



Peranan Tim Penggerak Pemberdayaan Dan Kesejahteraan Keluarga Dalam Upaya Perbaikan Gizi Keluarga

Nasrah Natsir¹, Fatmawati Gaffar², Ahmad Syawaluddin³

^{1,2}Pendidikan Luar Sekolah FIP UNM,

³Pendidikan Guru Sekolah Dasar FIP UNM

Email: 1nasrahnatsir@gmail.com

2fatmagaffar18@gmail.com

3unmsyawal@unm.ac.id

Abstrak. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan tim penggerak pemberdayaan dan kesejahteraan keluarga (PKK) dalam upaya perbaikan gizi keluarga di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Data dikumpulkan dengan menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dianalisis melalui pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Peranan tim penggerak pemberdayaan dan kesejahteraan keluarga (PKK) dalam upaya perbaikan gizi keluarga di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa, dilaksanakan melalui: Penyuluhan tentang pentingnya gizi; Monitoring keluarga yang mengalami gizi kurang; (3) Kepedulian keluarga terhadap perilaku hidup bersih dan sehat serta pola makan sehat dan gizi seimbang; Penanggulangan gangguan akibat kekurangan garam yodium (GAKY); Suplementasi zat gizi; Pemberian ASI eksklusif selama 6 (enam) bulan; dan makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI)

Kata kunci: Peranan, PKK, Perbaikan Gizi.

Abstract. The purpose in this research are knowing the role of the coordinator of the family welfare empowerment (PKK) in an effort to improve nutrition family in the village Kanjilo Kabupaten Gowa. This Study adopted qualitative approaches with the descriptive. Data collected by using observation, interview, and documentation. Data analyze by data collection, data reduction, data display and conclusion drawing/verifying. The role of the coordinator of the family welfare empowerment (PKK) in a effort to improve nutrition family in the village Kanjilo district Gowa, was implemented through the: Information about the importance of health services post nutritional supplements; monitoring of families that experienced the malnutrition; Concern the family against the clean and healthy living as well as food consumption pattern are all in good health and nutritional balanced; Reduction disorder due to lack of salt iodine (GAKY); Suplementasi the nutrient; The breastfeeding exclusive for 6 (six) months; Food a companion milk mother (MP-ASI).

Keywords: The Role, PKK, Nutritional Improvement

PENDAHULUAN

Salah satu keberhasilan suatu bangsa ditentukan oleh perempuan. Perempuan

memiliki suatu kharisma tersendiri dalam menjalani suatu proses kehidupan. Lebih dari itu, perempuan juga mempunyai andil besar

dalam kegiatan penanggulangan kemiskinan melalui pemberdayaan masyarakat dan kelompok yang menjadi buktinya adalah bahwa perempuan mampu meningkatkan kesejahteraan keluarganya dengan melakukan kegiatan usaha produktif rumah tangga.

Pemberdayaan perempuan dilakukan seperti kecakapan hidup (life skills). Kecakapan hidup (life skills) adalah kecakapan yang dimiliki seseorang untuk berani menghadapi problema hidup dan kehidupan dengan wajar tanpa merasa tertekan, kemudian secara proaktif dan kreatif mencari serta menemukan solusi sehingga akhirnya mampu mengatasinya (Depdiknas, 2003 : 6). Lebih lanjut dijelaskan bahwa Salah satu wadah organisasi dalam bidang keperempuanan dimasyarakat Desa dan Kelurahan adalah Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) yang merupakan sebuah gerakan yang tumbuh dari bawah dengan perempuan sebagai penggerak dan dinamisatornya untuk membangun, membina, dan membentuk keluarga guna mewujudkan kesejahteraan keluarga.

Menurut Nur Ardliyana T (2017: 3) PKK didominasi oleh perempuan terutama oleh kaum ibu-ibu dapat menjadi patokan atau landasan bahwa perempuan telah mampu memberdayakan dirinya sendiri dan berdampak pada kemampuan mereka dalam memberdayakan orang lain yang diwujudkan dalam bentuk pemberdayaan pada kegiatan-kegiatan pada program kerja PKK, tentunya program tersebut merupakan aksi nyata dalam menyukseskan kegiatan pembangunan, khususnya pembangunan Daerahnya masing-masing.

