

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI DUSUN KLILIN  
KECAMATAN KERTEK KABUPATEN WONOSOBO**

Oleh

**C. K. Sari<sup>1</sup>, I. Sulistyowati<sup>1</sup>, T. R. Agestin<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Dosen Prodi D-III Kebidanan STIKES Widya Husada

<sup>2</sup>Alumni Prodi D-III Kebidanan STIKES Widya Husada

**ABSTRAK**

Kesehatan merupakan hak asasi manusia dan sekaligus merupakan investasi sumber daya manusia, serta memiliki kontribusi yang besar untuk meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM). Menurut data surveilans terpadu penyakit terpilih berdasarkan kasus berobat di Puskesmas Kertek tahun 2012 penyakit diare dan disentri menduduki peringkat pertama dan kedua dari 10 penyakit yang sering di derita masyarakat Desa Sindupaten, yaitu diare sebanyak 1259 penderita dan disentri sebanyak 242 penderita. Jika dilihat dari jumlah Kepala Keluarga yaitu dari 937 Kepala Keluarga hanya 2 Kepala Keluarga yang memiliki septiktank, dan 885 Kepala Keluarga menggunakan alternative lain. Hal yang lebih memprihatinkan adalah di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo dari 225 Kepala Keluarga tidak ada satupun yang mempunyai septiktank. Memang belum bisa dipastikan penyakit ini akibat dari persoalan di atas, namun melihat kondisi air di beberapa sungai yang warnanya keruh kehitaman, menandakan air tersebut jauh dari standar kesehatan dan bahkan sudah tercemar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo.

Desain penelitian yang digunakan adalah survei deskriptif. Responden dalam penelitian ini adalah ibu-ibu di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo dengan sampel sebanyak 66 ibu. Pengambilan sampel menggunakan metode *non propability sampling*. Instrument yang digunakan adalah kuesioner. Menggunakan analisa *univariat*.

Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa mayoritas pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat adalah kurang, yaitu 39 responden (59,09%). Disarankan kepada masyarakat khususnya

ibu untuk menambah wawasan tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta bisa mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari – hari, sehingga terbentuk rumah tangga sehat dan bebas penyakit.

Kata Kunci : Pengetahuan, Ibu, perilaku Hidup Bersih dan Sehat

### ABSTRACT

Health is a human right and it is also investment in human resources, and has a great contribution to improve the Human Development Index (HDI). According to the integrated disease surveillance data selected based on cases treated at health centers in 2012 Kertek diarrhea and dysentery ranked first and second out of 10 diseases that often suffered Sindupaten Village community, namely diarrhea and dysentery as many as 1259 patients, 242 patients. If seen from the number of heads of household is of 937 heads of household only two heads of household who has a septic tank, and 885 heads of household using other alternative. What is even more alarming is the Hamlet Klilin Kertek District of Wonosobo regency of 225 heads of family none of whom has a septic tank. Indeed, this disease can not be ascertained due to the issues described above, but the condition of water in some rivers turbid blackish color, indicating the water away from the standard of health and even already polluted. The aim of this study is to describe the mother's knowledge about the behavior of a clean and healthy living in the hamlet Klilin District of Wonosobo regency Kertek.

The design study is a descriptive survey. Respondents in this study is the mother - the mother in Hamlet Klilin Kertek District of Wonosobo regency with a sample of 66 mothers. Sampling using non probability sampling method. The instrument used was a questionnaire. Using univariate analysis.

From research conducted showed that the majority of maternal knowledge about the behavior of clean and healthy living is less, namely 39 respondents (59.09%). Suggested to the public, especially mothers to add knowledge of good hygiene practices and healthy and can mengaplikasikannya dalam daily life - the day, so the stairs terbentuk rumah healthy and disease free.

