

DAFTAR PUSTAKA

- Adeline, N., Marni, E., & Erianti, S. (2021). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan STIKES Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah*, 2.
- Aini, N., & Mujazi. (2021). Hubungan Pola Tidur Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik di SDN Kembangan Utara 06 Pagi. *Prosiding: Seminar Nasional Ilmu Pendidikan Dan Multidisiplin*, 4.
- Amelia, C., & Aprilia, Y. (2019). Hubungan Sarapan Dan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VII SMAN 12 Batam Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 1.
- Andira, A., Mayasari, A., & Wowor, T. (2022). Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Nasional. *Jurnal Promotif Preventif*, 4.
- Azis, Asmawati, Pagarra, H., & Asriani. (2020). Hubungan Asupan Zat Gizi Dengan Hasil Belajar IPA Siswa Pesantren MTs Di Kabupaten Buru. *Jurnal IPA Terpadu*, 1.
- Caessaridha, D. K. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Di Masa Pandemi Covid- 19. *Jurnal Medika Utama*, 2.
- Dewi, Ratna, N. P. S., Citrawathi, & Giana, G. S. (2020). Hubungan Pola Sarapan Dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 2 Banjar. *Jurnal Metematika, Sains, Dan Pembelajarannya*, 14.
- Djamaluddin, A., & Wardana. (2019). *Belajar dan Pembelajaran 4 Pilar Peningkatan Kompetensi Pedagogis* (A. Syaddad (ed.)). CV. Kaaffah Learning Center.
- Faida, N. Al. (2021). Pengaruh Kebiasaan Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa STIKES PERSADA Nabire Provinsi Papua. *IKESMA: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 17.
- Fajar, M. K. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Konsentrasi Siswa SMP Negeri 1 Ngunut Tulungagung. *Journal STAND: Sports and*

Development, 1.

Firdaus, M. N., Ermawati, D., & Rondli, W. S. (2023). Faktor Sarapan Pagi yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar Siswa dan Hasil Belajar Siswa. *JLEB: Journal of Law Education and Bussiness, 1.*

Fitriana, Ahmad, A., & Fitria. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi, 05.*

Gustiawati, I., & Murwani, A. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VII Dan VIII. *Jurnal Kesehatan Poltekkes KemenkHubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VII Dan VIIIes RI Pangkalpinang, 8.*

Haeriyah, S., Ayuningtyas, N., Marsepa, E., & Faidatusyarifah. (2022). Edukasi Pentingnya Sarapan Pagi Pada Remaja. *Jurnal Masyarakat Mandiri, 6.*

Hanim, B., Ingelia, & Ariyani, D. (2022). Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kebidanan Malakbi, 3.*

Illokken, K. E., Ruge, D., LeBlance, M., Cecillie, N., & Nordgard, F. (2022). Associations between having breakfast and reading literacy achievement among Nordic primary school students. *Educatin Inquiry.*

Indriasari, R., Nadjamuddin, U., Sidik, D., & Nastiti, D. (2021). School-Based Nutrition Education Improves Breakfast- Related Personal Influences and Behavior of Indonesian Adolescents: A Cluster Randomized Controlled Study. *PubMed Central, 15.*

Jaeger, J. (2019). Digit Symbol Substitution Test. *Journal of Clinical Psychopharmacology, 28.*

Karna, B., Sankari, A., & Tatikonda, G. (2023). *Sleep Disorder*. National Library of Medicine.

Khoirul, W., & Dyah, Y. (2020). Determinan Kualitas Tidur Pada Santri di Pondok Pesantren. *Higea Journal of Public Health Research and Development, 4.*

Khomsan, A., Anwar, F., & Sukandar, D. (2022). *Pangan dan Gizi Dalam*

Konteks Sosio- Budaya.