Lebih lanjut diperjelas oleh pendapat Muhammad Anshar (2017: 8) PKK fokus dalam memberdayakan ekonomi warga yang kurang mampu dengan membantu ekonomi kaum perempuan. Program kerja PKK berorientasi pada praktis, artinya PKK bergerak pada aksi-aksi nyata memberdayakan dan memihak kaum perempuan.

Beberapa definisi di atas menunjukkan bahwa wanita memegang peranan penting dalam pembangunan bangsa, khususnya membantu mewujudkan keluarga sejahtera.

Menurut Nina R.R (2014) Salah satu organisasi yang telah ada dan diakui manfaatnya oleh masyarakat, terutama dalam upaya meningkatkan keberdayaan dan kesejahteraan keluarga adalah gerakan Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK). Peranan dari PKK dapat menggugah masyarakat agar

termotivasi untuk dinamis, dapat mengubah keadaan kearah yang lebih masju dan manfaatnya telah banyak dirasakan oleh masyarakat.

Istilah pemberdayaan (empowerment) berasal dari akar kata empower, yang mempunyai makna dasar “pemberdayaan” dimana “daya” bermakna kekuatan (power) atau kemampuan. Menurut Ambar Teguh (2004:77) pemberdayaan dimaknai sebagai “suatu proses menuju berdaya atau proses pemberian daya, kekuatan, kemampuan dan proses pemberian daya, kekuatan, kemampuan dari pihak yang mempunyai daya kepada pihak yang kurang atau belum berdaya”.

Pemberdayaan sebagai proses pertumbuhan kekuasaan dan kemampuan diri dari masyarakat lemah atau bawah, terpinggirkan dan tertindas. Melalui proses pemberdayaan masyarakat bawah bisa terangkat dan muncul menjadi bagian masyarakat menengah ke atas.

Menurut Hikmat (2006:135), tujuan pemberdayaan yaitu: Untuk menumbuhkembangkan nilai tambah ekonomis, tetapi juga nilai tambah sosial-budaya. Karena itu, kajian strategis pemberdayaan masyarakat baik masalah ekonomi, sosial, budaya maupun politik menjadi sangat penting sebagai masukan untuk pemerintahan.

Menurut Soetomo (2011:95-96) pemberdayaan pada umumnya difokuskan pada level komunitas. Hal itu disebabkan karena komunitas dianggap sebagai basis kehidupan masyarakat, dengan demikian apabila proses pembangunan harus dimulai dari bawah, maka awalnya harus berangkat dari kehidupan yang paling dasar. Pemberdayaan masyarakat sering kali sulit dibedakan dengan pembangunan masyarakat, karna kedua istilah tersebut tumpang tindih dalam penggunaannya didalam masyarakat.

Menurut Tim Penggerak PKK Pusat (2005:5), tujuan keberadaan PKK yaitu: Memberdayakan keluarga untuk meningkatkan kesejahteraan menuju terwujudnya keluarga yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia dan berbudi luhur, sehat sejahtera, maju dan mandiri, kesetaraan dan keadilan gender serta kesadaran hukum dan lingkungan.

Kedudukan atau posisi PKK dalam masyarakat itu cukup penting, sesuai dengan hasil penelitian Joan F. R dkk (2014:9) dikarenakan PKK selalu berusaha untuk

menggerakkan partisipasi masyarakat dan memberdayakan serta berusaha untuk memenuhi kebutuhan masyarakat untuk mewujudkan pembangunan desa dan meningkatkan kesejahteraan keluarga.

Batasan PKK tersebut, memberikan gambaran bahwa tujuan gerakan PKK adalah mewujudkan keluarga sejahtera. Keluarga yang mampu menciptakan keselarasan, keserasian, dan keseimbangan antara kemajuan lahiriah dan batiniah berdasarkan Pancasila dan UUD 1945.

Menurut Entjang (1997: 131) bahwa faktor pendukung upaya perbaikan gizi keluarga yaitu “adanya usaha pendidikan yang terkoordinasi antara pertanian, kesehatan, pendidikan dan dinas-dinas lainnya yang bersangkutan”. Hal ini berarti upaya perbaikan gizi keluarga dari pemerintah-pemerintah maupun organisasi terkait tidak terlepas dari adanya koordinasi guna menunjang upaya perbaikan gizi keluarga.

