

PEMBERIAN MPASI HOMEMADE TERHADAP BERAT BADAN BAYI USIA 6-12 BULAN DI PMB YUNI ERMAWATI PAGELARAN KAB MALANG

GIVING HOMEMADE MPASI ON BODY WEIGHT OF BABIES AGED 6-12 MONTHS AT PMB YUNI ERMAWATI PAGELARAN MALANG REGENCY

Anik Sri Purwanti ^{1*}

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Institut Teknologi, Sains dan Kesehatan RS dr.Soepraoen Malang, Jalan Sodanco Supriadi nomor 22 Kecamatan Sukun Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia.

*Corresponding author

Email: aniksri@itsk-soepraoen.ac.id

Abstract

Keyword :
Homemade MPASI,
Baby Weight

Growth is an indicator to see the nutritional status and health of children. Every living creature needs nutrition in the process of growth and development, especially in the first 1000 days of life. If the nutrition received is poor, it will have a big impact on life. Providing adequate nutrition can prevent stunting. For babies aged over 6 months, nutrition is provided by giving MPASI. One of them is by providing Homemade MPASI according to WHO recommendations, namely a balanced menu. **Objective:** to determine the effect of giving Homemade MPASI on the weight of infants aged 6-12 months. **Methods:** Pre-experimental research design with one group pretest posttest design. Sampling technique with purposive sampling the number of respondents 30 infants aged 6-12 months. **Results:** The baby's weight was measured before and after being given Homemade MPASI for a period of 1 month. The results were tested using the Paired T-test, there was an increase of 0.547 points (between 0.478 to 0.616) statistically it was stated that there was a significant difference ($\text{sig/p} = 0.000 < 0.05$). The average increase in baby weight after being given Homemade MPASI was 0.547 grams. **Conclusion:** Homemade MPASI can significantly increase baby's weight. Therefore it is recommended for mothers who have babies and toddlers to provide Homemade MPASI as an effort to prevent stunting.

Kata kunci :
Kesehatan,
Islam,
Puasa

ABSTRAK

Latar belakang: Pertumbuhan merupakan salah satu indikator untuk melihat status gizi dan kesehatan anak. Gizi diperlukan setiap makhluk hidup dalam proses pertumbuhan dan perkembangan khususnya pada periode 1000 hari pertama kehidupan. Apabila gizi yang diterima buruk maka berdampak besar pada kehidupan. Pemberian nutrisi yang adekuat dapat mencegah terjadinya stunting. Pada bayi usia diatas 6 bulan pemberian nutrisinya dengan memberikan MPASI. Salah satunya yakni dengan pemberian MPASI Homemade sesuai anjuran WHO yakni menu seimbang. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh pemberian MPASI Homemade terhadap berat badan bayi usia 6-12 bulan. **Metode:** Desain penelitian pra eksperimen dengan rancangan one group pretest posttest. Teknik sampling dengan purposive sampling jumlah responden 30 orang bayi usia 6 – 12 bulan. **Hasil:** Berat badan bayi diukur sebelum dan setelah diberikan MPASI Homemade dengan rentang waktu 1 bulan. Hasil diuji menggunakan Uji Paired T-test terdapat peningkatan sebesar 0,547 poin (antara 0,478 sd 0,616) secara statistic dinyatakan terdapat perbedaan nyata ($\text{sig/p} = 0,000 < 0,05$). Rerata kenaikan berat bayi setelah diberikan MPASI Homemade yaitu sebesar 0,547 gram **Kesimpulan:** MPASI Homemade secara signifikan dapat meningkatkan berat badan bayi dikarenakan kandungan lemak dan nutrisi tambahan pada bahan makanan yang segar. Oleh karena itu disarankan kepada ibu yang

memiliki bayi dan balita untuk memberikan MPASI Homemade sebagai salah satu upaya untuk mencegah stunting.

