ULIL ALBAB : Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Vol.4, No.2, Januari 2025

Korelasi antara Asupan Gizi melalui Program Sekolah dan Kemampuan Kognitif Siswa

Marika Situmorang[1], Masduki Ahmad[2], Kamaludin[3]
[1]Universitas Negeri Jakarta
[2]Universitas Negeri Jakarta
[3]Universitas Negeri Jakarta
E-mail: ika.situmorang@gmail.com[1], Masduki@unj.ac.id[2], kamaludin@unj.ac.id[3]

Article History:
Received: 19 Desember 2024
Revised: 04 Januari 2025
Accepted: 06 Januari 2025

Kata Kunci: *Asupan gizi, kemampuan kognitif, makan gratis, mutu pendidikan, siswa*

Abstrak: *Peningkatan mutu pendidikan tidak terlepas dari perhatian terhadap kebutuhan dasar siswa, salah satunya adalah asupan gizi yang memadai. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan korelasi antara program pemberian makan gratis di sekolah dengan kemampuan kognitif siswa. Berdasarkan berbagai kajian teori dan studi terdahulu, gizi seimbang terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap fungsi kognitif, termasuk memori, konsentrasi, dan kemampuan pemecahan masalah. Program pemberian makan gratis di sekolah dapat membantu mengatasi masalah gizi buruk, terutama di kalangan siswa dari keluarga berpenghasilan rendah. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa implementasi program tersebut tidak hanya meningkatkan kemampuan belajar siswa tetapi juga berkontribusi pada peningkatan motivasi dan partisipasi dalam pendidikan. Namun, keberhasilan program ini dipengaruhi oleh kualitas makanan yang disediakan dan konsistensi pelaksanaannya. Artikel ini merekomendasikan penguatan kebijakan dan monitoring pelaksanaan program makan gratis untuk mendukung keberlanjutan serta peningkatan mutu pendidikan.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu pilar utama dalam pembangunan bangsa, yang tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga membentuk karakter generasi penerus. Namun, kualitas pendidikan tidak dapat dipisahkan dari kondisi fisik dan kesehatan siswa. Salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan proses belajar adalah asupan gizi yang memadai. Gizi yang baik bukan hanya menentukan kesehatan fisik, tetapi juga memengaruhi fungsi otak, termasuk kemampuan kognitif seperti konsentrasi, memori, dan pemecahan masalah. Dalam konteks pendidikan, siswa dengan kondisi gizi yang buruk sering kali mengalami kesulitan belajar, rendahnya motivasi, dan prestasi akademik yang tidak optimal.

Sayangnya, permasalahan gizi di kalangan siswa masih menjadi isu yang signifikan, terutama di wilayah dengan tingkat kemiskinan tinggi. Banyak siswa datang ke sekolah dalam keadaan lapar,

sehingga sulit untuk berkonsentrasi dan mengikuti pembelajaran dengan baik. Untuk mengatasi masalah ini, berbagai negara, termasuk Indonesia dalam masa pemerintahan Presiden Prabowo, telah menginisiasi program pemberian makan gratis di sekolah. Program ini diharapkan tidak hanya dirancang untuk mengurangi angka gizi buruk, tetapi juga bertujuan meningkatkan partisipasi dan kualitas pembelajaran siswa.

Pemberian makan gratis di sekolah memiliki potensi besar untuk menjadi solusi jangka panjang dalam mendukung peningkatan mutu pendidikan. Program ini membantu memastikan siswa mendapatkan asupan gizi yang cukup sehingga mereka dapat belajar dengan optimal. Selain itu, program ini juga memberikan dampak sosial yang positif, seperti mengurangi beban ekonomi keluarga, meningkatkan kehadiran siswa, dan memperkuat hubungan antara sekolah dan masyarakat. Namun, efektivitas program ini dalam meningkatkan kemampuan kognitif siswa memerlukan kajian yang lebih mendalam. Apakah pemberian makanan yang disediakan sudah memenuhi standar gizi yang dibutuhkan untuk mendukung fungsi otak? Bagaimana program ini dapat berkontribusi pada prestasi akademik siswa secara langsung? Artikel ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut dengan menggali hubungan antara asupan gizi melalui program sekolah dan peningkatan kemampuan kognitif siswa, serta relevansinya terhadap mutu pendidikan secara keseluruhan. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan hasil pembahasan ini dapat memberikan rekomendasi yang strategis untuk memperkuat program pemberian makan gratis di sekolah sebagai bagian dari upaya peningkatan mutu pendidikan nasional.

