%) dengan prestasi belajar baik, dan 16 siswa (31.4%) dengan prestasi belajar baik sekali. Hasil analisis data dengan menggunakan *Chi-Square* yaitu, *P Value* 0,031(<0,05), bahwa adanya hubungan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar di MTsN 3 Agam Tahun 2023. Kesimpulan dari variabel yaitu adanya hubungan antara pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar pada siswa MTsN 3 Agam. Saran penelitian ini bagi tempat penelitian yaitu di MTsN 3 Agam dapat menjadi referensi tentang hubungan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar pada siswa MTsN 3 Agam.

Kata Kunci: *Pengetahuan Gizi Seimbang, Prestasi Belajar*

Abstract

Nutrition knowledge is to provide teenagers with how to choose and sort healthy foods and understand that food is closely related to nutrition and health. The aim of this research is to find out the relationship between students' knowledge about balanced nutrition and learning achievement at MTsN 3 Agam. This type of research was carried out using a quantitative approach with a correlation analytical design. This research was conducted at MTsN 3 Agam Nagari Balingka in September 2023. With 51 respondents. The sampling technique used in this research is simple random sampling, namely sampling where each person in the population has the same opportunity to be selected as a member of the sample. The data collection method used was a questionnaire. The data analysis used is univariate and bivariate analysis. The results of the research from the 51 respondents studied showed that the majority (9.8%) of students' knowledge about balanced nutrition, there were 5 students with poor knowledge, (49.0%) 25 students with sufficient knowledge, and (41.2%) 21 students with good knowledge. With learning achievement, 35 students (68.6%) had good learning achievement, and 16 students (31.4%) had very good learning achievement. The results of data analysis using Chi-Square are, P Value 0.031 (<0.05), that there is a relationship between students' knowledge about balanced nutrition and learning achievement at MTsN 3 Agam in 2023. The conclusion from the variable is that there is a relationship between students' knowledge about balanced nutrition with learning achievement of MTsN 3 Agam students. This research suggestion for the research location, namely at MTsN 3 Agam, can be a reference regarding the relationship between students' knowledge about balanced nutrition and learning achievement for MTsN 3 Agam students.

Keywords: *Knowledge of Balanced Nutrition, Learning Achievement*

PENDAHULUAN

Gizi merupakan salah satu faktor penentu utama kualitas sumber daya Manusia. Pengetahuan gizi memberikan bekal pada remaja bagaimana memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan. Beberapa masalah gizi dan kesehatan pada saat dewasa sebenarnya bisa diperbaiki pada saat remaja melalui pemberian pengetahuan dan kesadaran tentang kebiasaan makan dan gaya hidup yang sehat. (Emilia, 2009)

Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 s/d 19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10 s/d 24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10 s/d 19 tahun di Indonesia menurut sensus penduduk 2010 sebanyak

43,5 juta atau sekitar 18 persen dari jumlah penduduk. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 miliar atau 18 persen dari jumlah penduduk dunia (Johariyah and Mariati, 2018).

Pada Pedoman Gizi Seimbang di tuliskan masyarakat Indonesia sangat kekurangan mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan 63,3% anak > 10 tahun tidak mengkonsumsi sayuran dan 62,1% tidak mengkonsumsi buah-buahan, padahal dengan mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup berperan dalam menjaga kesehatan salah satunya mencegah gizi lebih (Kemenkes RI, 2014). Status gizi di Indonesia memiliki hanya membuat kemajuan yang terhenti menuju pencapaian global target nutrisi 1 (Laporan Gizi Global, 2018), lebih dari 30% anak di bawah usia lima tahun adalah kerdil (memiliki tinggi badan yang rendah untuk usia mereka), sebuah indikasi gizi buruk kronis (Risekesdas, 2018).