How To Cite : Purwanti, A., S., 2023. Pemberian Mpsi Homemade Terhadap Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Pmb Yuni Ermawati Pagelaran Kab Malang. *Journal of Islamic Medicine*. 7(02), 197-204
<https://doi.org/10.18860/jim.v7i2.22417>

Copyright © 2023

PENDAHULUAN

Pertumbuhan adalah cara yang bagus untuk mengukur kesehatan dan kondisi gizi anak-anak. Kondisi kesehatan seorang anak di masa dewasa dapat diprediksi dari tingkat pertumbuhannya di masa kanak-kanak. "Periode emas" (dua tahun sebelum seorang anak dapat bergerak sepenuhnya), "jendela peluang", atau "masa kritis" mengacu pada waktu yang singkat dan tak tergantikan ketika seorang anak paling rentan terhadap pengaruh lingkungan⁽¹⁾. Gizi diperlukan oleh setiap makhluk hidup dalam proses pertumbuhan dan perkembangan khususnya pada periode 1000 hari pertama kehidupan. Buruknya gizi yang diterima oleh bayi 1000 hari akan berdampak besar pada kehidupannya⁽²⁾.

Berdasarkan data statistik kesehatan menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 (3), Jutaan anak muda diperkirakan menghadapi peningkatan risiko penyakit dan kematian akibat kekurangan gizi yang berkepanjangan. Pada tahun 2000, sepertiga anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting; pada tahun 2019, angka tersebut turun menjadi sekitar dua puluh satu persen. Hampir seperempat juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting pada tahun 2019, dengan mayoritas berada di Wilayah WHO Afrika dan Asia Tenggara. Di Indonesia, 3,50% balita usia 0-59 bulan tergolong sangat kurus, dan 6,70% balita mengalami berat badan kurang, yang diukur dengan indeks kesehatan BB/TB, menurut Data dan Informasi Profil Kesehatan 2019. Di antara balita di Jawa Timur, 2,90% mengalami berat badan sangat kurang dan 6,30% mengalami berat badan kurang. Pada tahun 2019, sebanyak 25,4% penduduk Kota

Batu mengalami stunting. Sebaliknya pada tahun 2020 turun menjadi 23,8%.

Kehidupan bayi berusia 1000 hari akan sangat terpengaruh oleh kurangnya nutrisi yang diterimanya. Ketidakmampuan tumbuh kembang pada seribu hari pertama kehidupan meningkatkan risiko terjadinya gangguan metabolisme, yaitu sejenis penyakit tidak menular, serta gangguan tumbuh kembang, seperti perawakan pendek, daya tahan tubuh buruk, dan IQ rendah (4). Menurut Almatier (5), Karena nutrisi yang tepat mempengaruhi perkembangan kognitif, kapasitas belajar, dan hasil pekerjaan, maka hal ini juga dikaitkan dengan potensi ekonomi seseorang, selain kesehatan.

Strategi lain untuk mengurangi malnutrisi adalah dengan memenuhi kebutuhan protein masyarakat. Salah satu solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan memberikan MPASI Homemade pada bayi baru lahir dengan bahan tambahan lemak. Pemberian MPASI Homemade seperti pembuatan MPASI pada umumnya. Yang lebih ditekankan pada pemberian MPASI sesuai anjuran WHO yakni dengan menu seimbang atau lebih dikenal dengan 4 bintang. Bahan-bahannya antara lain karbohidrat, protein (baik dari hewan maupun tumbuhan), dan lemak. Bumbu dasar seperti bawang putih dan bawang merah, daun salam, daun jeruk, dan bumbu lainnya bisa ditambahkan sebagai penyedap rasa. Namun disarankan agar Anda menghilangkan gula dan garam. Keunggulan pemberian MPASI secara homemade adalah dari segi kesegaran bahan dan juga variasi dari bahan-bahan makanan yang digunakan. Dengan begitu harapannya

merasakan berbagai macam rasa dari variasi makanan.