Keywords : Knowledge, mother, behavior Clean and Healthy

### PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hak asasi manusia dan

### Latar Belakang

sekaligus merupakan investasi sumber daya manusia,

serta memiliki kontribusi yang besar untuk meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM). Oleh karena itu menjadi suatu keharusan bagi semua pihak untuk memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatan demi kesejahteraan seluruh masyarakat Indonesia (Dinas Kesehatan Kota Wonosobo, 2010; h. 1).

Perilaku hidup bersih dan sehat mulai diperkenalkan melalui pembelajaran dan dilakukan sejak dini. Di dalam perilaku hidup bersih dan sehat digunakan 10 indikator yang terdiri dari 7 indikator PHBS rumah tangga dan 3 indikator gaya hidup sehat, yaitu : setiap kelahiran / persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, memberi ASI eksklusif, menimbang balita, mencuci tangan sebelum makan, menggunakan air bersih, buang air besar ditempat / menggunakan jamban sehat, memiliki rumah bebas jentik, tidak merokok, melakukan aktivitas fisik setiap hari, makan buah-buahan dan sayuran (Siswanto, 2010; h. 177).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang baik dapat memberikan dampak yang bermakna terhadap kesehatan dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia dalam peningkatan derajat kesehatan, status pola gizi, dan pemanfaatan sarana kesehatan lingkungan merupakan salah satu dari akibat masih rendahnya tingkat pendidikan penduduk, masih terikat eratnya masyarakat dengan adat istiadat, kebiasaan,

kepercayaan yang tidak sejalan dengan konsep kesehatan. Masalah – masalah yang muncul di Dusun Klilin yang berkaitan dengan gaya hidup dan perilaku masyarakat seperti membuang sampah tidak pada tempatnya, minum air yang tidak dimasak, kebiasaan makan yang tidak memenuhi persyaratan gizi, tidak terpenuhinya air bersih dan tidak tersedianya septiktank dan rumah bebas jentik. Dengan tidak tersedianya septiktank di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo dapat memicu terjadinya berbagai penyakit dalam kesehatan, karena dari segi kesehatan masyarakat, masalah pembuangan kotoran manusia merupakan masalah yang pokok untuk sedini mungkin diatasi. Karena kotoran manusia (*faeces*) adalah penyebaran sumber penyakit yang multikomplek. Penyebaran penyakit yang bersumber pada *faeces* dapat melalui berbagai macam atau cara. Seperti kebiasaan perilaku masyarakat yang buang air besar dikolam ikan dan di sungai serta kegiatan sehari – hari seperti mandi, mencuci pakaian, mencuci perabotan rumah tangga, dan mencuci sayuran disungai, hal ini secara langsung terkontaminasi oleh tinja yang penyebarannya melalui aliran air sungai tersebut. Benda – benda yang terkontaminasi oleh tinja dari seseorang yang sudah menderita suatu penyakit tertentu ini, sudah barang tentu akan merupakan

penyebab penyakit bagi orang lain. Kurang perhatiannya penggunaan jamban / septiktank di Dusun Klilin ini, jelas akan mempercepat penyebaran penyakit - penyakit yang ditularkan oleh tinja. Tidak terpenuhinya air bersih juga dapat menimbulkan masalah kesehatan atau penyakit seperti infeksi kulit, infeksi usus dan penyakit gigi dan mulut. Dan tidak dilakukannya pemeriksaan jentik secara berkala juga dapat memicu terjadinya perkembangbiakan nyamuk, sehingga dapat menyebabkan penyakit demam berdarah dan tidak tercipta rumah yang bebas dari jentik. Selain itu, kurangnya pengetahuan serta pendidikan yang rendah juga penyebab dari masalah lingkungan. Dampak perilaku hidup bersih dan sehat yang tidak baik dapat menimbulkan suatu penyakit diantaranya mencret (diare), muntaber, desentri, typhus, dan demam berdarah dengue (DBD).