- Lengkong, P. T., Kuhon, F., & Wariki, W. (2022). Kualitas Hidup Dengan Kualitas Tidur Remaja SMA Katolik Rex Mundi Manado di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropic*, 10.
- Lestari, S. A., & Rosyada, A. (2022). Analisis Jenis, Jumlah, Mutu Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 29 Palembang. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8.
- Ma'arif, M. Z., Meta, A., & Septianingrum, A. (2021). Hubungan Antara Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdatul Ulama Tuban*, 3.
- Mandl, E. (2022). What Is a Food Coma? Here's What the Science Says. *Healthline*.
- Marvella, R., Kartika, R., & Dewi, H. (2021). Hubungan Sarapan Dengan Prestasi Belajar Siswa Di SMA Negeri 4 Kota Jambi Tahun 2020. *Medic*, 4.
- Mawarni, E. E. (2021). Hubungan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Siswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4).
- Melisa, D. (2019). Identifikasi Konsentrasi Siswa di SMAN 10 Batang Hari. *Schrodinger: Journal of Physics Education*, 1.
- Muhtazah, F., Nugrahini, S., & Kahanjak, D. N. (2023). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Palangka Raya Tahun 2022. *Medica Palangka Raya: Jurnal Riset Mahasiswa*, 1.
- Mustikowati, T., Rukmana, H., Karim, U., & Rahmawati, A. (2022). Hubungan Kebiasaan Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Anak di Sekolah Dasar Negeri Sukawera. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1.
- Mustofa, Z., Lathiful, I., Pangestu, R., Lutfina, R., & Aji, M. (2023). Strategi Peningkatan Konsentrasi Belajar Siswa Dalam Memahami Materi Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam (SKI). *Damhil Education Journal*, 3.

- Nasrullah, A. (2018). *Skripsi Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Kelas VIII Di SMPN 36 Kelurahan Rapak Dalam Samarinda Seberang*.
- Nurlinawati, Oktariana, Y., & Yuliana. (2019). Promosi Kesehatan Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Bernutrisi Bagi Agregate Anak Sekolah Di SDN 205 Kota Jambi. *Medic*, 2.
- Nurul, A., & Rosiana, D. (2022). Hubungan Antara Insomnia dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Kedokteran. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2.
- Octaviani, Y., Rachmawati, K., & Santi, E. (2020). Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Sarapan Siswa Pada SDN Sungai Rangs Hambuku Martapura Barat. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8.
- Permatasari, T., Destani, Y., Pratiwi, C., Yori, K., Rukmana, E., & Irene, A. (2022). Kebiasaan Sarapan, Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi pada Remaja di Kota Medan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4.
- Rafika, Astuty, P., & Setyowati, S. (2018). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Obstetri Gynecologi Dan Ilmu Kesehatan*, 6.
- Rahman, N. (2020). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa Di SD Negeri 02 Danguang- Danguang Kab. Lima Puluh Kota. *Menara Ilmu*, XIV.
- Ramadhani, P. S. (2020). Pentingnya Sarapan Pagi Dalam Menunjang Konsentrasi Belajar Siswa di Sekolah. *Jurnal Tata Kelola Pendidikan*, 2.
- Rima, T., Yusuf, I. R., Nisa, S., Aulia, V., & Kurniati, T. (2020). Pengaruh Sarapan Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 4.
- Ruhamanto, D., & Ramadhan, G. E. (2022). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Siswi Kelas XII IPA SMA Negeri 8 Tangerang Selatan dan SMA Negeri 4 Tangerang Selatan.

SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat, 1.

Sahra, P., & Nareswari, S. (2023). Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar. *Medula*, 13.

Setyani, M. R., & Ismah. (2019). Analisis Konsentrasi Belajar Siswa Dalam Proses Pembelajaran Matematika di Tinjau Dari Hasil Belajar. *Pendidikan Matematika*, 1.

Sinabutar, N. A., & Pratiwi, N. I. (2022). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMK Pustek Serpong Tangerang Selatan Tahun 2020. *Jurnal STIKes IMC Bintaro*, V.

Stevens, L. (2020). *Introduction to Psycology & Neuroscience*. Dalhousie Libraries.

Sukmawati, N. M. H., & Sandi, I. G. (2019). Realibilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur Kualitas Tidur Lansia. *WICAKSANA, Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3.

Sunbanu, V., Djie, S., & Efrisca. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Teknik Sipil Di Politeknik Negeri Kupang Selama Pandemi Covid 19. *Cendana Medical Journal*, 22.

Suni, E., & Singh, A. (2024). *How Much Sleep Do You Need?* Sleep Foundation.

Suraya, Sri, S., Larasati, D., Indraswari, D., Lusiana, E., & Anna, G. T. (2019). "Sarapan Yuk" Pentingnya Sarapan Bagi Anak- Anak. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 2.

Suryanto, I., & Puspita, I. D. (2020). Hubungan Asupan Karbohidrat dan Lemak Dengan Gejala Hipoglikemia Pada Remaja Di SMA Sejahtera 1 Depok. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 4.

Zebua, H. A. (2021). *Skripsi Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa STIKES Santa Elisabeth Medan*. 50.