

Meningkatkan Hasil Belajar Matematika melalui Model Kooperatif Tipe Scramble dengan Pendekatan Contextual Teaching and Learning

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
<p>Aliva Thahara UIN Sultanah Nahrasiyah alifathahara1205@gmail.com +62 895-0307-0697</p> <p>Mahdalena UIN Sultanah Nahrasiyah Lena91437@gmail.com +62 812-9391-9348</p> <p>Laila Maghfiroh Nasution UIN Sultanah Nahrasiyah lailamaghfiroh2310@gmail.com +62 812-6873-3062</p> <p>Indah Mayasari UIN Sultanah Nahrasiyah Indahmayasarii266@gmail.com +62 853-6122-2306</p>	<p>ISSN: 2963-8933 Vol. 5, No. 1 Februari 2026 http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp</p>

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi:

Thahara, A., Mahdalena., Nasution, L. M., & Mayasari, I. (2026). Meningkatkan Hasil Belajar Matematika melalui Model Kooperatif Tipe Scramble dengan Pendekatan Contextual Teaching and Learning. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 5 (1),147-153.

Abstrak

Salah satu peranan penting dalam menunjang kesiapan fisik dan mental siswa dalam mengikuti proses pembelajaran merupakan sarapan pagi. Akan tetapi, kondisi di lapangan menunjukkan hasil yang timpang, banyak siswa yang belum terbiasa sarapan pagi dan ini akan memengaruhi hasil belajar siswa. Adanya penelitian ini bertujuan untuk melihat keterkaitan antara sarapan pagi dengan kemampuan konsentrasi dan motivasi belajar siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, berupa sampel subjek yang diteliti yaitu 23 siswa, dan menggunakan teknik pengumpulan data melalui pengisian instrument mengenai sarapan pagi, konsentrasi, dan motivasi belajar. Pada hasil penelitian menunjukkan angka yang timpang, siswa yang terbiasa sarapan memiliki frekuensi 7 siswa (30,4%), sedangkan siswa yang masih kadang-kadang sarapan memiliki frekuensi 15 siswa (65,2%), dan 1 siswa (4,3%) yang tidak pernah sarapan. Ini menjadi gambaran di situasi nyata yang membuktikan banyak siswa yang belum terbiasa sarapan dan akan memengaruhi ketidakmerataan kesiapan fisik dan mental siswa untuk terjun dalam proses pembelajaran. Karena siswa yang terbiasa sarapan akan memiliki kemampuan konsentrasi dan meningkatnya motivasi untuk belajar yang baik, jika dibandingkan dengan siswa yang tidak memiliki kebiasaan sarapan pagi. Dengan sebab itu, kebiasaan sarapan pagi menjadi peranan penting dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi dan motivasi, dan menunjang kesiapan belajar dan tercapainya tujuan pembelajaran.

Kata Kunci: sarapan pagi, konsentrasi belajar, motivasi belajar

Abstract

Breakfast plays a vital role in supporting students' physical and mental readiness to engage in the learning process. However, conditions in the field show contrasting results; many students are not accustomed to having breakfast, which subsequently affects their learning outcomes. This study aims to examine the correlation between breakfast and the concentration abilities and learning motivation of elementary school students. This research employs a quantitative approach with a correlational design, involving a sample of 23 students. Data collection techniques were conducted through the administration of instruments regarding breakfast habits, concentration, and learning motivation. The research findings indicate a significant disparity: 7 students (30.4%) habitually have breakfast, 15 students (65.2%) occasionally have breakfast, and 1 student (4.3%) never has breakfast. This provides an overview of the real-world situation, proving that many students have not developed the habit of eating breakfast, which leads to an unevenness in students' physical and mental readiness to immerse themselves in the learning process. Artikel Students who habitually have breakfast possess better concentration abilities and increased motivation for learning compared to those who do not have a breakfast habit. Consequently, the habit of having breakfast plays an essential role in enhancing concentration and motivation, as well as supporting learning readiness and the achievement of learning objectives