Menurut data sistem surveilans terpadu penyakit terpilih berdasarkan kasus berobat di Puskesmas tahun 2012 penyakit diare dan disentri menduduki peringkat pertama dan kedua dari 10 penyakit yang sering di derita masyarakat Desa Sindupaten, yaitu diare sebanyak 1259 penderita dan disentri sebanyak 242 penderita. Jika dilihat dari jumlah kepala keluarga di wilayah Kelurahan Sindupaten dari 937 kepala keluarga hanya 2 kepala keluarga yang memiliki septiktank, 50 kepala keluarga non septiktank, dan

885 kepala keluarga menggunakan alternative lainnya. Hal yang lebih memprihatinkan adalah di Dusun Klilin Desa Sindupaten Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo dari 225 Kepala Keluarga tidak ada satupun yang mempunyai septiktank. Melihat kasus diare dan disentri yang terjadi di Kelurahan Sindupaten Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo tahun 2012, sangat dimungkinkan karena adanya bakteri-bakteri yang berasal dari sistem sanitasi yang kurang bersih berkaitan dengan limbah keluarga tersebut. Disamping itu, kondisi penanganan sampah keluarga sampai dengan saat ini belum tertangani dengan baik, dimana banyak warga yang membuang sampah ke sungai maupun saluran – saluran air. Akibat persoalan diatas, mengakibatkan kondisi air di beberapa sungai berwarna keruh kehitaman, menandakan air tersebut jauh dari standar kesehatan dan bahkan sudah tercemar.

Berdasarkan uraian diatas dari latar belakang diatas, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo”.

#### **Perumusan Masalah**

Sehat merupakan investasi untuk meningkatkan produktivitas kerja guna meningkatkan kesejahteraan keluarga. Kondisi sehat dapat dicapai dengan

mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat dan menciptakan lingkungan sehat dirumah tangga.

Berdasarkan studi pendahuluan pada bulan Maret di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo tercatat dari 225 kepala keluarga tidak ada satupun yang menggunakan septiktank, membuang sampah disungai atau disembarang tempat, dan buang air besar di sungai atau kolam ikan, karena dalam satu dusun tersebut tidak ada yang mempunyai septiktank. Benda - benda yang telah terkontaminasi oleh tinja dari seseorang yang sudah menderita suatu penyakit tertentu ini, sudah barang tentu akan merupakan penyebab penyakit bagi orang lain.

Berdasarkan uraian di atas penulis mengambil suatu perumusan masalah yaitu "Bagaimana Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo?".

### **Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo.

### **METODE PENELITIAN**

#### **Desain Penelitian**

Desain penelitian adalah sesuatu yang sangat penting dalam penelitian, yang memungkinkan pemaksimalan

kontrol beberapa faktor yang bisa mempengaruhi akurasi suatu hasil. Desain penelitian merupakan hasil akhir dari suatu tahap keputusan yang dibuat oleh peneliti berhubungan dengan bagaimana suatu penelitian bisa ditetapkan (Nursalam, 2008; h. 77). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian survei deskriptif. Metode penelitian survei deskriptif merupakan penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di dalam masyarakat (Notoatmodjo, 2010; h. 35-36).

#### **Populasi dan Sample**

Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian atau obyek yang diteliti (Notoatmodjo, 2005; h. 79). Adapun populasi pada penelitian ini adalah ibu-ibu rumah tangga dan bertempat tinggal di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo yang berjumlah 199 ibu.

Jumlah populasi kurang dari 10.000 maka besar sampel menggunakan rumus Solvin. Dari rumus solvin tersebut didapatkan jumlah sampel sebanyak 66 ibu – ibu rumah tangga di dusun klilin kecamatan kertek kabupaten wonosobo.

Penelitian ini menggunakan pengambilan sampel secara *non probability sampling* dengan teknik pengambilan sampling insidental yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa

saja yang secara kebetulan/ insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila di pandang orang itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2012; h. 124).