Menurut penelitian Yanti, dkk (2012) Penelitian dan pembahasan menghasilkan kesimpulan sebagai berikut: Pada tahun 2012, sebagian besar ibu di wilayah kerja Puskesmas Kalibagor Kabupaten Banyumas memberikan MP-ASI pada bayinya yang berusia kurang dari enam bulan (58,9% dari total). . Bayi di wilayah kerja Puskesmas Kalibagor Kabupaten Banyumas sebanyak 83 bayi (87,4%) mempunyai status gizi baik. Terdapat hubungan yang bermakna ($p=0,002$) antara waktu pemberian MP-ASI dengan status gizi bayi usia 6 sampai 24 bulan di wilayah kerja Puskesmas Kalibagor Kabupaten Banyumas. (6). Dari uraian diatas penulis tertarik untuk mengambil studi kasus tentang “Pemberian MPASI Homemade Terhadap Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di PMB Yuni Ermawati, Pagelaran Kabupaten Malang”

MATERIAL DAN METODE

1. Responden

Pada bulan Mei dan Juni 2022, tiga puluh orang tua bayi berusia enam hingga dua belas bulan berpartisipasi dalam penelitian ini di PMB Yuni - Pagelaran. Kesemua responden dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan Kriteria Inklusi antara lain: 1) Diberikan MPASI, 2) Ibu bersedia menjadi responden 3) Ibu berkomitmen untuk memberikan MPASI Homemade tanpa produk fortifikasi, 4) melakukan penimbangan rutin di PMB Yuni Ermawati, 5) Primipara, serta 5) Bayi dengan berat 6.400 – 7.700 gram.

Sedangkan untuk Kriteria Eksklusinya antara lain: 1) Keluarga tidak mendukung pemberian MPASI Homemade, 2) Ibu yang memberikan MPASI terfortifikasi/ pabrikan, 3) Bayi dengan masalah/ gangguan pencernaan, 4) Bayi dengan penyakit genetic, 5) Bayi dengan kelainan konginetal

2. Pemberian MPASI Homemade

Pemberian makanan pendamping ASI yang di proses secara higienis oleh ibu dirumah. Pemberiannya setiap hari pada jam makan utama, dengan susunan komponen: sumber karbohidrat (nasi putih/ nasi merah/ kentang/ ubi), sumber protein hewani(daging ayam/ daging sapi/ telur), sumber protein nabati (tahu/ tempe/ kacang merah) dan lemak tambahan (margarin/ menteka/ olive oil/ minyak sayur).

3. Pengukuran Berat Badan Bayi

Lihat apakah ada korelasi antara berat badan bayi dengan usia kronologisnya. Bayi sering kali kehilangan sebagian berat lahirnya dalam beberapa minggu pertama setelah melahirkan. Namun, Anda dapat menambah 110–200 gram tambahan per minggu. Berat badan bayi akan diukur sebelum diberikan MPASI homemade dan juga diukur lagi setelah 1 bulan pemberian MPASI Homemade.

4. Pertimbangan Laik Etik

Telah mendapatkan persetujuan lolos uji etik dari Tim Komite Etik Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang dengan nomor Reg.No.:522 / KEPK-POLKESMA/ 2023.

1. Hasil Identifikasi Karakteristik Responden

Tabel 1. Identifikasi frekuensi berdasarkan karakteristik responden

Karakteristik	Indikator	n	%
Usia Bayi (Bulan)	6	3	10
	7	8	27
	8	6	20
	9	6	20
	10	2	7
	11	1	3
	12	4	13
Lingkar Lengan Atas Bayi	< 10 cm	0	0
	10 – 12 cm	30	100
	> 12 cm	0	0
Parietas	1	6	15,3
	2	14	38,8
	3	10	45,9
Frekuensi Bayi Menyusu	8 – 10 x	3	12
	10 – 12 x	14	23,5
Berat Lahir Bayi	< 2.500 gram	0	0
	2.500 – 4.000 gram	30	100
	> 4.000 gram	0	0

Berdasarkan table 1 diatas, dapat diketahui bahwa responden penelitian tidak memiliki masalah terhadap faktor- faktor yang dapat mempengaruhi penyerapan MPASI dan pemenuhan gizi bayi dengan menu seimbang.