Key Words: breakfast, learning concentration, learning motivation

A. Pendahuluan

Sarapan pagi memiliki peranan yang sangat penting bagi anak pada usia sekolah dikarenakan menjadi sumber energi utama. Hal ini disebabkan tubuh manusia tidak menerima asupan makanan selama tidur malam, jadi dengan tersedianya energi yang cukup akan membantu anak agar tidak mudah lemas, cepat lelah ketika mengikuti pembelajaran, serta membantu kesiapan fisik dalam mengikuti kegiatan di sekolah. Tidak hanya itu, sarapan juga membantu memberikan efek fungsi otak, karena pada dasarnya otak membutuhkan glukosa yang menjadai bahan bakar utama dalam memusatkan perhatian, berfikir, dan agar mampu mengolah informasi.(Qolbiyah & Indra Purnamanita, 2022) ini akan membuktikan keefektifannya pada anak yang terbiasa sarapan pagi cenderung memiliki konsentrasi yang lebih baik dalam belajar, dan mengoptimalkan dalam mengikuti pembelajaran secara efektif.

Akan tetapi pada keyataannya, masih banyak siswa sekolah dasar yang tidak terbiasa sarapan pagi sebelum pergi ke sekolah. Hal ini memiliki banyak sekali faktor penyebabnya diantaranya seperti kurangnya kesadaran orang tua dalam mempersiapkan sarapan pagi bagi siswa sebelum melakukan pembelajaran di sekolah, keterbatasan waktu dalam mempersiapkannya, atau pemikiran yang menganggap sarapan pagi bukanlah suatu hal yang penting dilakukan.(Jaya & Fauziyah, n.d.) Oleh karena itu, ini akan berdampak pada proses pembelajaran siswa di sekolah. Sehingga siswa akan mengalami penurunan konsentrasi dalam pembelajaran, mudah mengantuk, dan mudah hilang fokus saat pembelajaran. Tidak hanya pada berpengaruh pada ketidakmampuan siswa dalam menerima pembelajaran secara fisik dan konsentrasi, tapi juga akan berdampak pada motivasi siswa dalam melakukan pembelajaran.(Sari et al., 2024a) ini menyebabkan siswa yang kurang antusias, pasif dalam kegiatan pembelajaran. Dan menyebabkan merosotnya nilai siswa dalam meraih prestasi di sekolah.

Karena pada dasarnya secara teori pemenuhan kebutuhan fisiologis, termasuk juga asupan makanan, agar tercapainya kebutuhan belajar yang tinggi.(Syafrinanda et al., n.d.) sarapan pagi juga berperan dalam membantu tubuh menjaga ketersediaan energi dan mencapai keseimbangan fungsi otak dan dapat mendukung kesiapan fisik dan mental dalam menghadapi proses masuknya materi dalam pembelajaran. Berkaitan dengan teori ini, terdapat berbagai penelitian terdahulu yang dilakukan untuk menunjukkan siswa yang terbiasa sarapan pagi akan memiliki tingkat konsentrasi dan motivasi yang tinggi dalam pembelajaran. Dan keterbalikan dari siswa yang sering melewatkan sarapan pagi menyebabkan kurangnya asupan energi yang mendukung aktivitas kognitif dalam keterlibatan siswa dalam pembelajaran.

Walaupun berbagai penelitian dilakukan yang membahas pentingnya sarapan pagi bagi anak usia sekolah, namun sebagiannya masih fokus pada aspek kesehatan atau capaian akademik secara umum. Sedangkan penelitian yang berpusat pada hubungan antara kebiasaan

sarapan pagi dengan kemampuan konsentrasi dan motivasi belajar siswa sekolah dasar masih terbilang terbatas. Oleh karena itu adanya pengadaan penelitian yang mengangkat kondisi langsung yang dialami sekolah dasar setempat agar adanya penggambaran yang lebih kompleks dalam peran sarapan pagi dalam mendukung proses pembelajaran. Berdasarkan permasalahan diatas diperlukan kajian yang membahas langsung urgensi kebiasaan sarapan pagi dalam mendukung proses pembelajaran siswa. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan kemampuan konsentrasi dan motivasi belajar di sekolah dasar.

B. Metodologi

Pada penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kuantitatif dengan berdasarkan desain korelasional, karena pendekatan kajian korelasional dalam pendidikan berperan dalam menjelaskan interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal yang memengaruhi hasil belajar peserta didik.(Rangkuti & Meyniar Albina, 2025) pendekatan ini dipilih karena peneliti ingin mengukur dan menganalisis hubungan antarvariabel yang terdapat pada data yang didapatkan dalam objek penelitian. Sehingga akan memberikan hasil yang lebih akurat tanpa adanya manipulasi data dan memunculkan hasil yang ingin dipaparkan peneliti yang sesuai kondisi nyata yang dialami siswa sekolah dasar. Penelitian ini dilaksanakan di salah satu Sekolah Dasar Negeri Sd 1 Blang Mangat Lhokseumawe, sebagai sampel untuk penelitian, sebanyak 23 siswa siswa sekolah dasar yang aktif mengikuti pembelajaran.