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 29 Tahun 2004 tentang Kesehatan, Pasal 1 (2004:60) ditegaskan bahwa “kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup proaktif secara sosial dan ekonomis”. Sementara dalam Rancangan Undang-Undang tentang ketentuan Pokok Kesehatan tahun 1984 (Sukarni, 1994:2) disebutkan bahwa: Kesehatan adalah keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan yang memungkinkan setiap individu hidup proaktif secara sosial ekonomi dan intelektual. Juga disebutkan bahwa semua warga Negara berhak memperoleh derajat kesehatan yang optimal agar dapat bekerja dan hidup layak sesuai dengan martabat manusia.

Berdasarkan pengertian di atas, maka pada hakikanya bahwa kesehatan merupakan suatu kondisi akan jiwa dan raga maupun sosial seseorang yang sempurna serta bebas dari segala penderitaan.

Hidup sehat untuk kondisi jasmaniah dapat diperoleh dengan cara berolahraga secara teratur, makanan yang bergizi dengan pengaturan yang berimbang sesuai petunjuk kesehatan. Kondisi Rohaniah dapat diperoleh dengan cara santapan rohani, seperti belajar ilmu agama dan mengamalkannya, sedangkan kondisi sosial dapat diperoleh dengan penciptaan lingkungan yang aman dan nyaman, bebas dari segala gangguan dan ancaman sehingga dapat mendukung kesehatan masyarakat pada umumnya dan anak pada khususnya.

Menurut Entjang (1997:20) ada tiga faktor yang mempengaruhi kesehatan seseorang yaitu:

- 1) Penyebab penyakit
- 2) Manusia sebagai tuan rumah, dan
- 3) Lingkungan hidup.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan di atas, akan diuraikan sebagai berikut:

- 1) Penyebab penyakit

Penyebab penyakit dapat bersumber dari dalam diri seseorang yang dapat menyerang perorangan dan masyarakat, dan penyakit yang bersumber dari luar tubuh seseorang yang dapat menyerang perorangan dan masyarakat pula. Penyebab penyakit tersebut dapat bersumber dari lingkungan yang kurang sehat atau kurang bersih sehingga segalakuman dapat hidup di sekitar tempat tinggal.

- 2) Manusia sebagai tuan rumah

Manusia sebagai tuan rumah dalam kesehatan, artinya manusia yang dihinggapi penyakit merupakan faktor yang sangat penting untuk diperhatikan, karena setiap orang yang dihinggapi penyakit, belum tentu akan mengalami sakit. Hal ini disebabkan adanya daya tahan tubuh setiap orang yang berbeda terhadap penyakit.

Berdasarkan penelitian awal yang dilakukan di Desa Kanjilo Kecamatan Barombong, terdapat 1 (satu) orang Ibu melahirkan meninggal dan 3 (tiga) orang bayi gizi buruk. Dikarenakan penduduk di Desa Kanjilo kurang memahami tentang kesehatan dan pentingnya gizi dalam keluarga.

Namun sehubungan dengan hal tersebut, upaya meningkatkan kesejahteraan keluarga tampak bahwa fokus utamanya adalah perbaikan gizi belum sepenuhnya dapat dicapai dalam masyarakat. Karena pada realitasnya, hal itu masih jauh dari harapan, seperti halnya yang terjadi di Desa Kanjilo Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa.

Sehubungan penjelasan latar belakang masalah di atas, dapat diketahui bahwa peranan PKK sangat penting dalam upaya perbaikan gizi keluarga di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa. Sehingga perlu dilakukan suatu penelitian peranan PKK dalam upaya perbaikan gizi keluarga di desa Kanjilo Kabupaten Gowa.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif yang

memaparkan tentang peranan Tim Penggerak PKK dalam upaya perbaikan gizi keluarga di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa.

Fokus Penelitian ini adalah bagaimana peranan Tim Penggerak PKK dalam upaya perbaikan gizi keluarga, yaitu melalui sosialisasi dan fasilitasi keluarga sadar gizi (Kadarzi) di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa, dengan memberikan kegiatan berupa:

1. Penyuluhan tentang pentingnya gizi
2. Monitoring keluarga yang mengalami gizi kurang
3. Kepedulian keluarga terhadap perilaku hidup bersih dan sehat serta pola makan sehat dan gizi seimbang.
4. Penanggulangan gangguan akibat kekurangan garam yodium (GAKY).
5. Suplementasi zat gizi
6. Pemberian ASI eksklusif selama 6 (enam) bulan
7. Makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI)

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa yang merupakan ibukota kecamatan Barombong. Adapun pemilihan lokasi ini dikarenakan kelompok PKK di Desa ini lebih aktif dalam kegiatan terutama pada bidang kesehatan dibandingkan dengan desa-desa lainnya di kabupaten Gowa.