2. Hasil Identifikasi Berat Badan Bayi Sebelum Pemberian MPASI Homemade pada Bayi Usia 6 – 12 Bulan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Pengukuran Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan Sebelum Diberikan MPASI Homemade

No	Berat Badan Bayi (Standar Deviasi)	N	(%)
1	-2 SD	0	0
2	-1 SD	0	0
3	Median	30	100
4	1 SD	0	0
5	2 SD	0	0
	Total	30	100

*SD= Standar Deviasi

Setiap bayi (100%) memiliki rata-rata berat badan yang khas dan sesuai usia, berdasarkan kategorisasi data pengukuran berat badan bayi baru lahir pra-MPASI yang ditunjukkan pada tabel 5.9. Oleh karena itu, tidak ada masalah malnutrisi, yang dapat berdampak pada penyerapan nutrisi dan masalah metabolisme lainnya yang memerlukan perhatian dan pengujian medis lebih lanjut, yang terjadi pada bayi mana pun yang berpartisipasi dalam survei.

3. Hasil Identifikasi Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan Setelah Pemberian MPASI Homemade.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan Setelah Diberikan MPASI Homemade

No	Berat Badan Bayi (Standar Deviasi)	N	(%)
1	-2 SD	0	0
2	-1 SD	0	0
3	Median	14	46
4	1 SD	16	54
5	2 SD	0	0
	Jumlah	30	100

Tabel 3 menampilkan hasil pengukuran berat badan anak usia 6 hingga 12 bulan sebelum diberikan MPASI buatan sendiri. Terbukti bahwa sebagian besar bayi baru lahir (tepatnya 54%) mengalami kenaikan berat badan yang signifikan, sehingga menempatkan mereka dalam kategori +1SD. Kami dapat mengatakan dengan yakin bahwa semua bayi baru lahir mendapatkan pola makan yang sangat baik.

4. Menganalisa Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan Sebelum dan Setelah Pemberian MPASI Homemade.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan Sebelum dan Setelah Diberikan MPASI Homemade

No	Kenaikan Berat Badan	Berat Badan Bayi			
		Sebelum		Setelah	
		F	%	F	%
1.	-2 SD	0	0	0	0
2.	-1 SD	0	0	0	0
3.	Median	30	100	14	46
4.	1 SD	0	0	16	54
5.	2 SD	0	0	0	0
	Total	30	100	30	100

Untuk pengujian hipotesis penelitian diketahui dari perhitungan SPSS terlampir bahwa jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka H_0 ditolak dan jika nilai signifikansi lebih dari atau sama dengan 0,05 maka H_0 diterima. Mengingat nilai signifikansinya kurang dari 0,05 (0,000), maka hipotesis nol (H_0) ditolak. Karena terdapat pengaruh pemberian MPASI buatan sendiri terhadap berat badan bayi baru lahir usia 6 sampai 12 bulan, maka dapat diasumsikan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima.

PEMBAHASAN

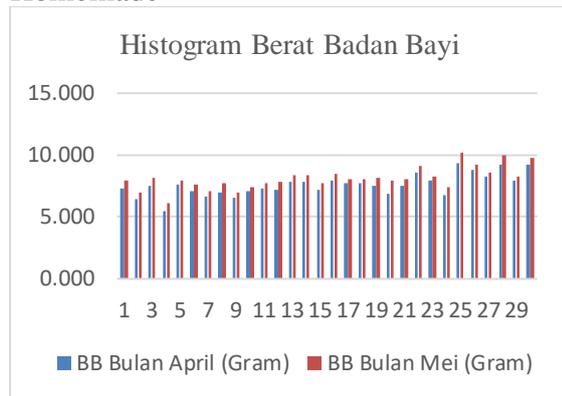
Sebelum Pemberian MPASI Homemade pada table 2, bahwa seluruh bayi (100%) memiliki berat badan Median dalam artian normal sesuai usia. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa s Malnutrisi, yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi dan menyebabkan masalah metabolisme lainnya yang memerlukan perhatian medis lebih lanjut, tidak menjadi masalah bagi bayi mana pun yang berpartisipasi dalam survei ini. Para