Pada hasil data penjarigan dinas kesehatan provinsi Sumatera Barat dari tahun 2015-2017 menunjukkan terdapat penurunan pada status gizi sangat kurang, gizi kurang dan obesitas pada remaja SMA. Status gizi sangat kurang dari 2,02% menurun menjadi 1,77% status gizi kurang dari 7,09% menurun menjadi 6,92% dan penurunan kejadian obesitas 1,55% menjadi 1,40% Sebaliknya, status gizi lebih meningkat dari 4,05% menjadi 4,67% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumbar, 2018).

Berdasarkan penelitian (Nadratur et al, 2014) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar. Dari 13 siswa kurang gizi dan berprestasi rendah (29,5%) dan 6 siswa yang berprestasi tinggi lebih berhasil secara akademis (13,6%), kurang dari 7 siswa (15,9%) dan prestasi akademik yang baik dengan status gizi cukup berjumlah 18 orang (40,9%), menyatakan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar anak (Khomsan, 2012).

Penyebab terjadinya masalah gizi lebih secara umum adalah ketidak seimbangan asupan dan penggunaan energi oleh tubuh. Asupan makanan tinggi kalori disatu sisi dan rendahnya aktivitas fisik disisi lain merupakan penyebab meningkatnya prevalensi obesitas. Masalah ini terjadi mulai anak usia sekolah dasar, remaja dewasa sampai kelompok usia lanjut (Permatasari and Setiawati, 2017).

Pemerintah Indonesia dalam meningkatkan Prestasi Belajar di Indonesia harus berfokus pada pemerataan serta kualitas dari pendidikan nasional dengan memperhatikan program serta kebijakan yang didasarkan pada hasil analisis dan evaluasi hasil belajar siswa. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) bersama Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) telah menerbitkan Permendikbud nomor 4, kami terus meningkatkan kualitas penelitian

pembelajaran untuk mencapai standar nasional tahun 2018 tentang penilaian hasil belajar siswa (Kebudayaan, 2018).

survey awal yang di lakukan di MTsN 3 Agam Nagari Balingka kabupaten agam, pada seorang guru atau wali kelas mengatakan bahwa ternyata masih ditemukan 7 dari 15 siswa atau 23% siswa dengan prestasi belajar dibawah nilai rata-rata, banyaknya siswa yang kurang bersemangat dalam proses belajar mengajar, malas di karnakan sering mengantuk, kurang arah Banyak faktor yang menyebabkan permasalahan diatas diantaranya: pengetahuan gizi yang kurang, faktor lingkungan, makanan yang kurang higienis.

alasan penelitian mengambil kelas VIII Karena mereka lebih kuat dalam berfikir atau tingkatan pelajaran mereka yang tinggi, Maka kebutuhan gizi mereka saat belajar harus terpenuhi, Agar tidak mengganggu konsentrasi pada saat belajar, gizi sangat berpengaruh pada konsentrasi belajar agar tidak mengganggu pada siswa.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak kemasa dewasa, masa ini sering disebut dengan masa pubertas. Namun demikian, menurut beberapa ahli selain istilah pubertas digunakan juga istilah adolesens (dalam bahasa inggris: adolescence). Para ahli merumuskan bahwa istilah Pubertas digunakan untuk menyatakan perubahan biologis baik bentuk maupun fisiologis yang terjadi dengan cepat dari masa anak-anak ke masa dewasa, terutama perubahan alat reproduksi. Seadangkan istilah adolesens lebih ditekankan pada perubahan psikososial atau kematangan yang menyertai masa pubertas (Aryani, 2012 dalam Patmawati, 2015).