Subjek penelitian dipilih menggunakan Teknik sampling nonprobability sampling dengan Teknik snowball sampling. Snowball sampling adalah Teknik pengambilan Teknik penentuan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil, kemudian membesar (Sugiyono, 2012:54). Dalam penelitian ini pertama-tama dipilih dua atau tiga orang yang dianggap bisa memberi data, dan jika dalam perjalanan penelitian peneliti merasa belum lengkap atas data yang diberikan, maka peneliti akan mencari orang lain yang dipandang lebih kompeten dan mengetahui yang dapat melengkapi data dari dua orang sampel sebelumnya.

Pemilihan subjek penelitian disesuaikan dengan kriteria sebagai berikut: (1) Anggota PKK aktif khususnya pada pokja IV dalam masa jabatan 2015-2020 yang dianggap menguasai pengetahuan mengenai PKK (bidang kesehatan), diharapkan dengan pengetahuan yang mereka kuasai maka informasi yang ingin diketahui akan diperoleh secara jelas dan terperinci karna disampaikan langsung oleh ahlinya (2) Anggota PKK yang memiliki pengalaman menjadi narasumber dalam penyuluhan kesehatan khususnya pada perbaikan gizi keluarga, hal ini

bertujuan untuk mendapatkan data dan informasi yang lebih jelas untuk melengkapi atau menyempurnakan informasi yang diberikan oleh pengurus PKK.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tiga cara, yaitu pengamatan (observation) wawancara (interview) dan dokumentasi (dokumentasi). Teknik Observasi digunakan dalam pengumpulan data-data yang berkenaan dengan kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh Tim PKK terkait perbaikan gizi keluarga. Teknik Wawancara yang digunakan adalah wawancara terbuka, dimana para subjek wawancara mengetahui atau menyadari maksud dari wawancara tersebut dan peneliti sudah mempersiapkan instrument wawancara sebelum melakukan wawancara dengan subjek penelitian. Teknik yang terakhir adalah dokumentasi yang bertujuan untuk memperoleh data yang bersifat documenter seperti dokumen-dokumen kegiatan penyuluhan dan sosialisasi upaya perbaikan gizi keluarga.

Teknik analisis data yang digunakan adalah menggunakan pendekatan Miles dan Huberman, dimana Analisa data yang dilakukan berdasarkan interaktif model, dengan langkah sebagai berikut: (1) Reduksi, (2) Penyajian data biasanya berbentuk teks naratif, data disusun secara sistematis, (3) Verifikasi dan penegasan kesimpulan merupakan kegiatan akhir dari analisis data..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Lokasi Penelitian

Kecamatan Barombong merupakan daerah dataran yang berbatasan sebelah utara kecamatan pallangga, kabupaten takalar dan kota makassar sebelah selatan kecamatan bajeng dan kota makassar sebelah barat kabupaten takalar dan kota makassar sedangkan di sebelah timur berbatasan dengan kecamatan bajeng dan barombong dengan ketinggian dari permukaan laut berkisar rata-rata 25 meter. Dengan jumlah desa/kelurahan sebanyak 7 (tujuh) desa/kelurahan dan dibentuk berdasarkan PERDA No. 7 Tahun 2005. Ibukota kecamatan Barombong adalah kanjilo dengan jarak sekitar 6,50 km dari Sungguminasa.

Jumlah penduduk Kecamatan Barombong tahun 2014 sebesar 37.933 jiwa yang terdiri dari laki-laki sebesar 18.726 jiwa dan perempuan sebesar 19.207 jiwa.

Beberapa fasilitas umum yang terdapat di Kecamatan Barombong seperti sarana

pendidikan antara lain Taman Kanak-kanak sebanyak 15 buah, sekolah Dasar negeri 5 buah, Sekolah Dasar Inpres 11 buah, Sekolah Lanjutan Pertama 2 buah. Disamping itu terdapat beberapa sarana kesehatan, seperti Puskesmas 2 buah, Pustu 5 buah, dan Posyandu 43 buah. Ada juga tempat ibadah (Masjid dan Surau), dan pasar.