peneliti mengamati bahwa berat badan bayi berusia 6 hingga 12 bulan yang berpartisipasi dalam penelitian ini tetap berada dalam kisaran biasanya (18). Sesuai dengan kriteria Organisasi Kesehatan Dunia untuk berat badan lahir normal, yaitu antara 2.500 dan 4.000 gram. Nutrisi dan nutrisi yang tepat pada bayi merupakan komponen lain yang mempengaruhi proses kenaikan berat badan bayi.

Beberapa variabel, termasuk genetika, lingkungan, dan hormon, dapat memengaruhi seberapa cepat kenaikan dan penurunan berat badan (7). Pengaruh lingkungan, seperti dampak kebiasaan makan, merupakan salah satu unsur tersebut. Dalam rangka mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat, pola makan yang tepat sangatlah penting. Nutrisi yang tepat sangat penting untuk perkembangan dan pertumbuhan yang terjadi sepanjang fase pertumbuhan. Protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin, dan air merupakan komponen penting dari pola makan seimbang untuk anak. Kurangnya nutrisi yang tepat dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan seseorang atau anak. Untuk memenuhi nutrisi bayi diusia 6 – 12 bulan yakni selain melanjutkan pemberian ASI juga orang tua bisa menambahkan MPASI. Salah satu MPASI yang baik untuk diberikan yaitu MPASI Homemade karena selain dapat membantu meningkatkan asupan protein vitamin dan mineral juga dari segi variasi sumber makanannya

Tiga puluh orang tua berpartisipasi dalam penelitian ini setelah memberikan MPASI buatan sendiri kepada anak mereka yang berusia 6 hingga 12 bulan selama satu bulan. Tabel 5.9 menampilkan berat badan anak-anak dalam kelompok usia ini sebelum penelitian dimulai, dan semua anak (100%) memiliki median berat badan yang sesuai dengan rata-rata usia mereka. Kemudian bayi diberikan asupan harian berupa MPASI homemade dengan menu yg bervariasi setiap harinya selama 30 hari.

Bagan 1. Histogram Berat Badan Bayi sebelum dan setelah pemberian MPASI Homemade



Berat badan bulan berikutnya kemudian dinilai menggunakan tabel 5.9. Mayoritas bayi baru lahir (tepatnya 54%) dikategorikan memiliki +1SD karena mengalami peningkatan berat badan yang signifikan. Pertambahan berat badan mingguan yang khas untuk bayi baru lahir adalah sekitar 125 gram. Untuk bayi berusia lebih dari enam bulan, Organisasi Kesehatan Dunia memperkirakan tingkat kenaikan berat badan sebesar 85 hingga 140 gram setiap minggunya. (3).

Berdasarkan uji paired T test, berat badan bayi sebelum dan sesudah terdapat perlakuan maka dapat diinterpretasikan sebagai berikut: Hipotesis nol (H_0) ditolak jika nilai signifikansinya kurang dari 0,05 dan diterima jika lebih besar atau sama dengan 0,05. Menolak H_0 hasilnya karena nilai signifikansinya kurang dari 0,05 (0,035). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam pemberian MPASI buatan sendiri pada bayi berusia antara 6 dan 12 bulan. Sederhananya, kita menerima H_1 dan menolak H_0 .