LANDASAN TEORI

A. Asupan Gizi Seimbang

Asupan gizi yang optimal memainkan peran krusial dalam perkembangan kognitif anak-anak. Nutrisi yang memadai tidak hanya mendukung pertumbuhan fisik tetapi juga memengaruhi fungsi otak, yang pada gilirannya berdampak pada kemampuan belajar dan prestasi akademik siswa. Untuk itu diperlukan asupan gizi seimbang artinya mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh untuk mendukung fungsi fisiologis, pertumbuhan, dan perkembangan optimal. Menurut *Permenkes RI Nomor 41 Tahun 2014*, gizi seimbang terdiri dari zat makro (karbohidrat, protein, lemak) dan mikro (vitamin, mineral) yang harus dipenuhi melalui pola makan yang bervariasi, aman, dan terjangkau. Gizi seimbang tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga berdampak langsung pada kemampuan otak, terutama dalam mendukung aktivitas kognitif. Kekurangan gizi, seperti defisiensi zat besi atau protein, dapat menghambat pertumbuhan otak dan fungsi neurotransmiter yang penting untuk pembelajaran (Santika et al., 2018).

B. Hubungan Gizi dengan Fungsi Kognitif Berdasarkan Literatur

Penelitian menunjukkan bahwa kekurangan zat gizi tertentu dapat menghambat fungsi kognitif. Defisiensi zat besi, misalnya, dikaitkan dengan penurunan konsentrasi dan daya ingat pada anak-anak (Puspitasari et al., 2021). Asupan natrium berlebih tanpa pengetahuan gizi juga dapat memengaruhi kesehatan dan kemampuan belajar (Novianti et al., 2021). Fungsi kognitif, yang mencakup kemampuan berpikir, mengingat, dan mengambil keputusan, sangat dipengaruhi oleh status gizi. Tarigan et al. (2020) menemukan bahwa siswa dengan asupan zat besi memadai

memiliki skor lebih tinggi pada tes verbal dan matematika, karena zat besi penting untuk pembentukan hemoglobin yang memastikan pasokan oksigen ke otak. Dewi dan Wahyuni (2019) juga menyoroti peran omega-3 dan vitamin D dalam mendukung memori dan konsentrasi. Kekurangan kedua zat ini dapat menyebabkan gangguan belajar dan risiko gangguan perkembangan kognitif. Salah satu peneliti dari local menemukan hubungan yang positif antara status gizi yang baik dengan perkembangan kognitif anak balita. Kartika (2019) juga menekankan pentingnya pemantauan status gizi pada anak sekolah meskipun tidak menemukan hubungan signifikan antara gizi dan kognisi. Pada usia lansia, Wahid dan Sudarma (2018) mencatat adanya hubungan antara lingkar pinggang dan fungsi kognitif. Kesimpulan yang dapat ditarik, status gizi berperan penting dalam mendukung fungsi kognitif. Program makan gratis di sekolah, yang menyediakan makanan kaya zat besi, vitamin, dan mineral, dapat menjadi solusi efektif. Studi oleh Stefani et al. (2020) menemukan konsumsi susu sebagai pelengkap sarapan berhubungan positif dengan prestasi siswa.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk menganalisis korelasi antara asupan gizi melalui program makan gratis di sekolah dan kemampuan kognitif siswa. Analisis dilakukan dengan cara menginterpretasikan temuan-temuan literatur untuk mendapatkan gambaran komprehensif mengenai efektivitas kebijakan tersebut dalam konteks peningkatan mutu pendidikan. Pendekatan ini memungkinkan pemahaman yang mendalam tentang bagaimana kebijakan diterapkan dan dampaknya terhadap masyarakat secara khusus peserta didik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hubungan Status Gizi dan Kemampuan Kognitif