### **Variabel dan Definisi Operasional**

Variabel mengandung pengertian ukuran atau ciri yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok lain. Definisi lain mengatakan bahwa variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang sesuatu konsep pengertian tertentu, misalnya umur, jenis kelamin, pendidikan, status perkawinan, pekerjaan, pengetahuan, pendapatan, penyakit dan sebagainya (Notoadmodjo, 2005; h. 70). Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner sebanyak 15 pertanyaan, dimana pengetahuan dikatakan baik jika menjawab benar 11-15 pertanyaan dengan skor 76%-100%, pengetahuan dikatakan cukup jika menjawab benar 8-10 pertanyaan dengan skor 56%-75%, pengetahuan dikatakan kurang jika menjawab benar 1-7 pertanyaan dengan skor <56%.

### **Metode Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah proses pendekatan pada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2008; h. 111).

Instrumen penelitian disebut juga alat pengumpul data. Dalam pembuatan instrumen penelitian ini mengacu pada variabel penelitian, definisi operasional, dan skala pengukuran data yang dipilih (Suyanto, 2008; h.49). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner (daftar pertanyaan) yang berisi tentang pengertian perilaku hidup bersih dan sehat, indikator PHBS, contoh PHBS dalam rumah tangga, pola hidup bersih dan sehat dalam rumah tangga, sasaran PHBS dalam rumah tangga, manfaat PHBS, dampak pola hidup tidak sehat. Kuesioner berisi pernyataan pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang terdiri dari 15 pernyataan. Adapun pernyataan terdiri dari pernyataan *favourable* sebanyak 10 pernyataan dan pernyataan *unfavourable* sebanyak 5 pernyataan.

Data primer atau data tangan pertama adalah data yang diperoleh langsung dari subyek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambil data, langsung pada subyek sebagai sumber informasi yang dicari (Saryono, 2009; h. 77).

Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari hasil pengisian kuesioner pengetahuan ibu tentang perilaku

hidup bersih dan sehat yang berisi tentang pengertian perilaku hidup bersih dan sehat, indikator PHBS, contoh PHBS dalam rumah tangga, pola hidup bersih dan sehat dalam rumah tangga, sasaran PHBS dalam rumah tangga, manfaat PHBS, dampak perilaku tidak sehat.

Data sekunder atau data tangan kedua adalah data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subyek penelitiannya. Data sekunder biasanya berupa data dokumentasi atau data laporan yang telah tersedia (Saryono, 2009; h. 77 – 78).

Pada penelitian ini data sekunder didapatkan dari hasil data sensus penduduk di Kelurahan Sindupaten Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo, berupa data jumlah rumah tangga menurut jamban yang dipakai di Kecamatan Kertek.

#### Metode Analisis Data

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa *univariat* yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2005; h. 188).

Untuk variabel pengetahuan dikategorikan menjadi baik dengan skor 76-100 %, cukup dengan skor 56-75% dan kurang dengan skor kurang dari 56%. Skor diperoleh dengan menggunakan rumus. Dalam

penelitian ini hanya menggunakan distribusi dan persentase dari tiap variabel. Persentase dari tiap variabel tersebut disajikan dalam bentuk tabel dengan menggunakan rumus.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Dalam bab ini akan diuraikan mengenai hasil penelitian yang dilakukan peneliti meliputi gambaran pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan sampel yang telah ditentukan sebelumnya yaitu ibu – ibu yang ada di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo yaitu sebanyak 66 ibu rumah tangga. Peneliti menyajikan hasil penelitian ini dalam bentuk tabel untuk menjelaskan gambaran pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang PHBS

No	Kategori	F	%
1	Baik	17	25.76
2	Cukup	10	15.15
3	Kurang	39	59.09
	Jumlah	66	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar gambaran pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan

sehat adalah kurang yaitu sebanyak 39 ibu (59,09%) dari 66 ibu.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar pengetahuan responden tentang perilaku hidup bersih dan sehat di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo mayoritas kurang adalah sebanyak 39 ibu (59,09%). Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal yang meliputi pendidikan, pekerjaan, dan umur serta faktor eksternal yang meliputi lingkungan dan sosial budaya (Notoatmodjo, 2010; h.10-19).

