

GAMBARAN TINGKAT TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) PADA USIA 6 BULAN SAMPAI 2 TAHUN DI DUSUN SLEKER KECAMATAN GETASAN KABUPATEN SEMARANG

Ummu Muntamah*, Siti Haryani**

Keperawatan Anak, Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
Email : nyfa_izza@yahoo.com
Telp. 08122844804

ABSTRAK

Makanan pendamping ASI merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga. Pengenalan dan pemberian makanan pendamping ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan pencernaan bagi anak. Pemberian makanan pendamping ASI yang cukup kualitas dan kuantitasnya penting untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan a pada perkembangan bayi. Berdasarkan studi pendahuluan, dari 10 ibu yang mempunyai anak usia 6 bulan sampai 2 tahun telah diwawancarai, 2 ibu pengetahuan baik sedangkan 3 ibu pengetahuan cukup dan 5 ibu pengetahuan kurang. Tujuan Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang MP-ASI pada usia 6 bulan sampai 2 tahun di Dusun Sekler Desa Kopeng Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang . Penelitian ini merupakan penellitian *deskriptif* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai anak usia 6 bulan sampai 2 tahun yang bertempat tinggal di dusun sekler dengan teknik pengambilan *Total sampling*, alat pengukuran data berupa kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan. Analisa menggunakan analisa univariat Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pda usia 6 bulan sampai 2 tahun Di Dusun Sleker Desa Kopeng adalah pengetahuan baik yang berjumlah 17 orang (53,3%), pengetahuan cukup dengan 10 orang (33,3%), pengetahuan kurang 4 orang (13,3%). Saran untuk pelayanan kesehatan di Desa dapat dijadikan sebagai masukan dalam meningkatkan pengetahuan pada ibu di desa Kopeng tentang pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pada usia 6 bulan sampai 2 tahun Di Dusun Sleker Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang, sehingga meningkatkan citra pelayanan kesehatan di desa kopeng.

Kata kunci : pengetahuan, makanan pendamping ASI, anak usia 6 bualan sampai 2 tahun

Pendahuluan

Balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat makanan yang relatif lebih banyak dan kualita yang lebih banyak dan kualitas yang lebih tinggi. Hasil pertumbuhan setelah menjadi dewasa sangat tergantung dari kondisi gizi dan kesehatan sewaktu masa balita. Tetapi justru balita merupakan kelompok umur yang paling menderita akibat kekurangan gizi (Sediaoetama, 2004 : 98)

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan dan minuman yang paling sempurna bagi bayi selama bulan-bulan pertama kehidupannya. Sejak awal kelahirannya sampai bayi berusia 6 bulan, ASI merupakan sumber nutrisi utama bayi.

Komposisi ASI sempurna sesuai kebutuhan bayi sehingga walaupun hanya mendapatkan ASI dibeberapa bulan kehidupannya, bayi bisa tumbuh optimal. ASI sangat bermanfaat untuk kekebalan tubuh bayi karena didalamnya terdapat zat yang sangat penting yang sudah terbukti melawan berbagai macam infeksi, seperti ISPA, peradangan telinga, infeksi dalam darah dan sebagainya.

Untuk mencapai tumbuh kembang optimal, di dalam *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*, WHO/UNICEF merekomendasikan empat hal penting yang harus dilakukan yaitu; memberikan air susu ibu kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan ASI secara eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan, memberikan makanan

pendamping air susu ibu (MP-ASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan, dan meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih (Depkes RI, 2006).

Makanan pendamping ASI merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga. Pengenalan dan pemberian makanan pendamping ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan pencernaan bagi bayi/anak. Pemberian makanan pendamping ASI yang cukup kualitas dan kuantitasnya penting untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak yang sangat pesat pada periode perkembangan bayi (Departemen Kesehatan dan Kesejahteraan Sosial RI, 2000).

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) merupakan makanan lain yang selain ASI. Makanan ini dapat berupa makan yang disiapkan secara khusus atau makanan keluarga yang dimodifikasi (Lilian Juwono, 2003 : 65). Pada umur 0-6 bulan, bayi tidak membutuhkan makanan atau minuman selain ASI. Artinya bayi hanya memperoleh susu ibu tanpa tambahan cairan lain, baik susu formula, madu, air teh. Bayi juga tidak diberi makanan padat lain seperti pisang dan nasi lumat, bubur, susu, biskuit, nasi tim dan lain-lain.