Pemberian makan gratis di sekolah merupakan salah satu intervensi yang terbukti efektif dalam meningkatkan status gizi siswa, terutama di kalangan anak-anak dari keluarga dengan tingkat ekonomi rendah. Intervensi ini bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi harian siswa, yang berdampak langsung pada pertumbuhan fisik, kesehatan, dan kemampuan belajar mereka. Menurut penelitian oleh Rahmawati et al. (2021), pemberian makan tambahan di sekolah-sekolah daerah terpencil Indonesia berhasil menurunkan prevalensi kekurangan gizi sebesar 15% dalam satu tahun pelaksanaan. Program ini juga meningkatkan berat badan siswa yang sebelumnya berada di bawah standar gizi normal. Hal ini konsisten dengan penelitian Santika et al. (2018), yang menunjukkan bahwa siswa yang mendapatkan akses makanan bergizi secara konsisten mengalami peningkatan indeks massa tubuh (IMT) yang signifikan dibandingkan mereka yang tidak mendapatkan manfaat serupa.

Studi global yang dilakukan beberapa peneliti mendukung temuan ini. Misalnya, program *School Feeding Initiative* yang diterapkan di Ghana berhasil mengurangi angka stunting sebesar 20% dalam dua tahun pelaksanaan. Intervensi semacam ini sangat relevan di Indonesia, di mana angka stunting masih cukup tinggi di beberapa wilayah. Pemberian makan gratis di sekolah dapat memastikan asupan gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dan mikro (vitamin, mineral) yang lebih seimbang bagi siswa. Di banyak keluarga dengan keterbatasan ekonomi, makanan harian anak sering kali hanya memenuhi kebutuhan kalori tanpa memperhatikan kualitas gizi. Program

makan gratis memberikan solusi dengan menyediakan makanan yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Penelitian oleh Puspitasari et al. (2021) menunjukkan bahwa program makan gratis yang menyertakan bahan makanan kaya zat besi, seperti sayuran hijau dan daging tanpa lemak, secara signifikan meningkatkan kadar hemoglobin siswa. Hal ini penting, karena anemia defisiensi besi adalah salah satu penyebab utama gangguan konsentrasi dan kelelahan pada anak usia sekolah. Selain itu dari penelitian ditemukan bahwa pemberian makanan yang mengandung omega-3, seperti ikan, dapat membantu meningkatkan fungsi otak dan memori peserta didik. Vitamin A, yang sering kali disertakan dalam program makanan tambahan melalui penggunaan sayuran berwarna cerah, juga terbukti penting untuk meningkatkan daya tahan tubuh anak (Kartika et al., 2019).

2. Meningkatkan Kesehatan dan Mengurangi Ketidakhadiran di Sekolah

Status gizi yang buruk sering kali dikaitkan dengan meningkatnya risiko penyakit pada anak, seperti infeksi saluran pernapasan dan diare. Dengan adanya makanan gratis yang bergizi, risiko ini dapat ditekan. Penelitian oleh Raharjo et al. (2020) menemukan bahwa siswa yang menerima makanan tambahan di sekolah memiliki tingkat absensi yang lebih rendah dibandingkan siswa yang tidak mengikuti program tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian makan gratis juga berkontribusi pada keberlanjutan aktivitas belajar siswa. Status gizi yang baik merupakan fondasi utama untuk perkembangan kognitif yang optimal. Fungsi kognitif, yang mencakup kemampuan berpikir, mengingat, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan, sangat bergantung pada pasokan zat gizi yang mencukupi. Kekurangan zat gizi penting, seperti zat besi, yodium, omega-3, dan vitamin, dapat mengganggu perkembangan otak dan menurunkan performa akademik siswa.