Gizi adalah sesuatu yang mempengaruhi proses perubahan semua jenis makanan yang masuk kedalam tubuh yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari dan gizi tidak hanya tentang jenis makanan dan manfaatnya bagi tubuh, tetapi juga membahas tentang berbagai cara memperolehnya dan mengolahnya. Nutrisi itu agar tetap sehat dan bugar. (Paramashanti, 2019).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasi dengan pendekatan untuk mempelajari hubungan. Populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII di MTsN 3 Agam yang berjumlah 153 orang. Untuk menghindari *drop out* sampel

ditambah 10% dari sampel yang dibutuhkan (Amartani, 2017). Jadi, jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 51 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang kelas VIII di MTsN 3 Agam Tahun 2023

Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang	f	%
Baik (66-100%)	21	41.2
Cukup (46-65%)	25	49.0
Kurang (<46%)	5	9.8
Total	51	100

Berdasarkan table 1 distribusi frekuensi pengetahuan siswa tentang gizi seimbang didapatkan bahwa sebagian besar (9,8%) responden memiliki pengetahuan siswa kurang, (49,0%) responden memiliki pengetahuan siswa cukup, dan (41.2%) responden memiliki pengetahuan siswa baik.

Tabel 2. Diketahui distribusi frekuensi Prestasi Belajar pada siswa kelas VIII di MTsN 3 Agam Tahun 2023

Prestasi Belajar	f	%
Baik Sekali (86-100)	16	31.4
Baik (71-85)	35	68.6
Kurang (55-70)	0	0
Total	51	100

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi prestasi belajar, didapatkan bahwa sebagian besar (68.6%) responden memiliki prestasi belajar baik, dan sebanyak (31.4%) responden memiliki prestasi belajar yang baik sekali.

Tabel 3. Diketahui Hubungan Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang Dengan Prestasi Belajar pada Siswa Kelas VIII di MTsN 3 Agam Tahun 2023

Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang	Prestasi Belajar				Total		p value
	Baik Sekali		Baik		f	%	
	F	%	F	%			
Baik	4	7,8	17	33,3	21	41,1	0,031
Cukup	8	15,6	17	33,3	25	49,0	
Kurang	4	7,8	1	1,9	5	9,8	
Total	35	31,2	16	68,6	51	99,9	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat *P Value* yang di dapatkam dari hubungan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar yaitu 0,031 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar pada siswa kelas VIII di MTsN 3 Agam.

Berdasarkan hasil penelitian Hubungan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar yang dilaksanakan di MTsN 3 Agam Nagari Balingka bulan September tahun 2023 menggunakan *Random Sampling* di dapatkan dari 51 siswa dengan pengetahuan tentang gizi seimbang baik 21 orang (41.2%), siswa dengan pengetahuan tentang gizi seimbang cukup ada 25 orang (49.0%), siswa dengan pengetahuan tentang gizi seimbang kurang ada 5 orang (9.8%).

Asumsi peneliti tentang pengetahuan siswa tentang gizi seimbang pada siswa kelas VIII di MTsN 3 agam, di antara banyaknya siswa dengan kategori pengetahuan yang baik ternyata masih ada yang memiliki tingkat pengetahuan kurang mengenai Pengetahuan tentang gizi seimbang hal ini disebabkan oleh kurangnya penyuluhan dan pendidikan Pengetahuan tentang gizi seimbang. disamping itu siswa juga dapat mengetahui pengetahuan secara internal, eksternal dan dengan pendekatan belajar tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 siswa dengan prestasi belajar baik sekali 35 orang (68.6%) dan 16 orang dengan prestasi belajar baik (31.4%). Menurut Slameto (2010) prestasi belajar siswa juga tergantung kepada banyak faktor yang tidak dapat dikontrol yang dapat berpengaruh terhadap hasil penelitian. Beberapa faktor tersebut antara lain seperti

faktor internal dari dalam diri siswa seperti minat, bakat, IQ, motivasi dan lain sebagainya, selain itu faktor eksternal seperti lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat Artinya, pengetahuan gizi seimbang tidak menjadi faktor penentu dalam keberhasilan remaja mendapat hasil prestasi belajar yang baik, dengan usia siswa yang memasuki tingkat remaja, diduga ada banyak faktor-faktor yang lebih kuat mempengaruhi prestasi belajar remaja.