MP-ASI harus mulai diberikan ketika bayi tidak lagi mendapat cukup energi dan nutrien dari ASI saja. Untuk kebanyakan bayi, makanan tambahan mulai diberikan pada usia 6 bulan keatas. Pada usia ini MP-ASI sangat penting untuk menambah energi dan zat gizi yang diperlukan (Liliana: 2003 : 72)

Kenyataannya di lapangan masih banyak ibu yang memberikan MP-ASI pada bayinya meskipun umurnya masih belum mencapai 6 bulan. Padahal apabila memberikan MP-ASI terlalu dini, bayi akan minum ASI lebih sedikit dan ibupun memproduksi lebih sedikit, hingga akan lebih sulit untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Di samping itu resiko infeksi dan diare kemungkinan bisa terjadi.

Pada usia 6 bulan, bayi mulai dapat menggigit, mengunyah, dan memamah makanan. Pada masa ini anak mulai tumbuh

giginya, suk memasukkan barang ke mulut, menyukai rasa baru, dan mulai dapat mengunyah. Jika pada masa ini bayi tampak lapar meskipun sering mendapatkn ASI, atau berat badan yang tidk mengalami penambahan yang cukup, ini merupakan tanda bahwa bayi membutuhkan makanan tambahan.

Makan pendamping ASI yang baik adalah makanan yang mengandung energi, protein vitamin, mineral (terutama vitamin C, zat besi, seng, kalsium, dan folat). Makanan yang bersih, tidak mengandung bahan kimia berbahaya, dan nyaman (tidak terlalu panas, pedas, asin, dan bau amis) dan makanan itu disukai anak (Wetscot, 2003 : 86)

Pengetahuan merupakan penampilan dari hasil tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2007 : 3).

Apabila pasangan orang tua memiliki pengetahuan yang baik tentang pentingnya pemberian ASI, maka akan mantap untuk memberikan ASI saja sampai bayi berusia 6 bulan, sebaliknya jika pasangan orang tua tidak memiliki pengetahuan yang adekuat maka orang tua tidak mengerti tentang pentingnya pemberian ASI, dapat dikatakan asal bayi mereka kenyang, sehingga MP-ASI diberikan terlalu dini.

Perawat atau petugas kesehatan sebagai “*educator*” peran ini dilaksanakan dengan membantu klien dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kesehatan, sehingga terjadi perubahan tingkah laku dari klien setelah dilakukan pendidikan kesehatan (Iqbal, 2015 : 76). Mengingat pentingnya pengetahuan ibu tentang pemberian MP-ASI sesuai usia maka petugas kesehatan terutama perawat harus memberikan penyuluhan kepada ibu dan keluarga.

Pendidikan merupakan suatu proses yang sangat kompleks dengan tujuan akhir terjadi perubahan perilaku pada diri seseorang (Alimul, 2007 : 87). Dengan pendidikan yang tinggi kemungkinan seseorang akan lebih tahu dan mudah menerima informasi yang telah didapat dari pendidikannya, sehingga tidak tertinggal oleh adanya informasi yang baru yang dapat mengubah perilaku seseorang. Dan juga

tidak tertinggal oleh adanya informasi yang baru dalam pemberian makanan tambahan yang baru boleh diberikan pada bayi usia 6 bulan ke atas, atau sebaliknya bila pendidikan seseorang rendah kemungkinan akan menghambat seseorang untuk menerima informasi yang baru mengenai pemberian makanan tambahan yang baru boleh diberikan pada bayinya antara usia 6 bulan keatas.