Penduduk Kecamatan Barombong umumnya berprofesi sebagai petani, padi sawah dan palawija (kacang hijau).

Deskripsi Hasil Penelitian Peranan Tim Penggerak PKK dalam Upaya Perbaikan Gizi Keluarga di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa dengan kriteria penelitian kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Dengan beberapa indikator yaitu:

- a. Penyuluhan tentang pentingnya gizi
- b. Monitoring keluarga yang mengalami gizi kurang
- c. Kepedulian keluarga terhadap perilaku hidup bersih dan sehat serta pola makan sehat dan gizi seimbang.
- d. Penanggulangan gangguan akibat kekurangan garam yodium (GAKY).
- e. Suplementasi zat gizi
- f. Pemberian ASI eksklusif selama 6 (enam) bulan
- g. Makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI)

Dalam upaya perbaikan gizi keluarga melalui peranan Tim Penggerak PKK di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada informan yaitu:

Wawancara dengan Ibu N sebagai informan pertama (5/12/2015) bahwa: Dalam memberikan penyuluhan tentang gizi kepada masyarakat umum yaitu dengan cara menggerakkan dan mengajak masyarakat untuk mengusahakan budidaya tanaman, sayuran, ikan dengan memanfaatkan pekarangan rumah masing-masing supaya keluarga dapat meningkatkan gizi didalam rumah tangganya, penyuluhan ini diadakan ditempat-tempat umum dan pertemuan warga setempat seperti di posyandu, majelis ta'lim dan arisan.

Dengan penyuluhan ini kita dapat memotivasi keluarga untuk memanfaatkan pekarangan rumah sebagai warung hidup yang dapat meningkatkan gizi keluarga.

Informan pertama ini juga mengatakan bahwa dengan diberikannya penjelasan kepada keluarga tentang gizi yang baik yaitu gizi yang seimbang, dengan mengonsumsi pangan/makanan seperti nasi, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah. Serta memberikan penyuluhan kepada keluarga agar dapat membersihkan lingkungannya masing-masing dan memakai jamban yang sehat di setiap rumah tangga.

Kita juga dapat menghimbau kepada semua warga atau keluarga agar supaya menerapkan pola PBHS dilingkungan masing-masing. Kemudian diberikan pula penjelasan akan pentingnya pola makan yang sehat agar keluarga dapat mengetahui secara pasti melakukan pengelolaan makanan yang dibuat sendiri. Serta menganjurkan kepada keluarga untuk mengonsumsi pangan/makanan beragam, bergizi dan seimbang, karena makanan yang bergizi dan seimbang sangat baik untuk anak dalam pertumbuhannya.

Kita juga dapat menyarankan kepada keluarga/masyarakat agar menggunakan garam beryodium setiap kali memasak untuk mencegah penyakit gondok. Serta menganjurkan kepada keluarga untuk mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi agar dapat memenuhi kebutuhan tubuh secara normal supaya tidak kekurangan gizi. Dengan memotivasi atau mendorong ibu untuk memberikan (ASI Eksklusif) selama 6 bulan dan dianjurkan sampai 2 tahun. Dan bayi yang berumur 6 bulan sebaiknya diberi makanan pendamping ASI, selain ASI bayi juga sangat membutuhkan makanan pendamping karena semakin umurnya bertambah semakin besar gizi yang dibutuhkan.

Kemudian wawancara dengan Ibu SH sebagai informan kedua (10/12/2015) yaitu: Bahwa dalam memberikan penyuluhan tentang gizi kepada masyarakat yaitu dengan memberikan contoh yang ada dalam kehidupan sehari-hari. Dan penyuluhan ini biasanya diadakan di posyandu pada saat penimbangan balita. Kemudian cara memberikan penyuluhan kepada keluarga tentang perbaikan gizi yaitu pada saat santai kita dapat memberikan penyuluhan bahwa gizi itu harus diperbaiki demi kesehatan. Dan memberikan penjelasan/pengarahan kepada keluarga bahwa gizi yang baik itu adalah gizi yang seimbang dan lengkap. Serta memberikan cara pola hidup yang bersih agar tetap sehat dengan cara membuang sampah pada tempatnya.

