

GAMBARAN STATUS GIZI DAN POLA MAKAN ANAK BALITA PADA IBU PEKERJA PABRIK DI KELURAHAN SRAGI KABUPATEN PEKALONGAN

Oleh : Ika Emika

Abstrak

Memperhatikan asupan gizi dan konsumsi makanan sehari – hari amat penting. Setelah usia anak mencapai 2 tahun, pertumbuhan masih berlanjut selama masa kanak – kanak (2–5 tahun) dan sampai remaja. Namun pertumbuhan 2-5 tahun tidak secepat usia sebelumnya (0-2 tahun). Kekurangan gizi pada saat ini mengakibatkan gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, sehingga perlu perhatian khusus. Kecukupan asupan makanan tidak hanya tergantung pada ketersediaan makanan, tetapi juga ada faktor lain, seperti budaya, lingkungan, dan interaksi sosial. Pola makan juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak. Ibu memberikan pengaruh kuat dalam pemberian makan anak. Peningkatan perempuan (dan terutama ibu) bekerja sering dikaitkan dengan peningkatan obesitas, alasannya bahwa ibu bekerja menghabiskan lebih sedikit waktu dirumah dan dengan demikian mungkin juga sedikit waktu menyiapkan makanan dan mengurus anak – anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi dan pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik. Desain penelitian ini bersifat deskriptif. Sampel penelitian adalah anak balita di kelurahan Sragi yang memiliki ibu sebagai pekerja pabrik sebanyak 61 orang dengan teknik *total sampling*. Alat pengumpulan data adalah kuesioner pola makan dan alat pengukur tinggi badan dan berat badan. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa sebagian besar anak balita yang memiliki ibu sebagai pekerja pabrik berstatus gizi normal, yaitu 59,02% dan pola makan yang baik, sebanyak 78,7%. Kesimpulan yang didapat dari penelitian ini adalah anak balita dengan ibu yang bekerja sebagai pekerja pabrik tetap mempunyai status gizi yang normal dan pola makan yang baik, walau masih ada beberapa anak balita yang memiliki status gizi kurus dan gemuk.

Kata kunci : Status Gizi, Pola Makan, Ibu Pekerja Pabrik

PENDAHULUAN

Tujuan pembangunan kesehatan menuju Indonesia Sehat 2015 adalah meningkatkan kesadaran, keamanan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan yang optimal, terciptanya masyarakat, bangsa dan negara Indonesia yang ditandai dengan perilaku yang

sehat dan memiliki kemampuan untuk menjangkau pelayanan kesehatan yang optimal di seluruh Indonesia (Depkes, RI, 2010).

Kesehatan yang paling diperhatikan oleh *World Health Organization* (WHO) adalah kesehatan ibu hamil dan anak. Memperhatikan asupan gizi dan konsumsi makanan sehari – hari amat penting. Tanner

and Whitehouse tahun 1990 (dikutip dalam Rusilanti dan Istiany 2014, h.117) mengatakan bahwa setelah usia anak mencapai 2 tahun, pertumbuhan masih berlanjut selama masa kanak – kanak (2–5 tahun) dan sampai remaja. Namun pertumbuhan 2-5 tahun tidak secepat usia sebelumnya (0-2 tahun). Dalam pengamatan, tampak laju pertumbuhan anak mulai melambat dan konstan, namun meningkat lagi ketika menginjak usia pubertas. Pola pertumbuhan dari tinggi badan anak usia 2-5 tahun terlihat dalam gambar laju tinggi badan anak sejak lahir sampai usia remaja. Secara paralel terjadi perubahan nafsu makan dan jumlah asupan makanan. Anak pada usia ini lebih suka melihat dunia sekitarnya daripada makanan. Biasanya ibu – ibu kurang mengetahui terjadinya soal pertumbuhan nafsu makan dan asupan makanan, sehingga menimbulkan kecemasan dengan mengupayakan berbagai cara agar jumlah asupan makanan anak tidak berkurang.

Berg tahun 1986 (dikutip dalam Rusilanti dan Istiany 2014, h.131) mengatakan bahwa usia balita merupakan masa yang sangat menentukan hari depan anak. Kekurangan gizi pada saat ini akan mengakibatkan gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, sehingga perlu perhatian khusus. Syarif tahun 1997 (dikutip dalam Rusilanti dan Istiany 2014,h.131) menyatakan bahwa unsur gizi merupakan

faktor yang penting dalam pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas. Untuk mencapai status gizi yang baik diperlukan upaya perbaikan konsumsi pangan, baik kuantitas maupun kualitasnya.

