

**PEMBERDAYAAN IBU-IBU RUMAH TANGGA DI DUSUN
SIDOMULYO DESA REJOAGUNG KECAMATAN PLOSO KABUPATEN
JOMBANG DALAM PENGOPTIMALISASIAN BALITA DENGAN GIZI
SEIMBANG**

Mamik Ratnawati

Pengajar STIKES PEMKAB JOMBANG

Abstrak

Terpenuhinya gizi balita merupakan salah satu faktor yang menentukan kualitas sumber daya manusia (SDM) dimasa depan, namun pada pencapaiannya masih dihadapkan pada berbagai masalah diantaranya masih banyaknya balita yang belum terpenuhinya gizinya sesuai kebutuhannya (kurang gizi).

Tujuan dari penelitian ini adalah Pemberdayaan ibu rumah tangga yang mempunyai balita di dusun Sidomulyo desa Rejoagung kecamatan Ploso kabupaten Jombang dalam pengoptimalisasian status gizi seimbang.

Hasil dari penelitian ini adalah Kegiatan pengabdian masyarakat dapat berjalan dengan baik sesuai tujuan yang diharapkan dan ibu balita dapat mengoptimalisasikan balita dengan gizi seimbang.

PENDAHULUAN

Terpenuhinya gizi balita merupakan salah satu faktor yang menentukan kualitas sumber daya manusia (SDM) dimasa depan, namun pada pencapaiannya masih dihadapkan pada berbagai masalah diantaranya masih banyaknya balita yang belum terpenuhinya gizinya sesuai kebutuhannya (kurang gizi). Kekurangan gizi akan menyebabkan beberapa efek serius seperti kegagalan pertumbuhan fisik, menurunnya perkembangan kecerdasan, menurunnya produktifitas, menurunkan daya tahan tubuh

terhadap penyakit serta meningkatkan resiko terserang penyakit yang berakibat pada kematian.

Anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan yang pesat sehingga memerlukan perhatian yang lebih untuk kondisi kesehatannya. Oleh karena itu peran ibu dalam meningkatkan status gizi sangat menentukan kehidupan masa depan anak, sebab itu merupakan orang yang paling bertanggungjawab terhadap tumbuh kembang anak terutama dalam memberi asupan gizi seimbang bagi balitanya

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan dan berat badan ideal.

Ibu sebagai bagian dari masyarakat yang merupakan kelompok mayoritas, ternyata masih belum mampu menampilkan peran yang optimal dalam meningkatkan pertumbuhan bagi balita. Hal ini disebabkan karena masih banyak ibu yang belum mengerti akan arti pentingnya pertumbuhan untuk anaknya. Peran ibu dalam pertumbuhan anak perlu dioptimalkan dengan membimbing ibu-ibu untuk mendeteksi lebih dini masalah gizi dan mengajarkan ibu-ibu untuk menelaah status gizi pada balitanya.

Dusun Sidomulyo Desa Rejoagung Kecamatan Ploso mempunyai bayi dan balita sebanyak 30 balita. Z-skor merupakan alat sederhana untuk deteksi dini masalah gizi pada anak. Alat ini perlu dioptimalkan perannya agar pemanfaatannya oleh masyarakat umum yang langsung berhubungan secara dekat dengan anak bisa lebih baik, sehingga pemantauan status gizi anak dapat dilaksanakan secara optimal dan diharapkan dapat menunjang keberhasilan masa depan anak dan kebahagiaan keluarga.

TUJUAN KEGIATAN

1. Tujuan Umum

Pemberdayaan ibu rumah tangga yang mempunyai balita di dusun

Sidomulyo desa Rejoagung kecamatan Ploso kabupaten Jombang dalam pengoptimalisasian status gizi seimbang

2. Tujuan Khusus

- a. Pemberdayaan ibu balita terhadap deteksi dini pertumbuhan balita
- b. Mengetahui penyimpangan pertumbuhan balita
- c. Melaksanakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat sebagai pengamalan Tri Dharma Perguruan Tinggi

MANFAAT KEGIATAN

Kegiatan ini diadakan untuk pengoptimalisasian peran ibu terhadap deteksi dini pertumbuhan pada balita

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan pendidikan kesehatan “pengotomalisasian gizi seimbang pada balita” berjalan dengan baik, ibu-ibu balita banyak yang belum mengerti tentang makanan seimbang dan sesuai usia pada anaknya sehingga ditemukan masih ada masalah gizi. Peserta sejumlah 25 ibu-ibu balita yang hadir saat di posyandu balita dusun Sidomulyo desa Rejoagung kecamatan Ploso kabupaten Jombang. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat bisa tercapai sesuai dengan kriteria yang diharapkan. Manfaat dari kegiatan pengabdian masyarakat bisa dirasakan ibu-ibu balita yaitu bisa menyusun menu seimbang bagi anaknya. Selain dilakukan pendidikan kesehatan untuk mengatasi masalah gizi pada balita dengan

memberikan makanan tambahan bagi balita. Kegiatan untuk menangani gizi pada balita bisa dilakukan dengan memberikan pelatihan pada petugas gizi puskesmas dan bidan serta kader tentang positive deviance sehingga diharapkan nantinya bisa mentransferkan ilmu kepada ibu-ibu balita agar bisa mengolah makanan sesuai dengan usia.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dapat berjalan dengan baik sesuai tujuan yang diharapkan dan ibu balita dapat mengoptimalkan balita dengan gizi seimbang.

SARAN

1. Bagi para ibu agar tetap menjaga kebutuhan gizi seimbang bagi balitanya
2. Bagi tenaga kesehatan, agar melakukan penyuluhan kepada ibu-ibu pedesaan akan perhitungannya pemenuhan gizi seimbang pada balita. Sebagai tenaga kesehatan kita harus bisa memberikan pengetahuan tentang gizi yang baik dan seimbang kepada para orang tua supaya orang tua bisa memberikan gizi yang cukup bagi anak-anaknya, sehingga

balita dengan gizi buruk akan semakin berkurang dan kualitas kesehatan masyarakat pun akan semakin meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

Anggidin, S.2012. *Kegiatan Inovatif dalam Mendukung Pemberdayaan Masyarakat dalam Meningkatkan Status Gizi Masyarakat.komunitas fasilitator gizi.com*.Diakses tanggal 11 Mei 2012

Evanjh.2011. *Pengaruh Gizi Makanan terhadap Pertumbuhan Balita*.www.ilmukeperawatan.com. Diakses pada tanggal 24 Juni 2011.

Nirmala, D2010. *Nutriton and Food Gizi untuk Keluarga*, Jakarta: Media Nusantara

Sudayasa, P. 2010. *Faktor-faktor Penyebab Kekurangan Gizi pada Balita*.www.puskel.com. Diakses tanggal 19 September 2010.

Velasco, R, Acciari G, Fajardo LF.2012. *Malnutrition and Poverty in Colombia*, *Estud Poblac* 7 (1-6): 39-59. (Abstact).