Kemudian ditambahkan lagi oleh informan kedua juga (Ibu SH) mengatakan bahwa: Pola makan yang sehat adalah makan yang teratur dengan gizi yang seimbang. Gizi yang seimbang adalah makanan yang mengandung protein dan zat-zat yang dapat menyehatkan. Kemudian memberikan pengarahan kepada keluarga bahwa dengan menggunakan garam yang beryodium kita dapat terhindar dari penyakit gondok. Serta memberikan penjelasan kepada mereka bahwa suplemen gizi yang baik adalah makanan yang mengandung gizi.

Pemberian ASI yang baik seharusnya diberikan sampai umur 6 bulan agar terhindar dari penyakit, kemudian makanan pendamping ASI diberikan pada saat anak berumur 6 bulan keatas, karena makanan pendamping ASI sangat penting sebagai pelengkap untuk memberi daya dan kekuatan kepada anak.

Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan Ibu MU (18/12/2015) sebagai informan yang ketiga menyatakan bahwa: Dalam memberikan penyuluhan tentang gizi kepada masyarakat umum yaitu dengan bermusyawarah atau bersosialisasi kepada masyarakat umum tentang pentingnya gizi dalam keluarga agar anak kita tidak mengalami gizi yang buruk atau kekurangan gizi, dan penyuluhan ini biasa diadakan ditempat-tempat umum dengan mengundang ahli gizi yang dapat memberikan penjelasan tentang gizi yang baik dalam pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga anak dapat tumbuh dengan baik tanpa mengalami yang namanya gizi buruk.

Sedangkan cara yang dilakukan dalam memberikan penyuluhan kepada keluarga tentang perbaikan gizi yaitu dengan memberitahukan cara hidup yang sehat dan pola makan yang seimbang dan penyuluhan kepada keluarga biasa dilakukan di posyandu atau mengunjungi rumah warga. Kemudian kita juga memberikan pengarahan kepada keluarga tentang bagaimana cara hidup yang bersih dan hidup yang sehat serta tentang pola gizi yang seimbang yaitu dengan selalu mengadakan penyuluhan di tempat posyandu bahwa keluarga harus selalu membudidayakan hidup yang bersih, sehat dan pola gizi yang seimbang. Kemudian memberikan penjelasan kepada keluarga tentang pentingnya menggunakan garam beryodium dalam setiap masakan atau makanan yang akan dikonsumsi agar dapat terhindar dari penyakit gondok. Serta selalu mengkonsumsi suplemen gizi yang baik karena

suplemen yang baik adalah makanan yang mengandung gizi yang baik pula.

Memberikan juga pengarahan kepada keluarga tentang pentingnya memberikan ASI kepada anak yang baru lahir agar selalu sehat dan terhindar dari penyakit yang tak diinginkan, memberikan penjelasan kepada mereka kapan waktu yang baik diberikan pendamping ASI karena ASI itu diberikan kepada bayi sampai bayi tersebut berusia 6 bulan kemudian diberikan makanan pendamping ASI karena makanan pendamping ASI juga sangat berguna dalam pertumbuhan dan perkembangan anak tentunya dengan makanan yang sehat, bergizi dan seimbang.

Memberikan juga kepada mereka tentang pentingnya menggunakan garam yang beryodium agar kita dapat terhindar dari penyakit gondok. Serta mengonsumsi suplemen gizi yang baik agar tubuh kita tetap sehat dan kuat serta dapat menjaga agar kita dapat hidup sehat dengan pola makan yang baik.

Memberikan penyuluhan kepada keluarga tentang cara pemberian ASI yang baik yaitu memberikan ASI kita kepada bayi kita pada saat baru lahir agar kekebalan tubuhnya selalu terjaga dan sehat, memberikan makanan pendamping pada usia bayi 6 bulan dengan makanan yang sehat, bergizi dan seimbang karena makanan pendamping ASI itu sangat penting dan sangat dibutuhkan oleh anak agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik dan terhindar dari gizi yang buruk atau kekurangan gizi.

Salah satu agenda utama pembangunan nasional adalah sektor pendidikan. Pendidikan berperan penting dalam membangun kerangka fisik, mental, dan spiritual seseorang sehingga membentuk kepribadian dan karakter yang mandiri. Upaya pendidikan yang diprakarsai pemerintah diwujudkan secara terpadu dengan upaya masyarakat setempat untuk meningkatkan kesejahteraan sosial, ekonomi, politik dan budaya yang lebih bermanfaat dan memberdayakan masyarakat secara nonformal dan informal.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap kelima informan yang telah menjadi unit analisis data dalam penelitian kami yaitu bagaimana upaya Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) dalam program perbaikan gizi keluarga di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa.