Sarapan pagi disini menjadi perilaku siswa dalam mengosumsi makanan sebelum mengikuti proses pembelajaran, konsentrasi dalam belajar menjadi efek yang akan mempengaruhi kemampuan siswa dalam memusatkan fokus selama proses pembelajaran berlangsung. Sedangkan pada motivasi siswa, akan memiliki dampak yang terlihat dari dorongan internal berupa minat dan keaktifan siswa selama proses pembelajaran. Data dalam penelitian ini dikumpulkan menggunakan angket yang disusun berdasarkan indikator masing-masing aspek, dan dengan menggunakan teknik statistik deskriptif berupa frekuensi dan presentase untuk menyajikan data secara empiris dengan hubungan antara setiap variable.(Martias, 2021).

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Sarapan Pagi pada Anak SD

Nomor Komponen	Kategori Kebiasaan Sarapan Pagi	Frekuensi	Presentase
1	Selalu sarapan pagi	7	30,4%
2	Kadang-kadang sarapan pagi	15	65,2%
3	Tidak pernah sarapan pagi	1	4,3%
	Total	23	100%

Berdasarkan hasil tabel diatas data yang diperoleh pada sekolah yang diteliti, menunjukkan variasi yang cukup timpang. Dari total 23 siswa, 7 siswa (30,4%) diantaranya sudah memiliki kebiasaan sarapan pagi yang konsisten, 15 siswa (65,2%) Masih melakukan sarapan pagi dengan kebiasaan yang jarang atau kadang-kadang, dan 1 siswa (4,3%) dengan kebiasaan yang tidak pernah sarapan pagi. Sehingga data ini menunjukkan bahwa walaupun sudah ada beberapa siswa yang memiliki konsistensi sarapan pagi yang baik, akan tetapi ini masih setengah dari siswa yang memiliki kebiasaan sarapan pagi dengan frekuensi kadang-kadang, ditambah dengan hadirnya 1 siswa yang yang tidak pernah melakukan sarapan pagi.

Dominannya presentase siswa yang hanya sesekali melakukan sarapan pagi mencerminkan rendahnya konsistensi pemenuhan kebutuhan fisiologis siswa sebelum belajar. Dengan kondisi ini menyebabkan ketidaksiapan fisik dan mental siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, yang selanjutnya berdampak pada rendahnya kemampuan konsenrasi dan motivasi belajar siswa. Sedangkan siswa yang tidak sarapan pagi teratur akan cenderung lebih mudah merasa lelah, kurang fokus, dan kurang bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran.

Oleh karena tingginya angka siswa yang kadang-kadang sarapan pagi membuktikan bahwa kegiatan sarapan pagi masih cukup rendah, secara tidak langsung mempertegas bahwa kebiasaan sarapan pagi merupakan aspek yang memiliki tingkat urgensi yang tinggi dan membutuhkan perhatian khusus dari berbagai pihak seperti orang tua yang menjadi peran yang

dapat memberikan kebiasaan sarapan pagi bagi siswa. Sedangkan peran guru sebagai penguat perilaku di sekolah, serta keterlibatan pihak sekolah dalam menyelenggarakan dan mendukung terbentuknya kebiasaan sarapan pagi secara konsisten.

2. Pembahasan

1) Kebiasaan Sarapan Pagi dan Konsentrasi Belajar Siswa

Berdasarkan data yang didapatkan dari hasil penelitian tentang Kebiasaan Sarapan Pagi dan Konsentrasi Belajar Siswa, masih banyak terdapat siswa yang jarang melakukan kegiatan sarapan pagi secara teratur. Hal ini tercermin ketika proses pembelajaran sedang berlangsung, siswa yang terbiasa sarapan pagi akan memiliki kemampuan konsentrasi yang tinggi ketika proses pembelajaran, akan tetapi hasil dari penelitian memaparkan siswa yang kadang-kadang sarapan pagilah yang memiliki presentase yang tinggi dan terdapat juga yang tidak pernah, kondisi akan berdampak kuat pada hasil pembelajaran.