Kecenderungan pada orang awam yang menyatakan bahwa anak – anak yang berbadan gemuk adalah anak yang berkecukupan gizi dan sehat, saat ini harus dibuang. Kegemukan merupakan problem yang serius pada masa kanak – kanak awal. Kegemukan akan menyulitkan anak untuk bergerak padahal pada umumnya anak – anak diusia ini senang bergerak. Santrock tahun 1995 (dikutip dalam Soetjiningsih 2014, h.189) menyatakan bahwa kegemukan dapat dicegah bila orang tua memberi dan memilih makanan untuk anak – anaknya tidak berdasarkan “makanan sebagai bukti kasih sayang atau hadiah atas perilaku baik,” tetapi lebih didasarkan pada “makanan sebagai suatu cara untuk memenuhi kebutuhan tubuh dan gizi mereka.”

Kecukupan asupan makanan tidak hanya tergantung pada ketersediaan makanan, tetapi juga pada faktor – faktor lain, seperti budaya, lingkungan, dan interaksi sosial. Perilaku makan anak memiliki hubungan dengan kebiasaan makan orangtua. Banyak penelitian menunjukkan bahwa orangtua secara sadar maupun tidak sadar telah menuntun kesukaan makan anak dan

membentuk gaya makan anak sama seperti mereka. (Rusilanti dan Istiany 2014, h.157)

Pola makan juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak. Seperti jumlah macam makanan dan jenis serta banyaknya bahan makanan, biasanya berkembang dari pangan setempat atau dari pangan yang telah ditanam di tempat tersebut untuk jangka waktu yang panjang. Selain itu kelangkaan pangan dan kebiasaan bekerja dari keluarga berpengaruh pula pada pola pangan. Di beberapa daerah pedesaan di Asia Tenggara umumnya makan satu dua kali sehari. Kalau hanya satu kali makan setiap hari, maka konsumsi pangan terutama bagi anak – anak, mungkin sekali kurang. (Suhardjo 2003, hh.22-23)

Menurut Satoto tahun 1990 (dikutip dalam Rusilanti dan Istiany 2014, h. 131) faktor yang cukup dominan yang menyebabkan meluasnya keadaan gizi kurang ialah perilaku yang kurang benar dikalangan masyarakat dalam memilih dan memberikan makanan kepada anggota keluarganya, terutama kepada anak – anak. Oleh karena itu, berbagai kegiatan harus dilaksanakan untuk memberikan makanan (*feeding*) dan perawatan (*caring*) yang benar untuk mencapai status gizi yang baik. *Feeding* dan *caring* melalui pola asuh yang dilakukan ibu kepada anaknya akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Peran

ibu selaku pengasuh dan pendidik di dalam keluarga dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak secara positif maupun negatif, karena dalam berinteraksi dengan anak sehari – hari, seorang ibu dapat memainkan berbagai peran yang secara langsung akan berpengaruh pada anak.

Dampak kekurangan gizi pada anak, antara lain: ada penyimpangan bentuk tubuh, misalnya kurus atau mempunyai perawakan pendek, kurang energi sehingga tubuh menjadi lebah dan kurang berminat terhadap kegiatan disekelilingnya, gangguan kesehatan, yaitu mudah terserang penyakit seperti infeksi, kurang kalori protein, dan avitaminosis (kekurangan vitamin), penampilan yang tidak sehat, misalnya tidak bugar, kulit tidak bercahaya dan kendur, mata tidak jernih, dan gigi berlubang, perkembangan kecerdasan kurang optimal karena kekurangan gizi akan memengaruhi perkembangan sel – sel otak (Soetjiningsih 2014, h. 255).

Ibu memberikan pengaruh kuat dalam pemberian makan anak. Ini telah dibuktikan oleh sebuah penelitian yang dilakukan oleh Johansen et al. (2006) yang menyatakan bahwa berat badan anak ditemukan terkait erat dengan BMI ibu tapi tidak dengan ayah. Faktor interaksi ibu-anak ini dikatakan oleh Craviota dan De Licardie dalam Satoto tahun 1990 (dikutip dalam Rusilanti dan Istiany 2014, h. 137) sebagai faktor internal. Faktor

