

RINGKASAN

Zat Gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan oleh tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan. Secara klasik, gizi hanya dihubungkan dengan kesehatan tubuh, tetapi sekarang kata gizi mempunyai pengertian lebih luas disamping untuk kesehatan, gizi dikaitkan dengan potensi ekonomi seseorang, karena gizi berkaitan dengan perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktivitas kerja. Oleh karena itu, faktor gizi di samping faktor-faktor lain dianggap penting untuk pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas (Almatsier, 2009).

Syafrizar dan Welis (2008) mengemukakan bahwa jenis zat gizi yang terkandung dalam makanan kita antara lain karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air. Karbohidrat merupakan jenis zat gizi yang memegang peranan penting dalam kehidupan karena merupakan sumber energi utama, selain karbohidratm lemak juga penghasil energi yang memberikan kontribusi terhadap tubuh. Sebagai zat yang membangun sel-sel tubuh, protein merupakan zay gizi penting lain yang harus terdapat dalam konsumsi makanan sehari-hari, di samping vitamin dan mineral yang berperan dalam zat pengatur metabolisme. Air merupakan bagian utama tubuh yaitu 55,60 persen dari berat badan orang dewasa. Semua proses kehidupan berlangsung di dalam cairan tubuh yang mengandung mineral.

Di Indonesia sendiri, pada tahun 2010 Angka Kematian Bayi (AKB) menjadi 34 per 1000 kelahiran hidup (KH) dan Angka Kematian Balita (AKABA) 44/1000 KH. Walaupun angka ini telah turun dari tahun 1990 (AKB 68/1000 KH) penurunan ini masih jauh dari targetmillenium development gold's (MDG's) tahun 2015 dimana AKB diharapkan turun menjadi 23/1000 KH dan AKABA 32 /1000 KH (Depkes,2006). Target 80% cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih sangat jauh dari kenyataan. Pemberian ASI eksklusif merupakan investasi terbaik bagi kesehatan dan kecerdasan anak (Depkes, 2007). Manfaat pemberian ASI eksklusif sesuai dengan salah satu tujuan dari Millenium Development Goals

(MDGs) yaitu mengurangi tingkat kematian anak dan meningkatkan kesehatan Ibu. WHO (2009) menyatakan sekitar 15% dari total kasus kematian anak di bawah usia lima tahun di negara berkembang disebabkan oleh pemberian ASI secara tidak eksklusif. Berbagai masalah gizi kurang maupun gizi lebih juga timbul akibat dari pemberian makanan sebelum bayi berusia 6 bulan (Ariani ,2008)

Praktik Kerja Lapangan ini merupakan upaya yang dilakukan oleh mahasiswa untuk melaksanakan pelayanan gizi sehingga masalah gizi yang ada di lingkungan sekitar dapat tertasi secara optimal. Mahasiswa secara langsung terlibat dalam situasi lingkungan sekitar yang sesungguhnya sehingga mahasiswa mengetahui secara langsung tentang masalah-masalah gizi serta upaya penanggulangannya yang dilakukan oleh mahasiswa.