Sebagaimana yang telah dipaparkan sebelumnya sarapan pagi membantu tubuh dalam menunjang *glukosa* untuk mengaktifkan kemampuan kognitif.(Nanda & Purwanti, 2023) Sedangkan siswa yang tidak terbiasa sarapan akan memiliki efek menurunnya kemampuan konsentrasi dalam menangkap materi dalam pembelajaran. Siswa juga akan merasa cepat lelah, lemas, atau memiliki keinginan untuk tidak melakukan kegiatan pembelajaran, siswa akan cenderung mudah teralihkan fokus ke dalam hal lain, sehingga tidak tercapainya tujuan pembelajaran secara maksimal. Sedangkan penjelasan teoritis mengemukakan pemenuhan kebutuhan fisiologis menjadi kebutuhan dasar yang paling utama yang harus dipenuhi sebelum melakukan kegiatan pembelajaran.(Priyoaji, 2023)

Pada teori kesiapan belajar (*Readiness Theory*) juga menyebutkan kesiapan fisik dan mental siswa akan memengaruhi keberhasilan belajar siswa.(Ananda et al., n.d.) karena siswa yang mengalami hambatan dalam merespon cenderung memiliki masalah dengan kesiapan fisik dan mentalnya.(Abdullah & Syahrani, 2024) selain itu teori pemrosesan informasi juga mendukung keterhubungan sarapan pagi dengan kemampuan konsentrasi siswa, teori ini menjelaskan bahwa agar otak memerlukan energi untuk menerima, menyimpan, serta mengolah informasi yang didapatkan secara baik. Informasi akan sulit di proses jika otak mengalami kekurangan asupan energi akibat tidak sarapan dan mengganggu tingkat kemampuan konsentrasi.(Salestina Sakliressy et al., 2025) Oleh karena itu, penemuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa siswa yang terbiasa sarapan pagi akan memiliki kesiapan belajar dan membentuk tingkat konsentrasi yang bagus dan keterbalikan dari siswa yang tidak terbiasa sarapan pagi.

2) Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Motivasi Belajar Siswa

Bukan hanya pada konsentrasi, kebiasaan sarapan pagi juga memiliki keterhubungan yang kuat dengan motivasi belajar siswa. Walaupun demikian melihat dari hasil penelitian terkait kebiasaan sarapan pagi dan motivasi belajar siswa, menunjukkan masih banyak siswa yang presentase sarapannya masih pada tingkat kadang-kadang, dan bahkan ada juga yang tidak pernah. Ini membuktikan kebiasaan sarapan pagi bagi siswa masih menjadikan sebab ketidaksiapan fisik yang tidak merata, tentunya ini memengaruhi level variasi motivasi belajar siswa di kelas. Jika dilihat dari beberapa teori belajar dan motivasi seperti dalam teori hierarki kebutuhan *Maslow* menyebutkan, kebutuhan fisiologis seperti makanan terletak pada kebutuhan dasar individu yang harus dilengkapi sebelum melengkapi kebutuhan dengan tingkat yang lebih tinggi.(Rahmadani et al., n.d.)

Hal ini juga termasuk bagian prestasi dan keinginan untuk mengembangkan potensi diri. Jadi berdasarkan pemaparan teori hierarki *Maslow*, sarapan pagi sudah ditetapkan sebagai fondasi kebutuhan dasar yang terlebih dulu dipenuhi agar terdapat kesiapan fisik yang baik dan stabil sehingga siswa akan memiliki juga kesiapan dalam belajar.(Isnaeni Agustina, 2025) Dan memungkinkan siswa untuk mengembangkan potensi diri untuk mencapai target dalam pembelajaran, kondisi ini mendeskripsikan siswa akan memiliki motivasi yang tinggi dalam mendapatkan prestasi. Sebaliknya dengan siswa yang cenderung tidak terbiasa untuk sarapan akan memiliki hambatan dalam pembelajaran, karena ketidaksiapan fisik dan akan memengaruhi terhalangnya siswa untuk mengaktualisasikan diri, yang disebabkan teralihnya perhatian dan fokus pada rasa lapar atau lemas karena tidak sarapan.