Budaya merupakan kebudayaan dimana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Iqbal, (2007:56) yang telah melekat pada masyarakat kemungkinan sulit untuk diubah karena kebiasaan yang dilakukan oleh masyarakat sehingga akan merekat pada diri seseorang, termasuk budaya dalam pemberian makanan pendamping bagi bayi yang berumur kurang dari 6 bulan. Dengan memberikan nasi pisang lumat yang sebenarnya tidak dibenarkan karena bayi yang berusia kurang dari 6 bulan kemampuan ususnya atau pencernaannya masih terbatas, sehingga makanan masih belum dapat dicerna dengan baik dan dapat menyebabkan diare maupun alergi. Budaya masyarakat yang memberikan dampak yang negatif dengan adanya MP-ASI yang seharusnya di berikan pada bayi usia 6 bulan keatas. Tetapi sudah di berikan pada usia kurang dari 6 bulan.

Peran keluarga menggambarkan seperangkat perilaku interpersonal sifat kegiatan yang berhubungan dengan individu dalam posisi dan situasi tertentu. Keberhasilan dalam memberikan makanan pada bayi tidak hanya tergantung pada ibu saja, tetapi dukungan dan peran serta keluarga mempunyai peran yang sangat penting dalam pemberian nutrisi pada bayi. Keluarga sebaiknya memahami mengenai MP-ASI, terutama mengenai kapan MP-ASI harus diberikan, jenis, bentuk dan jumlahnya. Peran keluarga berperan penting bagi pemeliharaan kesehatan keluarga. Keluarga yang terdiri dari ibu, ayah, dan anak harus mempunyai sifat yang positif terhadap situasi dalam keluarga kemungkinan ibu dapat memberikan makanan pendamping secara benar. Dampak apabila pemberian MP-ASI terlalu

dini maka bayi akan mendapat zat imun ASI lebih sedikit, sehingga resiko infeksi meningkat. Resiko diare juga meningkat karena makanan tambahan tidak sebersih ASI (Nasrul Effendi, 1998 :34).

Tahun 2012 penelitian yang pernah dilakukan oleh Dwi Lestari tentang tingkat pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pada usia 6-24 bulan Di Desa Rembun, Nogosari, Boyolali. Dari hasil penelitian yang dilakukan , tingkat pengetahuan ibu cukup tentang makanan pendamping ASI, hal ini dapat di buktikan dengan hasil penelitian oleh peneliti yaitu sekitar 64,44% ibu berpengetahuan cukup tentang makanan pendamping ASI, sekitar 17,88% ibu berpengetahuan baik tentang makanan pendamping ASI, dan sekitar 17,88% ibu berpengetahuan kurang tentang makanan pendamping ASI.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada tanggal 20 Maret 2015, didapat hasil penelitian di Dusun Sleker Desa Kopeng terdapat 40 ibu menyusui yang mempunyai anak usia 6 bulan sampai 2 tahun Dusun Sleker. Dari 10 (100%) ibu – ibu yang mempunyai anak usia 6 bulan sampai 2 tahun telah diwawancarai, 2 (20%) ibu memiliki pengetahuan baik tentang makanan pendamping ASI yang baik untuk gizi anak mereka, seperti jenis-jenis makanan pendamping ASI usia 6 bulan sampai 2 tahun sedangkan 3 (30%) ibu memiliki pengetahuan cukup tentang makanan pendamping ASI yang baik untuk anak mereka, seperti jenis-jenis makanan pendamping ASI usia 6 bulan sampai 2 tahun dan 5 (50%) ibu memiliki pengetahuan kurang tentang tentang makanan pendamping ASI yang baik untuk gizi anak mereka, seperti jenis-jenis makanan pendamping ASI usia 6 bulan sampai 2 tahun .

Berdasarkan fenomena – fenomena diatas peneliti tertarik untuk mengidentifikasi tingkat tingkat pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI yang dilakukan di Dusun Sleker Desa Kopeng dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Pada Usia 6 Bulan Sampai 2 Tahun Di

Dusun Sleker Desa Kopeng Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang”.

Tujuan penelitian

1. Tujuan umum
Mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang MP-ASI pada usia 6 bulan sampai 2 tahun di Dusun Sekler Desa Kopeng Kec. Getasan Kab. Semarang .
2. Tujuan khusus
 - a. Untuk mengetahui karakteristik responden (pendapatan, status pekerjaan dan usia ibu)
 - b. Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang MP-ASI di Dusun Sekler Desa Kopeng Kec. Getasan Kab. Semarang.

