

RINGKASAN

Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, serta memantau berat badan secara teratur untuk mencegah timbulnya masalah gizi. Konsumsi buah dan sayur oleh masyarakat Indonesia masih tergolong rendah, berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2019, secara nasional konsumsi buah dan sayur sebesar 209,98 gram per kapita sehari.

Praktek Kerja Lapangan Managemen Intervensi Gizi merupakan salah satu kegiatan mahasiswa yang memiliki tujuan meningkatkan pengetahuan dan pengawasan serta keterampilan mahasiswa dalam melakukan intervensi kepada masyarakat. Masalah-masalah gizi yang menyangkut keluarga sering kita jumpai di berbagai daerah di Indonesia. Salah satunya di Dusun Sidonganti, Desa Kraton, Kecamatan Kencong, Kabupaten Jember. Berdasarkan data survei pemantauan status gizi dan Kadarzi melalui kuisioner didapatkan hasil kurang optimal untuk mencapai Kadarzi yang baik.

Hasil dari penyebaran kuesioner pada 31 keluarga di Dusun Sidonganti diketahui bahwa 71% dari total responden tidak mengonsumsi buah dan sayur setiap hari. Bahkan dari 17 balita usia 6-59 bulan diketahui bahwa sebesar 88,2% tidak konsumsi sayur dan buah setiap hari, maka dari itu permasalahan yang ada di Dusun Sidonganti yaitu kurangnya konsumsi buah dan sayur. Dan hasil dari pengisian pretest dan post oleh responden dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu terkait pentingnya konsumsi sayur dan buah serta tentang penerapan isi piringku telah meningkat. Hal ini dapat dilihat pada rata-rata nilai hasil pretest dan post test yaitu tingkat pengetahuan responden sebelum menerima materi penyuluhan sebesar 58,7% sedangkan setelah mendapat materi sebesar 98,7%.