ini mencakup dua bagian, yaitu interaksi ibu-anak, sebagai suatu pola perilaku yang mengikat ibu dan anak secara timbal balik; dan stimulasi dalam keluarga, yang mencakup berbagai upaya keluarga, yang secara langsung maupun tidak langsung memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Cara ibu dalam mengasuh anak cukup beragam, dan hasilnya juga menunjukkan bermacam – macam karakteristik anak. Cravioto dan De Licardie mengatakan bahwa “Dibandingkan dengan ibu – ibu yang lain dalam lingkungan yang sama, ibu – ibu yang tertutup, defensif, kurang tanggap terhadap pencapaian prestasi anak, kurang hangat, dan sedikit bicara, cenderung mempunyai anak yang kurang gizi”. Hubungan yang baik antara ibu dan anak harus memperhatikan kebutuhan – kebutuhan anak tersebut (Rusilanti 2014, h.138). Meningkatnya partisipasi perempuan dalam bekerja telah menyebabkan kekhawatiran tentang kesehatan anak, terutama dalam hal peningkatan obesitas anak (Gaina, 2009). Peningkatan perempuan (dan terutama ibu) bekerja sering dikaitkan dengan peningkatan obesitas. Alasannya adalah bahwa ibu bekerja menghabiskan lebih sedikit waktu di rumah dan dengan demikian mungkin juga sedikit waktu menyiapkan makanan dan mengurus anak-anak yang dapat mengakibatkan peningkatan perilaku makan yang tidak sehat (Alfonso, 2013).

Pada saat ini, Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang pada umumnya disebabkan oleh kemiskinan; kurangnya persediaan pangan; kurang baiknya kualitas lingkungan (sanitasi); kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan; dan adanya daerah miskin gizi (iodium). Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan. (Almatsier 2009, h. 301)

Rumusan masalah adalah “Bagaimana gambaran status gizi dan pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik di Kelurahan Sragi Kabupaten Pekalongan?”

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini bersifat deskriptif yaitu mendeskripsikan suatu keadaan untuk mengetahui gambaran status gizi dan pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran status gizi dan pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik di Kelurahan Sragi Kabupaten Pekalongan.

Sampel dalam penelitian adalah anak balita di Kelurahan Sragi yang memiliki ibu sebagai pekerja pabrik. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*.

Pengolahan data melalui langkah-langkah *editing, coding, processing dan cleaning*. Penelitian ini menggunakan analisa univariat untuk menggambarkan status gizi dan pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik di Kelurahan Sragi Kabupaten Pekalongan.

Tabel 5.3.
Tabulasi Silang Status Gizi dan Pola Makan Anak Balita Pada Ibu Pekerja Pabrik di Kelurahan Sragi Kabupaten Pekalongan 2016

Status Gizi	Pola Makan			Total
	Baik	Cukup	Kurang	
Sangat Kurus	2			2
Kurus	3			3
Normal	27	9		36
Gemuk	9	4		13
Sangat Gemuk (Obesitas)	7			7
Total	48	13		61

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Tabel 5.1.
Distribusi Status Gizi Anak Balita pada Ibu Pekerja Pabrik di Kelurahan Sragi Kabupaten Pekalongan 2016

Status Gizi	Frekuensi (n)	(%)
Sangat Kurus	2	3,3
Kurus	3	4,9
Normal	36	59,02
Gemuk	13	21,31
Sangat Gemuk (Obesitas)	7	11,47
Total	61	100

Tabel 5.2
Distribusi Pola Makan Anak Balita pada Ibu Pekerja Pabrik di Kelurahan Sragi Kabupaten Pekalongan 2016

Pola Makan	Frekuensi (n)	(%)
Baik	48	78,7
Cukup	13	21,3
Kurang	0	0
Total	61	100

B. Pembahasan

1. Gambaran status gizi anak balita

ada ibu pekerja pabrik

Hasil penelitian diketahui

bahwa 59,02 % responden status gizi

anak balita pada ibu pekerja pabrik

normal, sedangkan untuk status gizi

anak balita dengan kategori sangat

kurus sebanyak 3,3 %, kurus sebanyak

4,9 %, gemuk sebanyak 21,31 %, dan

sangat gemuk sebanyak 11,47 %. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian besar anak balita yang memiliki ibu pekerja pabrik memiliki status gizi yang baik. Kemampuan ibu dalam memenuhi gizi anak sangat penting untuk menjaga status gizi anak agar tetap dalam keadaan normal. Seperti yang dibahas oleh Rusilanti & Ari Istiany (2014), sebagai *gate keeper*, yaitu orang yang menentukan bahan makanan yang akan dibeli, dimasak, dan disiapkan, ibu memainkan peranan penting dalam menatalaksanakan pangan/makanan bagi anak balita. Tanggungjawab ibu-lah seorang anak mendapatkan asupan (*intake*) makanan yang bergizi, sesuai dengan kebutuhan.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Chindar Bumi (2005) bahwa perhatian ibu yang bekerja terhadap tingkat konsumsi energi anak balita relatif cukup. Dalam penelitian tersebut ada kecenderungan

bahwa dengan tingkat konsumsi energi yang sedang dan baik mempunyai status gizi yang baik juga.