Mayoritas pendidikan ibu adalah SD. Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Wawan, 2010; h.16). Dan mayoritas ibu bermatapencaharian sebagai petani. Pada umumnya bekerja merupakan kegiatan yang menyita waktu, bekerja bagi ibu – ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga (Wawan, 2010; h.16). Sehingga di dapatkan hasil pengetahuan ibu di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo adalah kurang, yaitu dari seluruh pernyataan mengenai pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat pada ibu didapatkan hasil, ternyata sebagian besar responden yang menjawab benar pada pernyataan tentang pola hidup bersih dan sehat “Membiasakan diri mencuci tangan sebelum

makan dengan menggunakan sabun merupakan pola hidup bersih dan sehat”. Yaitu sebanyak 64 responden (96,97%) dari 66 ibu, karena membiasakan diri mencuci tangan sebelum makan dengan menggunakan sabun merupakan hal yang sudah umum dilakukan dan paling mudah dipahami oleh ibu – ibu, dan sebagian responden yang menjawab salah pada pernyataan tentang “Buang air besar disungai atau kolam ikan merupakan pola hidup bersih dan sehat”. Yaitu sebanyak 49 responden (74,24%) dari 66 ibu, karena buang air besar disungai atau kolam ikan merupakan hal yang sudah umum dilakukan dan sudah menjadi kebiasaan masyarakat.

Kurangnya pengetahuan ibu – ibu ini disebabkan karena mereka kurang menyadari pentingnya pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat, serta tidak antusias dalam mengaplikasikan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sependapat dengan teori yang dinyatakan oleh Wawan (2010; h. 12) pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*) karena dari pengalaman dan penelitian perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Disamping itu, kondisi penanganan sampah keluarga di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo sampai saat ini belum tertangani dengan baik, dimana banyak warga yang membuang sampah ke sungai maupun saluran – saluran air, kondisi air di beberapa sungai warnanya keruh kehitaman, menandakan air tersebut jauh dari standar kesehatan bahkan sudah tercemar. Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok (Wawan, 2010; h.18).

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai gambaran pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo disimpulkan bahwa :

Sebagian besar tingkat pengetahuan ibu tentang perilaku hidup bersih dan sehat di Dusun Klilin Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo adalah kurang.

### Saran

1. Untuk dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut tentang faktor – faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat.
2. Diharapkan para petugas kesehatan khususnya yang berada di Wilayah Puskesmas Kertek Kabupaten Wonosobo tidak hanya memberikan informasi kepada ibu – ibu tapi juga memberikan informasi kepada kepala keluarga.
3. Diharapkan untuk menghadiri penyuluhan yang diadakan Puskesmas agar dapat menambah wawasan tentang perilaku hidup bersih dan sehat dan bisa mengaplikasikan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari – hari.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arisman. 2009. *Gizi Dalam Daur Kehidupan : Buku Ajar Ilmu Gizi*, edisi 2. Jakarta : EGC
- Barasi, Mary E. 2009. *At a Glance Ilmu Gizi*. Jakarta: Erlangga
- Maryunani, Anik. 2010. *Ilmu kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta: TIM
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prasetyawati, Arista E. . 2012. *Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) Dalam Millenium Development*

- Goals (MDGs)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Proverawati, A. Dan Siti Asfuah. 2009. *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Riyanto, Agus. 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- . 2009. *Pengolahan dan Analisa Data Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setiawan A. dan Saryono. 2010. *Metodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyaningsih. 2011. *Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif – Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu .
- Sulistyoningsih, Hariyani. 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Waryono. 2010. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Wawan, A dan Dewi M. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Winarno, F G. 2004. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta: PT Gramedia.