Penyuluhan tentang pentingnya gizi

Pentingnya gizi bagi tubuh manusia, gizi adalah zat yang terkandung dalam suatu jenis makanan tertentu. Makanan adalah merupakan bagian dari kebutuhan dasar setiap manusia. Karena dalam makan banyak mengandung zat gizi yang penting bagi kehidupan dan kesehatan seseorang. Makanan yang baik dan sehat dapat membantu dan meningkatkan daya tahan tubuh seseorang, menjaga kesehatan kebugaran tubuh, stabilitas emosi dan semangat didalam menjalani segala aktivitas kehidupan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa penyuluhan tentang gizi itu sangat penting bagi masyarakat atau keluarga agar dapat terhindar dari gizi buruk atau kekurangan gizi, agar keluarga dapat terhindar dari berbagai macam penyakit yang dapat menyerang setiap saat tanpa kita tahu kapan akan penyakit itu menyerang kita.

Monitoring keluarga yang mengalami gizi kurang

Monitoring keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi menggambarkan seperangkat perilaku interpersonal, sifat, kegiatan yang berhubungan dengan tingkat pemenuhan gizi anak. Monitoring keluarga dalam pemenuhan gizi anak merupakan salah satu bentuk peran untuk mengatasi kekurangan gizi. Adapun perannya adalah sebagai pendidik dan penyedia agar dapat memilih makanan yang sehat

Hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa mereka selalu memonitoring keluarga yang mengalami gizi yang kurang dengan cara memberikan penyuluhan atau pengarahan kepada keluarga di tempat umum atau posyandu agar mereka selalu menjaga hidup yang sehat, bersih dan selalu menjaga pola makan yang sehat, bergizi dan seimbang.

Kepedulian keluarga terhadap perilaku hidup bersih dan sehat serta pola makan sehat dan gizi seimbang

Perilaku hidup bersih dan sehat, merupakan karakter yang harus dibiasakan sejak dini sehingga terbentuk paradigma sehat dalam diri kita yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan keluarga dan masyarakat. Program ini bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi keluarga dengan membuka jalur komunikasi, informasi dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku sehingga masyarakat sadar,

mau dan mampu mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat

Memberikan selalu pengertian atau pengarahan kepada keluarga tentang kepedulian terhadap perilaku hidup yang bersih dan sehat serta pola makan sehat dan gizi seimbang, agar kekebalan tubuh dan pertahanan tubuh yang sehat agar terhindar dari gizi yang buruk.

Penanggulangan gangguan akibat kekurangan garam yodium (GAKY).

Yodium merupakan zat esensial bagi tubuh, karena merupakan komponen dari hormon tiroksin. Dalam tubuh terkandung sekitar 25mg yodium yang tersebar dalam semua jaringan tubuh.

Dari hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa penanggulangan gangguan atau penyakit yang bisa saja menyerang tubuh kita akibat kurang mengonsumsi garam beryodium sehingga tubuh kita bisa saja terjangkit atau mengalami penyakit gondok. Oleh karena itu, kita harus selalu menjaga pola hidup sehat dengan pola makan yang bergizi dan seimbang agar dapat terhindar dari berbagai macam penyakit, agar tubuh kita kuat dan selalu aktif dalam bekerja.

Suplementasi zat gizi

Konsumsi suplemen memiliki banyak fungsi yaitu untuk meningkatkan derajat kesehatan, mencegah dan menyembuhkan penyakit dan mencegah defisiensi pada kelompok beresiko kekurangan gizi.

Mengonsumsi suplementasi zat gizi yang baik adalah merupakan hal yang tidak boleh kita lupakan dalam kehidupan kita karena suplemen gizi yang baik adalah makanan yang banyak mengandung zat gizi yang baik dan menyehatkan agar terhindar dari kekurangan gizi atau gizi buruk.

Pemberian ASI eksklusif selama 6 (enam) bulan

ASI eksklusif merupakan pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan lain pada bayi berumur nol sampai enam bulan. ASI dalam jumlah cukup merupakan makanan terbaik pada bayi dan dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi selama 6 bulan pertama. ASI merupakan makanan alamiah yang pertama dan utama bagi bayi sehingga dapat mencapai tumbuh kembang yang optimal.