Asumsi peneliti tentang prestasi belajar pada siswa kelas VIII di MTsN 3 agam, dilihat dari data statistic bahwa prestasi belajar siswa dengan kategori baik sekali sangat banyak dan bisa di katakan bahwa prestasi belajar juga tidak bisa di gantungkan dengan pengetahuan siswa tentang gizinya, ada juga faktor-faktor lain yang bisa mempengaruhi prestasi belajar pada anak seperti pendidikan orang tua yang tinggi juga bisa mempengaruhi prestasi belajar pada siswa yaitu dengan didikan orang tua.

Hubungan Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang Dengan Prestasi Belajar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa P Value yang di dapatkam dari hubungan indeks massa tubuh terhadap siklus menstruasi yaitu $0,031 < 0.05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar pada siswa kelas VIII di MTsN 3 agam.

Analisis data tentang hubungan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar dengan menggunakan bantuan software computer SPSS. Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi-Square sehingga didapatkan hasil ($p = < 0,031$) yang berarti terdapat hubungan yang bermakna diantara kedua variabel dan memiliki korelasi positif cukup.

Berdasarkan tabel 5.3 dapat dilihat P Value yang di dapatkam dari hubungan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar yaitu $p = 0,031 < 0.05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar pada siswa kelas VIII di MTsN 3 Agam.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rizqa, 2018), Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh P-value= $0.021 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Nilai. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa dari 144 orang sampel yang mengalami status gizi di SMP Negeri 3 pakuhaji kabupaten tanggerang mengalami status gizi normal sebanyak 51 orang (35.4%) dan mengalami status gizi tidak normal sebanyak 93 orang (64.4%).

Asumsi peneliti terkait peneliti yang diperoleh adanya hubungan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar di MTsN 3 Agam, dikarenakan melihatkan

pengetahuan gizi seimbangya baik maka prestasi belajarnya baik sekali, dan pengetahuan gizi seimbangya cukup maka prestasi belajarnya baik, sedangkan pengetahuan gizi seimbangya kurang maka tidak menutup kemungkinan bahwa prestasi belajarnya kurang akan tetapi prestasi belajarnya bisa baik juga Karna menurut usia di dapati sebanyak responden dengan usia mulai dari 12-16 tahun, dimana juga memperngaruhi pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar karna dengan adanya perbedaan karakteristik yang di miliki masing siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul Hubungan Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa kelas VIII di MTsN 3 Agam Tahun 2023 terdapat kesimpulan: 1)Diketahui sebagian besar pengetahuan siswa tentang gizi seimbang pada siswa kelas VIII di MTsN 3 Agam Nagari Balingka adalah baik. 2)Diketahui sebagian besar prestasi belajar pada siswa kelas VIII di MTsN 3 Agam Nagari Balingka adalah baik sekali. 3)Adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dengan prestasi belajar pada siswa kelas VIII di MTsN 3 Agam Nagari Balingka.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif Gunarso dkk. (2017). Prestasi Belajar Anak.
- Alristina, A. D., et al (2021). Ilmu Gizi Dasar Buku Pembelajaran, Penerbit CV. SARNU UNTUNG.
- Arikunto, S. 2018. Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta. 2018.
- Al-Hafidz. (2010). Pengertian mengenai halal dan defenisi.
- Anna Emda, 2018, Kedudukan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran, Lantanida Journal vol.05.2.
- BKKBN (2021) 'Remaja Ideal Generasi Perubahan (Problematika, Perkembangan dan Profesi).
- Cibro Nenny Rotua. 2017. Gambaran Asupan Zat Gizi Dan Prestasi Belajar Pada Siswa Stunting Di Yayasan Pendidikan Smp Swasta Anugerah Sitingo Kabupaten Dairi. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Medan.
- Dicky. (2018). Kerangka Teori Status Gizi dan Prestasi Belajar.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumbar (2018). Data Penjaringan Status Gizi Anak Sekolah Menengah Atas tahun 2017. Sumbar: Gizi dan KIA, Dinas Kesehatan Provinsi Sumbar.