Menurut paparan dari teori motivasi belajar *McClelland* menyebutkan motivasi dan berprestasi akan ada jika individu berada dalam kondisi fisik yang seimbang.(Ridha, 2020) Jadi ketekunan, usaha, dan partisipasi aktif siswa akan muncul. Dalam proses pembelajaran ini akan

terlihat ketika siswa antusias, memiliki keberanian untuk bertanya, serta keinginan tinggi untuk ikut dalam pembelajaran. Pada teori *Self-Determination* terdapat penjelasan tentang motivasi yang menyatakan rasa nyaman, dan kesiapan diri akan mengembangkan motivasi intrinsik yang ada pada individu. (Siti Badriah & Surawan Surawan, 2025) Sehingga sarapan yang diperoleh siswa akan menjaga kenyamanan fisik siswa, ketika siswa tidak merasa lapar atau lelah akan lebih mudah untuk mengembangkan minat dan keinginan untuk belajar. Dengan dari itu, hal ini membuktikan bahwa pada teori motivasi belajar bahwa pemenuhan kebutuhan fisik akan memengaruhi hasil dan kualitas belajar siswa karena menjadi dasar kebutuhan dasar yang harus dipenuhi sebelum mencapai kebutuhan yang lebih kompleks.

3) 2 Implikasi Hasil Penelitian terhadap Proses Pembelajaran di Sekolah Dasar

Bukan hanya pada konsentrasi, kebiasaan sarapan pagi juga memiliki keterhubungan yang kuat dengan motivasi belajar siswa. Walaupun demikian melihat dari hasil penelitian bagaimana implikasi hasil penelitian terhadap proses pembelajaran di sekolah dasar, menunjukkan masih banyak siswa yang presentase sarapannya masih pada tingkat kadang-kadang, dan bahkan ada juga yang tidak pernah. Ini membuktikan kebiasaan sarapan pagi bagi siswa masih menjadikan sebab ketidaksiapan fisik yang tidak merata, tentunya ini memengaruhi level variasi motivasi belajar siswa di kelas.

Jika dilihat dari beberapa teori belajar dan motivasi seperti dalam teori hierarki kebutuhan *Maslow* menyebutkan, kebutuhan fisiologis seperti makanan terletak pada kebutuhan dasar individu yang harus dilengkapi sebelum melengkapi kebutuhan dengan tingkat yang lebih tinggi.

Hal ini juga termasuk bagian prestasi dan keinginan untuk mengembangkan potensi diri. Jadi berdasarkan pemaparan teori hierarki *Maslow*, sarapan pagi sudah ditetapkan sebagai fondasi kebutuhan dasar yang terlebih dulu dipenuhi agar terdapat kesiapan fisik yang baik dan stabil sehingga siswa akan memiliki juga kesiapan dalam belajar. Dan memungkinkan siswa untuk mengembangkan potensi diri untuk mencapai target dalam pembelajaran, kondisi ini mendeskripsikan siswa akan memiliki motivasi yang tinggi dalam mendapatkan prestasi. (Rahman, 2021) Sebaliknya dengan siswa yang cenderung tidak terbiasa untuk sarapan akan memiliki hambatan dalam pembelajaran, karena ketidaksiapan fisik dan akan memengaruhi terhalangnya siswa untuk mengaktualisasikan diri, yang disebabkan teralihnya perhatian dan fokus pada rasa lapar atau lemas karena tidak sarapan.

Menurut paparan dari teori motivasi belajar *McClelland* menyebutkan motivasi dan berprestasi akan ada jika individu berada dalam kondisi fisik yang seimbang. Jadi ketekunan, usaha, dan partisipasi aktif siswa akan muncul. Dalam proses pembelajaran ini akan terlihat ketika siswa antusias, memiliki keberanian untuk bertanya, serta keinginan tinggi untuk ikut dalam pembelajaran. (Raito & Nurul Baety, 2022) Pada teori *Self-Determination* terdapat penjelasan tentang motivasi yang menyatakan rasa nyaman, dan kesiapan diri akan mengembangkan motivasi intrinsik yang ada pada individu. Sehingga sarapan yang diperoleh siswa akan menjaga kenyamanan fisik siswa, ketika siswa tidak merasa lapar atau lelah akan lebih mudah untuk mengembangkan minat dan keinginan untuk belajar. Dengan dari itu, hal ini membuktikan bahwa pada teori motivasi belajar bahwa pemenuhan kebutuhan fisik akan memengaruhi hasil dan kualitas belajar siswa karena menjadi dasar kebutuhan dasar yang harus dipenuhi sebelum mencapai kebutuhan yang lebih kompleks. (Sidik & Sobandi, 2018)