Zat besi merupakan komponen esensial dalam pembentukan hemoglobin, yang bertugas mengangkut oksigen ke otak. Kurangnya pasokan oksigen ke otak dapat menyebabkan kelelahan mental, gangguan konsentrasi, dan penurunan daya ingat. Studi oleh Tarigan et al. (2020) menunjukkan bahwa anak-anak dengan kadar hemoglobin yang cukup memiliki skor lebih tinggi pada tes kemampuan verbal dan matematika dibandingkan anak-anak yang mengalami anemia. Di Indonesia, anemia defisiensi besi masih menjadi salah satu masalah yang signifikan, terutama pada anak usia sekolah. Menurut Riskesdas (2018), prevalensi anemia pada anak usia 5–14 tahun mencapai 26%. Kondisi ini memengaruhi kemampuan belajar, seperti menurunkan daya tangkap siswa dalam memahami pelajaran, sehingga berdampak pada prestasi akademik. Intervensi berupa pemberian suplemen zat besi atau makanan kaya zat besi, seperti sayuran hijau dan daging merah, terbukti dapat meningkatkan performa belajar siswa dalam jangka panjang (Rahmawati et al., 2021).

Omega-3, terutama asam lemak DHA, memiliki peran penting dalam perkembangan dan fungsi otak. Senyawa ini membantu membentuk membran sel otak yang sehat, yang penting untuk komunikasi antar-neuron. Penelitian oleh Dewi dan Wahyuni (2019) menunjukkan bahwa anak-anak yang rutin mengonsumsi ikan kaya omega-3 memiliki kemampuan konsentrasi dan memori jangka panjang yang lebih baik dibandingkan anak-anak dengan asupan omega-3 yang rendah. Kekurangan omega-3 dapat menyebabkan gangguan perilaku, seperti ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), yang memengaruhi kemampuan anak untuk fokus di kelas. Oleh karena itu, penyediaan makanan kaya omega-3 melalui program pemberian makan gratis dapat menjadi langkah strategis dalam mendukung perkembangan kognitif siswa di Indonesia. Yodium

juga memainkan peran kunci dalam fungsi kognitif, karena diperlukan untuk sintesis hormon tiroid yang mengatur perkembangan otak. Kekurangan yodium selama masa kanak-kanak dapat menyebabkan keterlambatan perkembangan mental dan penurunan IQ. Penelitian oleh Puspitasari et al. (2021) mencatat bahwa anak-anak dari daerah dengan kekurangan yodium memiliki nilai IQ rata-rata 10–15 poin lebih rendah dibandingkan anak-anak yang tinggal di daerah dengan kecukupan yodium.

Upaya pemerintah Indonesia dalam mengatasi defisiensi yodium melalui program fortifikasi garam beryodium telah menunjukkan hasil yang positif. Namun, akses terhadap garam beryodium di daerah terpencil masih menjadi tantangan, sehingga diperlukan intervensi tambahan, seperti edukasi gizi dan distribusi makanan yang diperkaya yodium. Vitamin D mendukung perkembangan otak dengan cara meningkatkan neuroplastisitas dan fungsi neurotransmitter. Anak-anak yang kekurangan vitamin D cenderung mengalami gangguan konsentrasi dan daya tangkap yang rendah. Sebuah penelitian oleh Santika et al. (2018) mengungkapkan bahwa siswa dengan kadar vitamin D yang mencukupi menunjukkan hasil yang lebih baik dalam tes pemahaman bacaan dan matematika. Paparan sinar matahari yang cukup dan konsumsi makanan kaya vitamin D, seperti susu fortifikasi dan ikan laut, sangat penting untuk memenuhi kebutuhan harian vitamin D. Program makan gratis di sekolah dapat menjadi media untuk memastikan bahwa siswa mendapatkan asupan ini secara teratur.

3. Relevansi dengan Peningkatan Mutu Pendidikan di Indonesia

Program pemberian makan gratis di sekolah memiliki relevansi yang kuat dengan upaya peningkatan mutu pendidikan di Indonesia. Di negara dengan angka kemiskinan yang signifikan, status gizi anak-anak sering menjadi tantangan utama yang menghambat mereka dalam mengakses dan memanfaatkan pendidikan secara optimal.

a. Meningkatkan Partisipasi dan Kehadiran Siswa

Penelitian oleh Rahmawati et al. (2021) menunjukkan bahwa program pemberian makanan tambahan di sekolah-sekolah dasar di daerah terpencil berhasil meningkatkan kehadiran siswa hingga 25% dalam satu tahun pelaksanaan. Makanan yang disediakan di sekolah mengurangi tekanan ekonomi pada keluarga, terutama di kalangan masyarakat dengan status ekonomi rendah. Hal ini juga diperkuat oleh penelitian Anggraini dan Putri (2020), yang mengungkapkan bahwa program pemberian makanan di sekolah mendorong siswa untuk lebih aktif hadir, terutama di wilayah pedesaan.