Pada tingkat yang lebih besar atau lebih kecil, bayi dan anak-anak adalah pemakan yang rewel. (8), karena itulah orang dewasa terutama orang tua diharapkan memiliki kemampuan untuk mengkombinasikan variasi sumber makanan (9). Untuk menghasilkan makanan yang belum bisa dikunyah bayi, keluarga dapat mencampur dan

mencocokkan berbagai komponen. Dipercayai bahwa anak-anak akan mengembangkan keengganan seumur hidup terhadap pilihan makanan jika mereka dihadapkan pada berbagai jenis makanan di usia muda dan kandungan nutrisinya tetap terjaga. Dia tidak memiliki masalah dalam mengidentifikasi rasa atau tekstur makanan apa pun. (10). Dikutip dari Rheant (11), Selanjutnya, penelitian tersebut menunjukkan bahwa bayi yang diberi makanan buatan sendiri dapat mempertahankan berat badan yang sehat. Karena alasan sederhana bahwa makanan rumahan akan selalu memiliki nutrisi yang lebih bermanfaat. Sebaliknya, makanan olahan bisa mengandung banyak tambahan gula dan garam. Anak-anak yang mengonsumsi lebih banyak makanan rumahan memiliki kemungkinan lebih kecil untuk mengalami obesitas dan penyakit kronis lainnya yang berhubungan dengan kebiasaan makan yang tidak sehat. (14).

Pertambahan berat badan adalah standar emas dan indikator perkembangan bayi yang paling sering digunakan. (12). Padahal, di antara sekian banyak ukuran antropometri yang digunakan untuk menggambarkan massa tubuh total, berat badan adalah salah satu yang paling umum. Massa tulang, jaringan adiposa, air, dan kandungan mineral semuanya berkontribusi terhadap total berat badan seseorang (13). Biasanya, ketika kesehatan seseorang sangat baik dan kebutuhan makanannya terpenuhi, berat badannya cenderung meningkat seiring bertambahnya usia (14).

Lemak merupakan sumber makanan utama bagi bayi yang masih mendapatkan energinya dari ASI atau dari produk susu atau hewan lainnya. Untuk menjamin pasokan lemak penting yang cukup, jumlah lemak minimum harus disalurkan. Agar pola makan dapat mempertahankan kepadatan energi yang tepat, jumlah lemak yang cukup harus dikonsumsi. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa lemak menyediakan energi dua kali lebih banyak per gramnya dibandingkan karbohidrat dan protein (4). Tidak ada

batasan berapa banyak lemak yang dapat terakumulasi dalam tubuh (19). Meski begitu, lemak tidak bisa sepenuhnya menggantikan karbohidrat. Glukosa adalah bahan bakar penting untuk sel darah merah, sistem saraf pusat, dan otak. (5).

Protein dalam MPASI buatan sendiri berasal dari tumbuhan dan hewan, dan merupakan bagian dari sekresi insulin dan glikogen kelenj

ar pankreas. Semakin banyak protein yang didapat tubuh dari hormon-hormon ini, semakin besar kemampuan tubuh untuk mengubah glukosa menjadi energi dan menekan kadar glukosa saraf (15) . Protein terutama bertanggung jawab untuk mendorong pembangunan. Prioritas akan diberikan pada kemampuan protein untuk menghasilkan energi atau glukosa jika tubuh kekurangan energi. Ketika persediaan glukosa atau asam lemak tubuh rendah, sel akan menggunakan protein sebagai sumber energi. Sel-sel di otak dan sistem saraf bergantung pada glukosa untuk energi. Untuk memenuhi kebutuhan energi dan glukosa, tubuh memecah protein, yang pada akhirnya menyebabkan lemahnya otot (16)(20). Oleh karena itu, agar protein dapat menjalankan fungsi utamanya pembentukan sel-sel baru penting untuk mengonsumsi karbohidrat dan lemak dalam jumlah yang cukup setiap hari. (17).