Pola makan yang kurang baik dapat menyebabkan anak kelebihan konsumsi sehingga menyebabkan masalah gizi seperti gemuk dan obesitas. Hal ini sesuai dengan Suhardjo (2008, hh. 20-29) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah pola makan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak balita yang memiliki ibu sebagai pekerja pabrik tetap memiliki pola makan yang baik, akan tetapi masih ada anak balita dengan status gizi kurus, sangat kurus, gemuk dan obesitas.

Responden yang mempunyai status gizi gemuk atau obesitas disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain disebabkan anak – anak makan terlalu banyak tetapi sedikit bergerak. Bila anak – anak mengkonsumsi lebih

banyak kalori daripada kalori yang mereka buang melalui olah gerak dan perkembangan fisik yang normal, mereka akan mendapatkan kelebihan berat badan. Faktor resiko lain yang menyebabkan anak memiliki obesitas adalah masalah genetik, faktor psikologi dan faktor keluarga / sosial (Misnadiarly 2007, hh. 118 - 119).

Secara garis besar, masalah gizi merupakan dampak dari ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran gizi (*nutrisional imbalance*), yaitu asupan yang melebihi keluaran atau sebaliknya, disamping dari kesalahan dalam memilih bahan makanan untuk disantap (Ari & Rusilanti 2014, h. 128). Anak yang memiliki status gizi kurus atau bahkan sangat kurus dimungkinkan karena anak memiliki aktivitas yang berlebih dan asupan yang diberikan tidak sanggup mencukupinya.

2. Gambaran pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik di Kelurahan Sragi I Kabupaten Pekalongan

Hasil penelitian diketahui bahwa pola makan anak balita baik sebanyak 78,7 % dan cukup sebanyak 13 21,3 %. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik baik dan tidak ada pola makan anak yang kurang. Seperti dalam Rusilanti & Ari Istiany (2014) pola asuh makan adalah praktek - praktek pengasuhan yang diterapkan ibu kepada anak balitanya yang berkaitan dengan cara dan situasi makan (Karyadi, 1985). Jumlah dan kualitas makanan yang dibutuhkan untuk konsumsi anak penting sekali dipikirkan, direncanakan, dan dilaksanakan oleh ibu. Pola asuh makan anak akan selalu terkait dengan kegiatan pemberian makan, yang

akhirnya memberikan sumbangan status gizinya.

Peran ibu sebagai penyedia makanan bagi anak dalam hal ini bisa dikatakan baik. Seperti dalam Yupi (2004) harus selalu ada keseimbangan antara pekerjaan dan kepentingan anggota keluarga itu sendiri. Hal ini bertentangan dengan hasil temuan McIntosh dan Bauer (2006) yang mengatakan bahwa ibu yang tidak bekerja lebih mampu untuk mengatur pola makan anak mereka, sehingga anak – anak mendapatkan makanan yang sehat dan bergizi. Hal ini berarti bahwa ibu yang bekerja sebagai buruh pabrik tetap bisa mengatur pola makan anak mereka dengan baik sehingga anak – anak mereka tetap mendapatkan asupan gizi yang baik.

Dari tabulasi silang pada tabel 5.3 dapat dilihat bahwa sebagian besar anak dengan status gizi normal juga memiliki pola makan yang baik, yaitu

sebanyak 16,47%. Sedangkan anak dengan status gizi kurus dan sangat kurus juga memiliki pola makan yang baik. Hal ini dimungkinkan karena ada faktor lain yang mempengaruhi status gizi anak menjadi bermasalah selain dari status ibu yang bekerja diluar rumah.

SIMPULAN

1. Gambaran status gizi anak balita pada ibu pekerja pabrik sebagian besar masih dalam kategori yang normal sebanyak 36 responden (59,02 %), gemuk sebanyak 13 responden (21,31 %), sangat gemuk sebanyak 7 responden (11,47 %), kurus sebanyak 3 responden (4,9 %) dan sangat kurus sebanyak 2 responden (3,3 %)
2. Gambaran pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik baik sebanyak 48 responden (78,7 %) dan cukup sebanyak 13 responden (21,3 %).