b. Pengaruh Positif terhadap Prestasi Akademik

Hubungan antara status gizi dan prestasi akademik telah dibuktikan dalam berbagai penelitian. Studi oleh Wibowo dan Santika (2019) menemukan bahwa anak-anak dengan asupan gizi yang baik cenderung memiliki kemampuan membaca dan berhitung yang lebih tinggi dibandingkan anak-anak dengan status gizi buruk. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingkat kelulusan siswa yang mendapatkan asupan makanan bergizi lebih tinggi sebesar 18% dibandingkan siswa yang tidak mendapatkan intervensi tersebut. Studi serupa yang dilakukan oleh seorang peneliti di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2020, menunjukkan bahwa siswa yang terlibat dalam program pemberian makan gratis mencatat peningkatan rata-rata nilai ujian sebesar 12%. Hal ini menunjukkan dampak positif program terhadap kapasitas belajar dan motivasi siswa untuk meraih hasil akademik yang lebih baik.

c. Mengurangi Angka Putus Sekolah

Salah satu masalah utama pendidikan di Indonesia adalah angka putus sekolah, terutama di kalangan siswa dari keluarga prasejahtera. Program pemberian makan gratis di sekolah dapat menjadi alat penting untuk menurunkan angka tersebut. Menurut penelitian oleh Nugroho dan Lestari (2018), beban ekonomi keluarga menjadi salah satu penyebab utama anak-anak berhenti sekolah. Dengan menyediakan makanan gratis, program ini membantu mengurangi tekanan finansial pada keluarga, yang pada gilirannya mendorong mereka untuk tetap menyekolahkan anak-anaknya.

d. Kontribusi terhadap Perkembangan Sosial dan Kesehatan

Selain dampak akademik, pemberian makan gratis juga memberikan manfaat terhadap perkembangan sosial siswa. Penelitian oleh Widodo (2020) mencatat bahwa anak-anak yang menerima makanan bergizi di sekolah cenderung memiliki interaksi sosial yang lebih baik, terutama dalam kegiatan kelompok. Hal ini disebabkan oleh peningkatan energi dan kemampuan konsentrasi yang mendukung partisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran. Dari sisi kesehatan, program ini turut berkontribusi pada penurunan angka kekurangan gizi pada anak usia sekolah. Menurut survei yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (2019), angka anak dengan status gizi kurang di daerah pelaksanaan program makan gratis menurun sebesar 10% dalam waktu dua tahun. Studi oleh Kartika (2019) di Yogyakarta menunjukkan bahwa meskipun hubungan langsung antara status gizi dan fungsi kognitif tidak selalu signifikan, kekurangan gizi cenderung menurunkan motivasi belajar siswa. Hal ini karena anak-anak dengan status gizi yang buruk sering merasa lelah, kurang fokus, dan cenderung absen dari sekolah lebih sering dibandingkan siswa dengan status gizi yang baik.

4. Penguatan Program Makan Gratis dan implementasi Program

Untuk mengatasi masalah kekurangan gizi yang memengaruhi fungsi kognitif, program makan gratis di sekolah dapat menjadi solusi. Dengan menyediakan makanan yang mengandung zat besi, omega-3, yodium, dan vitamin D, program ini dapat mendukung perkembangan kognitif siswa dan meningkatkan motivasi belajar. Selain itu, program ini juga dapat membantu meringankan beban ekonomi keluarga, sehingga orang tua lebih terdorong untuk menyekolahkan anak mereka (Stefani et al., 2020). Penting untuk menyesuaikan implementasi program pemberian makan gratis dengan kebutuhan lokal. Studi oleh Suharto et al. (2021) menyebutkan bahwa pemanfaatan bahan makanan lokal, seperti singkong, jagung, dan ikan, dapat meningkatkan keberlanjutan program sekaligus memberdayakan komunitas lokal. Hal ini menunjukkan bahwa program makan gratis tidak hanya berdampak pada siswa, tetapi juga mendukung perekonomian masyarakat sekitar sekolah.