4) Peran Orang Tua dan Sekolah dalam Membentuk Kebiasaan Sarapan Pagi

Dari data penelitian kebiasaan sarapan pagi, peran orang tua dan sekolah dalam membentuk kebiasaan sarapan pagi juga memiliki peran. data menyajikan sebagian siswa belum terbiasa untuk sarapan pagi, dimana siswa dominan masih berada pada kategori kadang-kadang. Ini menjadi pernyataan kuat bahwa sarapan pagi, belum menjadi kebiasaan teratur bagi siswa. Kondisi membuktikan kondisi siswa yang memerlukan peran orang tua, guru, dan sekolah dalam membangun kebiasaan sarapan pagi pada siswa sebelum menjadikan prestasi sebagai acuan yang harus dicapai oleh siswa. Orang tua memiliki peran utama dalam menyediakan dan membiasakan anak untuk sarapan pagi sebelum pergi ke sekolah. Pola asuh dan kesadaran terhadap gizi, serta pengaturan waktu di rumah harus ada kesadaran orang tua dalam menerapkan sebagai peraturan di rumah. (Jatmikowati et al., 2023)

Selain peran orang tua, sekolah juga harus memiliki kontribusi yang menggerakkan kebiasaan siswa untuk sarapan pagi. Guru dapat memberikan edukasi mengenai pentingnya sarapan melalui pembelajaran tematik, penguatan perilaku positif, serta pemberian contoh dalam kehidupan sehari-hari. (Sari et al., 2024b) Sekolah juga dapat memberikan dukungan

melalui program kesehatan sekolah, seperti kegiatan uks atau sosialisasi gizi, untuk meningkatkan kesadaran siswa dan orang tua terhadap sarapan pagi.

Keterlibatan pihak orang tua dan sekolah menjadi faktor kunci yang dapat meningkatnya kebiasaan sarapan pagi yang konsisten bagi siswa. Dengan adanya kebiasaan sarapan pagi yang teratur, diharapkan siswa dapat memiliki kesiapan fisik dan mental yang lebih baik, sehingga mampu mengikuti pembelajarannya secara optimal, meningkatkan kemampuan konsentrasi, dan menumbuhkan motivasi belajar siswa yang tinggi.

D. Kesimpulan

Dengan hasil penelitian ini dapat disimpulkan kebiasaan sarapan pagi adalah salah satu faktor yang dapat menunjang proses pembelajaran dan memiliki keterkaitan yang erat dengan kemampuan konsentrasi dan motivasi belajar siswa sekolah dasar. Pada data yang menampilkan siswa masih cenderung belum terbiasa untuk sarapan pagi, sehingga adanya pengaruh ke kurangnya kesiapan siswa untuk belajar. Dampak yang akan terlihat dari keaktifan, fokus, dan partisipasi dalam pembelajaran. Hasil penelitian ini memberikan dampak praktis bagi dunia pendidikan, terlebih pada pihak orang tua, guru, dan sekolah untuk lebih memperhatikan pembiasaan sarapan pagi bagi siswa sebagai salah satu upaya untuk menciptakan proses pembelajaran yang efektif dan sesuai tujuan pembelajaran. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat lebih mengkaji mendalam hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan aspek pembelajaran lainnya serta melibatkan subjek penelitian yang lebih luas.