Lemak dan protein itulah dua sumber makanan yang sangat banyak manfaatnya untuk memenuhi kebutuhan selama pertumbuhan dalam hal pembentukan sel tubuh bayi (14). Pemberian lemak dan protein bisa dipertahankan ataupun ditingkatkan kapasitasnya dalam pemberian MPASI Homemade. Hasil uraian diatas didapatkan hasil yang signifikan yaitu adanya kenaikan berat badan pada bayi. Penelitian ini sejalan dengan peneliti sebelumnya dari Yanti dkk (6). Pembahasan dan penyelidikan menghasilkan kesimpulan bahwa ibu tersebut berada di wilayah kerja Puskesmas Kalibagor Kabupaten Banyumas

KESIMPULAN

1. Setelah dilakukan penentuan berat badan bayi sebelum pemberian MPASI buatan sendiri, diperoleh hasil berada dalam kisaran normal untuk usianya, yaitu 100% dari berat badannya.
2. Hasil identifikasi berat badan bayi setelah pemberian MPASI homemade, berat badan bayi mengalami peningkatan yang signifikan, yakni sebanyak 54% dalam kriteria +1SD.
3. Terdapat peningkatan yang cukup signifikan pada berat badan sebelum dan setelah diberikan pemberian MPASI homemade pada bayi usia 6 – 12 bulan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Achadi, E. L., 2014. Periode Kritis 1000 HPK dan Dampak Jangka Panjang Terhadap Kesehatan dan Fungsinya. Depok: Universitas Indonesia.
2. Lestari, Mahaputri Ulva ,Gustina Lubis, Dian Pertiwi. Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun di Kota Padang Tahun 2012 .Jurnal Kesehatan Andalas : 2014. [on line], Tahun 2014 Volume 3 No 2, Diakses Pada <http://jurnal.fk.unand.ac.id/> 3 Februari 2021]
3. World Health Statistics 2020: monitoring health for the SDGs, sustainable developmentgoal
4. Marimbi, Hanum. 2010. Tumbuh Kembang, Status gizi & Imunisasi dasar pada Balita. Yogyakarta : Nuha Medika
5. Almatsier Sunita,2015. Prinsip Dasar Ilmu Gizi edisi ke 9, PT.Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
6. Yanti, Linda Dan Kiki Oktaviani. 2012. Hubungan Waktu Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu

- (Mp-Asi) Dengan Status Gizi Pada Bayi Usia 6 – 24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor Kabupaten Banyumas. *Jurnal Viva Medika* | Volume 05/Nomor 08/Februari/2012
7. UUK Nutrisi dan Penyakit Metabolik IDAI. 2018. Booklet Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI).
 8. Mariyam, dkk (2015). Efektivitas Konsumsi Nugget Tempe Kedelai Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Gizi Kurang. *Jurnal Kebidanan Vol 6 No. 12 April 2017*
 9. Kementerian Kesehatan RI. 2014. Modul Konseling Pemberian Makanan Bayi dan Anak. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA. Jakarta
 10. Ratna Tirtaning Tyas. 2013. Hubungan Praktik Pemberian Makanan Tambahan Dengan Kenaikan Berat Badan Pada Bayi Usia Lebih Dari 6 Bulan Di Desa Pamongan Kecamatan Guntur Kabupaten Demak. <http://digilib.unimus.ac.id>. Diakses tanggal 15 Juni 2021.
 11. Rheant, Smerelda, 2013. Kebutuhan Gizi Harian. Artikel. riantyz.blogspot.com. Diakses tanggal 20 Nopember 2021
 12. Ariani. 2018. Pedoman pemberian makanan tambahan. Jakarta : Salemba Medika
 13. Supariasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit. Buku Kedokteran EGC
 14. Adriani M, Bambang W. 2014. Gizi dan Kesehatan Balita (Peranan Mikro Zinc pada pertumbuhan balita). Jakarta : Kencana
 15. Pudjiadi, Solohin. 2013. Ilmu Gizi Klinis pada Anak. Jakarta : FKUI
 16. Sulistyoningsih, Hariyani. 2013. Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak, Yogyakarta: Graha Ilmu
 17. Ningrum, Dedah. 2019. Penuntun Diet Anak, edisi ke 4, Jakarta
 18. Zulaikha, Tutik. 2016. Tabel Berat Badan Ideal Bayi Sesuai dengan Umur. <https://www.panduanbpjs.com/tabel-berat-badan-ideal-bayi-sesuai-dengan-umur/> Diakses Pada <http://jurnal.fk.unand.ac.id> 3 Februari 2021