Kesimpulan

Dengan berbagai bukti yang ada dari hasil penelitian sebelumnya, pemberian makan gratis di sekolah memiliki relevansi yang besar dalam meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia. Program ini tidak hanya memberikan manfaat langsung berupa peningkatan kehadiran, prestasi akademik, dan kesehatan siswa, tetapi juga memberikan dampak jangka panjang dalam mendukung pembangunan sumber daya manusia yang lebih baik. Oleh karena itu, perlu komitmen yang kuat dari berbagai pihak untuk memastikan keberlanjutan dan perluasan program ini di seluruh Indonesia.

1. Rangkuman Korelasi
   Pemberian makan gratis di sekolah berkontribusi signifikan terhadap peningkatan status gizi, kesehatan, dan kemampuan kognitif siswa. Program ini terbukti menurunkan prevalensi kekurangan gizi, meningkatkan daya ingat, konsentrasi, serta prestasi akademik siswa.

2. Saran Pengembangan Program
   Pengembangan program makan gratis perlu mencakup pemanfaatan bahan lokal untuk keberlanjutan, edukasi gizi untuk keluarga siswa, serta perluasan cakupan ke daerah-daerah terpencil. Komitmen berbagai pihak sangat diperlukan untuk menjadikan program ini sebagai pilar peningkatan mutu pendidikan di Indonesia.

Daftar Referensi

Anggraini, R., & Putri, A. (2020). Dampak Program Pemberian Makanan Tambahan terhadap Kehadiran Siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia, 9*(1), 55–67.

Kartika, D. (2019). Hubungan Status Gizi dengan Fungsi Kognitif pada Anak Usia 12-14 Tahun. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia, 8*(1), 15–23.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Survei Status Gizi Balita di Indonesia. *Laporan Nasional*. Jakarta: Kemenkes RI.

Novianti, T., Santoso, H., & Lestari, A. (2021). Konsumsi Natrium Berlebihan dan Pengaruhnya terhadap Prestasi Belajar Anak. *Jurnal Gizi Seimbang, 10*(2), 65–72.

Nugroho, H., & Lestari, D. (2018). Faktor Ekonomi dan Putus Sekolah di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Pendidikan, 6*(2), 89–95.

Puspitasari, E., Harahap, S., & Yuniarti, R. (2021). Defisiensi Zat Besi dan Dampaknya terhadap Fungsi Kognitif Anak. *Jurnal Gizi Anak Indonesia, 12*(3), 122–133.

Rahmawati, N., Utami, R., & Nugraha, D. (2021). Evaluasi Program Pemberian Makanan Tambahan di Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia, 10*(3), 215–222.

Santika, O., Wibowo, A., & Suwandi, A. (2018). Status Gizi dan Hubungannya dengan Prestasi Akademik. *Jurnal Ilmu Kesehatan Anak*, 10(2), 23–30

Sholicha, S., & Rona, R. (2015). Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Kognitif pada Anak Balita di Daerah Endemi Down Syndrome. *Jurnal Kesehatan Anak Indonesia, 4*(1), 27–34.

Stefani, R., Utomo, B., & Widodo, S. (2020). Pengaruh Sarapan dengan Susu terhadap Prestasi Belajar Anak. *Jurnal Gizi dan Prestasi Akademik, 9*(2), 78–88.

Suharto, T., Prasetyo, A., & Yuliana, R. (2021). Pemanfaatan Bahan Lokal dalam Program Pemberian Makan Gratis di Sekolah. *Jurnal Pembangunan Berbasis Lokal, 5*(1), 12–20.

Tarigan, F., Sihombing, M., & Siregar, R. (2020). Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kemampuan Akademik pada Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Gizi, 3*(4), 189–199.

Wahid, I., & Sudarma, K. (2018). Hubungan Status Gizi dengan Penurunan Fungsi Kognitif pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 7*(1), 50–60.

Widodo, S. (2020). Peran Pemberian Makanan Bergizi dalam Perkembangan Sosial Anak Sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan, 8*(1), 45–55.