E. Referensi

- Abdullah, M. N., & Syahrani, A. I. (2024). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Respon Lambat Siswa Kelas 4 Sekolah Dasar Islam Terpadu Darul Muhsin Makassar. *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer*, 4(02), 110–122. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v4i02.5031>
- Ananda, A., Masyithah, Q., & Syam, H. (n.d.). *READINESS DALAM BELAJAR*.
- Isnaeni Agustina. (2025). Keterkaitan Antara Pola Sarapan dan Kebiasaan Belajar Siswa: Studi Kasus di MI Al Islam Bedono. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan dan Kebudayaan*, 3(2), 01–10. <https://doi.org/10.59031/jkppk.v3i2.600>
- Jatmikowati, T. E., Nuraini, K., Winarti, D. R., & Adwitiya, A. B. (2023). Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1279–1294. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3223>
- Jaya, S. T., & Fauziah, N. (n.d.). *PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PENTINGNYA SARAPAN PAGI DAN KEBUTUHAN GIZI TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR PADA BALITA USIA 3-5 TAHUN DENGAN MEDIA LEAFLET*.
- Martias, L. D. (2021). STATISTIKA DESKRIPTIF SEBAGAI KUMPULAN INFORMASI. *Fihris: Jurnal Ilmu Perpustakaan dan Informasi*, 16(1), 40. <https://doi.org/10.14421/fhrs.2021.161.40-59>
- Nanda, A. A., & Purwanti, O. S. (2023). Kadar Glukosa Darah Berhubungan dengan Fungsi Kognitif pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1263–1273. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.5489>
- Priyoaji, K. S. (2023). *GIFTED UNDERACHIVER: ANALISIS SELF-DETERMINATION THEORY*. 08(01).
- Qolbiyah, A. S., & Indra Purnamanita, E. I. (2022). Teori Pemrosesan Informasi dan Neurosains dalam Pengembangan Metodologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 4(3), 4813–4827. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i3.2822>
- Rahmadani, A., Akbar, M. Y. A., Restavia, O., & Damayanti, D. F. (n.d.). MASLOW'S BEFORE BLOOM'S: PEMENUHAN KEBUTUHAN PSIKOLOGIS PADA INTERAKSI PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI. *Jurnal Psikologi*.
- Rahman, S. (2021). *PENTINGNYA MOTIVASI BELAJAR DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR*.
- Raito, R., & Nurul Baety, P. (2022). Pengaruh Motivasi Prestasi Menurut David McClelland Terhadap Prestasi Akademik Siswa Dalam Pembelajaran PAI Kelas XI AKL Di SMK Ciledug Al-Musaddadiyah Garut. *Masagi*, 1(1), 192–202. <https://doi.org/10.37968/masagi.v1i1.192>
- Rangkuti, M. H. & Meyniar Albina. (2025). Penelitian Korelasional dalam Pendidikan (Metode Penelitian). *Jurnal QOSIM: Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, 3(3), 1054–1063. <https://doi.org/10.61104/jq.v3i3.1504>

- Ridha, M. (2020). Teori Motivasi Mcclelland dan Implikasinya dalam Pembelajaran PAI. *PALAPA*, 8(1), 1–16. <https://doi.org/10.36088/palapa.v8i1.673>
- Salestina Sakliressy, M. C., Kasau, S., & Syahrudin, A. N. (2025). HUBUNGAN STATUS GIZI DAN SARAPAN PAGI DENGAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 4 KABUPATEN HALMAHERA BARAT. *Jurnal Spektrum Kesehatan*, 1(3), 41–49. <https://doi.org/10.37081/rum-kes.v1i3.49>
- Sari, N., Utami, S., Gianovanza, R., Fadhilah, S. M., & Rosyadi, A. F. (2024a). Edukasi tentang Pentingnya Sarapan dalam Membangun Generasi Sehat di SDN 122/VI Sido Makmur I. *BangDimas Jurnal Pengembangan dan Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 82–89. <https://doi.org/10.22437/jppm.v3i2.36750>
- Sari, N., Utami, S., Gianovanza, R., Fadhilah, S. M., & Rosyadi, A. F. (2024b). Edukasi tentang Pentingnya Sarapan dalam Membangun Generasi Sehat di SDN 122/VI Sido Makmur I. *BangDimas Jurnal Pengembangan dan Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 82–89. <https://doi.org/10.22437/jppm.v3i2.36750>
- Sidik, Z., & Sobandi, A. (2018). UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA MELALUI KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL GURU. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3(2), 50. <https://doi.org/10.17509/jpm.v3i2.11764>
- Siti Badriah & Surawan Surawan. (2025). Peran Self-Determination dalam Meningkatkan Ketekunan Belajar Mahasiswa di Era Digital. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(3), 409–423. <https://doi.org/10.61132/observasi.v3i3.1506>
- Syafrinanda, N. V., Kep, S., Kep, M., Indriani, R., Kep, S., Kep, M., Mokodongan, R. S., Si, M., Djafar, I., Kep, S., Kep, M., Djaafar, N. N. S., Sambo, M., Kep, S., & Kep, M. (n.d.). *KEBUTUHAN DASAR MANUSIA*.