- Emilia, 2009. Pengetahuan Sikap dan Praktik Gizi Pada Remaja dan Implikasinya Pada Sosialisasi Hidup Sehat. Media Pendidikan Gizi dan Kuliner
- Effendy Fauzan. 2012. Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 2 Indramayu Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Festy, P. (2018). Buku ajar gizi dan diet, UMSurabaya Publishing.
- Florence Agnes Grace. 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa TPB Sekolah Bisnis Dan Manajemen Institusi Teknologi Bandung. Skripsi. Fakultas Teknik Universitas Pasundan Bandung
- Johariyah, A. and Mariati, T. (2018) 'Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja', Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo, 4 (1), p. 38. doi: 10.29241/jmk.v4i1.100.
- Kebudayaan, K. (2018). Kualitas Penilaian Hasil Belajar Meningkatkan Kedaulatan Guru Diperkuat. Kementerian Kesehatan RI (2019) 'Aksi Bergizi, Hidup sehat Sejak sekarang Untuk Remaja
- Khomsan, A. (2012). Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Kemenkes RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Ditjen Bina Gizi dan KIA.
- Lalu dan Lina. (2019). Status Gizi, Pola Makan, prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar, Kupang.
- Melita M. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa. Moch Fatkoer Rohman. (2013). Konversi Nilai Dari Skala 100 Ke Skala 4 Di Permendikbud No 81A.
- Nurarifah Khoirina. 2016. Hubungan Asupan Makronutrien (Karbohidrat, Lemak, Protein) Dan Kadar Hemoglobin Dengan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri Di SMA N 1 Polokarto Kab. Sukoharjo. Publikasi Ilmiah. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nadratun dkk. (2014). Status Gizi Dengan Prestasi Belajar.
- Notoatmodjo, (2013). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Permatasari, P. And Setiawati 2017, 'Hubungan Penerapan Pedoman Gizi Seimbang Dan Citra Tubuh Dengan Status Gizi Di Smk Nusantara 02 Kesehatan Tahun 2016', Jurnal Ilmu Kesehatan, vol.1, no.1, hlm.70–78. Doi: 10.33757/Jik.V1i1.31.
- Patmawati Windi. 2015. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Status Gizi Di SMP Muhammadiyah 03 Tanjung Sari Tahun 2015. Karya Tulis Ilmiah. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sumatera Utara Medan
- Paramashanti. (2019). Status gizi anak.

- Eliska. (2019). Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat.
- Rizqa. (2018). Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Nilai.
- Ristiati. (2013). Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar anak.
- Risekesdas. (2018). Status Gizi Pada Remaja
- Rosdianti Yeri. 2016. Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Praktik Gizi Terhadap Status Gizi Remaja Putri Di Smp N 1 Payung Kabupaten Bangka Selatan Provinsi Bangka Belitung. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya
- Sari Melisa Puspita. 2017. Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang, Pola Makan, Riwayat Penyakit, Dan Status Sosial Ekonomi Keluarga Anak Stunting Di Smp Negeri 2 Rantau Selatan. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Medan
- Sanifah LJ. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Activities Daily Living (Adl) Pada Lansia. Keperawatan. Published online 2018:114. http://repo.stikesicme.jbg.ac.id/1312/2/143210125_LAILI_JAMILATUS_SANIFAH_skripsi.pdf
- Supariasa, H. D. (2016). Ilmu Gizi Teori Dan Aplikasi. ECG.
- Siregar, M. H. and Koerniawati, R.D (2021) 'Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Aplikasi Whatsapp Pada Siswa Madrasah Aliyah di Kabupaten Bogor, Community Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1 (1), pp. 16–19.
- Tamrin, A., Lestari, R. S. and Yusdevitasari (2019) 'Edukasi pedoman gizi seimbang (PGS) terhadap pengetahuan dan sikap siswa SMP Negeri 1 Barru', Media Gizi Pangan, 26(2012), pp. 185– 189.
- Wirawatie, S. dan. (2018). Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar
- World Health Organizaton*. (2014). Definisi Remaja.