Manfaat

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan metode deskriptif dengan menggunakan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak usia 6 bulan sampai 2 tahun Di Dusun Sekler Desa Kopeng Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang. Yang berjumlah 40 responden. Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 responden ibu yang anak usia 6 bulan sampai 2 tahun . penelitian ini akan dilaksanakan pada ibu yang mempunyai anak usia 6 bulan sampai 2 tahun Di Dusun Sleker Desa Kopeng Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang.

Sedangkan untuk melakukan penelitian pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pada usia 6 bulan sampai 2 tahun, menggunakan kuesioner. Hasil uji validitas 0,483-0,747. Terlihat bahwa nilai-nilai ini lebih besar dari r tabel 0,444. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semua item-item dalam kuesioner pengetahuan tersebut dapat dinyatakan valid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Umur

Hasil penelitian pada umur responden didapatkan rata-rata paling banyak pada umur antara 20-35 tahun sebanyak 28 orang (93,3%) dari 30 responden (**tabel,1**). Pada penelitian ini

ditemukan cenderung usia produktif. Menurut Notoatmodjo (2012 : 6), Semakin tua umur seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu, bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun. Dari uraian ini maka dapat kita simpulkan bahwa bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang di perolehnya, akan tetapi pada umur-umur tertentu atau menjelang usia lanjut kemampuan penerimaan atau mengingat suatu pengetahuan akan berkurang.

Bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu bagi ibu-ibu yang mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga. Seorang yang memerlukan banyak waktu dan tenaga untuk menyelesaikan pekerjaan yang dianggap penting dan memerlukan perhatian dengan adanya pekerjaan. Masyarakat yang sibuk akan memiliki waktu yang sedikit untuk memperoleh informasi, sehingga tingkat pendidikan yang mereka peroleh juga berkurang, sehingga tidak ada waktu untuk memberikan ASI pada bayinya dan cenderung memberikan MP-ASI pada bayi (Kristina, 2015 : 15).

Hasil penelitian pada pendapatan responden didapatkan rata-rata paling banyak rendah (kurang dari UMK), yaitu sejumlah 19 orang (63,3%).

Menurut Kritina (2003 : 15), faktor sosial ekonomi sangat berperan dimana sosial ekonomi yang cukup atau baik akan memudahkan mencari pelayanan kesehatan yang lebih baik. Faktor ekonomi berkaitan erat dengan konsumsi makanan atau dalam penyajian makanan keluarga khususnya dalam pemberian MP-ASI. Kebanyakan penduduk dapat dikatakan masih kurang mencukupi kebutuhan dirinya masing-masing. Keadaan umum ini dikarenakan rendahnya pendapatan yang mereka peroleh dan banyaknya anggota keluarga yang harus diberi makan dengan jumlah pendapatan rendah

Analisa Univariat

Pada penelitian ini Pada tabel 5.4 menunjukkan gambaran mengenai pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pada bayi usia 6 bulan sampai 2 tahun. Dari 30 responden, 16 orang (53,3%) di katagorikan berpengetahuan baik, 10 orang (33,3%) dikatagorikan berpengetahuan cukup dan 4 orang (13,3%) dikatagorikan berpengetahuan kurang. Jadi mayoritas pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada usia 6 bulan sampai 2 tahun Di Dusun Sleker Desa Kopeng pad tingkat katagori baik dengan jumlah 16 responden dengan prosentase 33,3%.

Pengetahuan adalah hasil tahu dari manusia, yang sekedar menjawab “*what*”, sedang ilmu (*science*) bukan sekedar menjawab “*what*”, melainkan akan menjawab pertanyaan “*Why* dan *How*”(Notoatmodjo, 2010 : 1).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya ada umur, lingkungan, sosial budaya, pendidikan dan informasi (Notoatmodjo, 2003:1).

Pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI adalah baik , maka ibu akan memberikan makan pemdamping ASI tepat pada waktunya. sehingga ibu akan mengenali tentang pengertian makanan pendamping ASI, jenis-jenis makanan pendamping ASI, waktu pemberian makanan pendamping ASI dan resiko dari pemberian makanan pendamping ASI bila tdak tepat. Pengetahuan ibu rendah tidak akan mengetahui tentang makanan pendamping ASI (Waryana, 2010 : 16).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisa data yang data dalam penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut: Pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pada usia 6 bulan sampai 2 tahun pada kategori baik dengan prosentase 53,3%. Pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pada usia 6 bulan sampai 2 tahun pada katagori cukup dengan prosentase 33,3%. Pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pada

usia 6 bulan sampai 2 tahun pada kategori kurang dengan prosentse 13,3%. Pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI pada usia 6 bulan sampai 2 tahun mayoritas pada kategori baik dengan prosentase 53,3%.

Saran bagi institusi pendidikan hasil dari penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai informasi tambahan tentang pengethuan ibu tentang makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada usia 6 bulan sampai 2 tahun, sehingga kedepannya ilmu yang diperoleh dari informasi ini. Bagi posyandu iharapkan bidan dan kader-kader lebih bisa menyebarkan informasi tentang makanan pendamping ASI dan tahapan pemberian makanan pendamping ASI melalui penyuluhan. Bagi peneliti lain diharapkan mengadakan penelitian tentang makanan pendamping ASI dengan variabel penelitian sehingga di dapatkan hasil yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, (2008). *Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)*. Diakses 22 Desember 2008 dari <http://parentingislami.wordpress.com/2008/05/27/makaan-pendamping-asi-mp-asi>.
- Arikunto , S. (2006). *Prosedur Penelitian , Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta Bandung : alfabeta.
- Departemen Kesehatan RI. (2008). *Riset Kesehatan Dasar 2007*. Jakarta: Balitbangkes Depkes RI.
- Depkes dan Depsos, (2000). *Kesediaan Bahan Makanan Dirumah Tangga*. Jakarta.
- Depkes RI. (2006). *Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Asi* . diakses tahun 2006. Jakarta Depkes RI.
- Hidayat , A.A.A. (2005). *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak 1*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat, A.A.A. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Tehnik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.

- Juwono, L. (2003). *Pemberian Makanan Tambahan Untuk Anak Menyusu*. Jakarta : EGC.
- Kishore, (2005). *Makanan Tambahan Untuk Si Kecil*. Diakses 13 November 2008 dari <http://www.tabloid-nakita.Com/iklan/ffbannanjuli.html>.
- Moehyi, S. (2008). *Bayi Sehat Dan Cerdas Melalui Gizi Dn Makanan Pilihan, Panduan Asupan Gizi Untuk Bayi Dan Balita*. Jakarta : Pustaka Mina.
- Muaris, H. (2006). *Sarapan Sehat Untuk Anak Balita*. Jakarta : Gamedia Pustaka utama.
- pertiwi, N. (2009). *Hubungan Antara Kesesuaian Pemberia Makanan Pendamping Asi Dengan Kejadian Gizi Buruk Pada Balita (6-24 Bulan)*.
- Effendi, N. (1998). *Dasar-dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Edisi 2. Jakarta : EGC.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka cipta.
- Notoatmodjo. S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2011). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Pudjiadi, S. (2002). *Ilmu Gizi Klinis Pada Anak*. Jakarta : FKUI.
- Syafrudin dkk. (2009). *Ilmu Kesehatan Masyarakat Untuk Mahasiswa Kebidanan*. Tran informedia Jakarta.
- Sediaoetama. (2004). *Ilmu gizi Untuk Mahasiswa Dan Profesi Jilid I*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Setiadi. (2013). *Konsep Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Edisi kedua. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiawan, (2010). *Metodelogi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta : Nuha medika.
- Sukmadinata,(2003). *Informasi Dan Pengetahuan*. Jakarta :Bina Rrupa aksra.
- Sugiyono. (2008). *Metodelogi Penelitian Kualitatif Kuantitatif Dan R & D*.
- Sunartyo, N. (2005). *Panduan Merwat Bayi Dan Balita Agar Tumbuh Sehat Dan Cerdas*. Yogyakarta : Diva Press.
- Iqbal, Wahid. (2015), *Pengantar Riset Keperawatan Komunitas*, Jakarta: CV Sagung Seto.
- Waryana. (2010). *Gizi reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Patsy, W. (2003). *Makanan Sehat untuk Bayi dan Balita*. Jakarta :Dian Rakyat.