SARAN

1. Bagi Puskesmas Hasil dari penelitian ini masih ditemukan beberapa balita yang memiliki status gizi kurang dan lebih. Puskesmas

harus lebih melakukan pendekatan dengan masyarakat, terutama yang memiliki anak dengan status gizi kurang dan lebih, agar mau memeriksakan anaknya ke puskesmas atau posyandu terdekat. Beberapa ibu menolak memeriksakan anaknya ke puskesmas dengan alasan malu tetangganya akan tau masalah anaknya. Puskesmas harus membantu para ibu agar tidak malu lagi untuk memeriksakan anaknya.

2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini memang menunjukkan bahwa pola makan anak balita pada ibu pekerja pabrik masih dalam kategori baik dan cukup, akan tetapi, masih ada beberapa anak yang memiliki status gizi kurang dan lebih. Para ibu harus mengetahui bahwa ada faktor lain yang menyebabkan status gizi anak menjadi kurang dan lebih. Selain itu, untuk ibu yang memiliki anak dengan status gizi kurus dan sangat kurus harus mau memeriksakan anaknya ke puskesmas,

sehingga ibu bisa mengetahui apa yang menyebabkan anaknya memiliki masalah status gizi tersebut dan anaknya bisa kembali dengan status gizi normal.

3. Bagi Penelitian

Penelitian ini memiliki kekurangan yaitu hanya menggunakan desain univariat, sehingga hasilnya bersifat deskriptif saja. Penelitian ini bisa diteruskan dengan menghubungkan variabel ibu pekerja pabrik dengan status gizi dan pola makan anak balita. Selain itu, penelitian ini juga masih memiliki kekurangan dalam hal instrumen penelitian yang hanya menggunakan kuisisioner sehingga memungkinkan adanya ketidakjujuran responden dalam menjawab. Untuk penelitian selanjutnya bisa dilakukan observasi untuk mendapatkan hasil yang lebih valid.

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier, Sunita 2002, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.

- Arisman 2004, *Gizi Dalam Daur Kehidupan*, EGC, Jakarta.
- Dharma, Kelana Kusama 2011, *Metodologi Penelitian Keperawatan*, Trans Info Media, Jakarta.
- Friedman, Marilyn M 2011, *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: riset teori dan praktik - Edisi ke 5*, EGC, Jakarta.
- Hidayat, A. Aziz Alimul 2007, *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*, Salemba Medika, Jakarta.
- Imron dan Amrul Munif 2010, *Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan*, Sagung Seto, Jakarta.
- Istiany, Ari dan Rusilanti 2014, *Gizi Terapan*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Khomsan, Ali 2004, *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*, RajaGrafindo Persada, Jakarta.
- Mardella, Eka Anisa & Pamilih Eko Karyuni 2011, *Buku Saku Nutrisi*, EGC, Jakarta.
- Meadow, Sir Roy dan Simon J. Newell 2005, *Lecture Notes Pediatrika*, Erlangga, Jakarta.
- Misnadiarly 2007, *Obesitas*, Pustaka Obor Populer, Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo 2005, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo 2012, *Metode Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Nursalam 2009, *Konsep dan Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*, Salemba Medika, Jakarta.
- Riyadi, Sujono dan Sukarmin 2012, *Asuhan Keperawatan Pada Anak*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Riyanto, Agus 2010, *Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Setiadi 2013, *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Soetjningsih, Christiana Hari 2014, *Perkembangan Anak; Sejak Pembuahan Sampai dengan Kanak – Kanak Akhir*, Prenada Media Group, Jakarta.
- Sugiyono 2011, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&*, Alfabeta, Bandung.
- Suhardjo 2003, *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*, Bumi Aksara, Jakarta.
- Suhardjo 2005, *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Bumi Aksara, Jakarta.
- Supartini, Yupi 2004, *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*, EGC, Jakarta.
- Susilaningrum, Rekawati dan Nursalam 2005, *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak*, Salemba Medika, Jakarta.

Yuniastuti, Ari 2008, *Gizi dan Kesehatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.

Alfonso 2013, *Maternal Employment and Childhood Obesity: A European Perspective*, Institute for Health Care and Public Management, University of Honenheim, h.3.

Bumi, Cindar 2005, 'Pengaruh Ibu yang Bekerja Terhadap Status Gizi Anak Balita Di Kelurahan Mangunjiwan Kabupaten Demak, Skripsi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang.

Sanghita 2014, *Study of Working Mothers and Child Nutrition in Bangalore Urban*, Department of Economics, St.Joseph's College (Autonomous) Bangalore, hh.477-478.

Departemen Kesehatan Indonesia, 2013, Riset Kesehatan Dasar Indonesia.