Dari hasil penelitian tentang pemberian ASI eksklusif selama 6 (enam) bulan juga mereka

menyarankan kepada keluarga bahwa ASI itu sebaiknya diberikan kepada bayi yang baru lahir agar kekebalan tubuhnya tetap terjaga dan terhindar dari kekurangan gizi atau gizi yang buruk, karena anak akan dapat tumbuh dengan baik dan sehat apabila diberikan asupan ASI sampai anak berusia 6 bulan.

Makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI)

Makanan pendamping ASI adalah makanan yang diberikan pada anak usia 6-24 bulan. Makanan pendamping ASI merupakan makanan atau minuman yang mengandung gizi diberikan kepada bayi/anak untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan menambah energi.

Makanan pendamping ASI juga sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak agar dapat tumbuh dengan optimal, makanan pendamping ASI juga harus makanan yang sehat, bergizi dan seimbang serta mempunyai kandungan protein yang tinggi agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik dan sehat, dan tidak mengalami kekurangan gizi atau gizi yang buruk dengan perbaikan gizi keluarga ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peranan Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) dalam program perbaikan gizi keluarga di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa dapat dikatakan sangat berperan dalam upaya perbaikan gizi agar anak mereka dapat tumbuh dan berkembang dengan Baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa peranan tim penggerak pemberdayaan dan kesejahteraan keluarga (PKK) dalam program perbaikan gizi keluarga di Desa Kanjilo Kabupaten Gowa dapat dikatakan sangat berperan dalam pemberian penyuluhan/dalam menjalankan fungsinya sebagai anggota PKK. Maka dapat disimpulkan sebagai berikut: 1) Penyuluhan; 2) Monitoring; 3) Kepedulian keluarga:

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dikemukakan saran yang dapat berguna bagi orang tua yaitu: (1) Kepada berbagai pemerintah yang terkait untuk lebih memperhatikan perbaikan gizi keluarga di desanya dan memberikan bantuan-bantuan yang berhubungan dengan gizi masyarakat. (2) Diharapkan bagi perempuan untuk ikut serta mendukung dan berperan aktif dalam kegiatan pemberdayaan dan kesejahteraan keluarga (PKK) di sela-sela

kesibukannya guna meningkatkan pengetahuan tentang gizi agar dapat menambah pengetahuan dan bisa diterapkan baik itu untuk diri sendiri, keluarga dan masyarakat

DAFTAR RUJUKAN

- Adiningsih, Sri. 2010. *Waspada Gizi Balita Anda*. Jakarta: Gramedia
- Ambar Teguh. 2004. *Kemitraan dan Model-Model Pemberdayaan*. Yogyakarta: Gaya Media.
- Depdiknas. 2003. *Pedoman Penyelenggaraan Program Kecakapan Hidup*. Jakarta.
- Devi, Nirmala. 2010. *Nutrition and Food Gizi Untuk Keluarga*. Jakarta: Gramedia
- Entjang,I. 1997. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Grindle S Merille, 1980 *Politics And Policy Implementation In The Third World*, Princeton New Jersey,
- Hikmat. 2006. *Strategi Pemberdayaan Masyarakat*. Bandung: Humaniora Utama Press.
- I. Nyoman. 2005. *Perencanaan Pembangunan Daerah Otonom dan Pemberdayaan Masyarakat*. Jakarta: Cipta Utama
- Joan F. R, Jantje M dkk (2014) "Peranan Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) dalam Menggerakkan Partisipasi Masyarakat Desa (Suatu Studi di Desa Ongkau I Kabupaten Minahasa Selatan, Vol. 4 No 5. 2014 (online) <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/JAP/article/view/5868/5401> diakses pada 1 Desember 2019
- Muhammad Anshar (2017) "Peran dan Dampak Program Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga Terhadap Kesejahteraan Ekonomi Warga Kelurahan Sei Kera Hilir II Kota Medan, 1 (2), (online) <file:///Users/macbookpro/Downloads/926-2102-3-PB.pdf> diakses pada tanggal 10 November 2019)
- Murad,H. 1991. *Pembinaan Kesejahteraan Keluarga dalam Operasional Pelaksanaan*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Nina R.R, Sjamsiar S, dkk (2014) " Pelaksanaan Peran Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) dalam Pemberdayaan Perempuan (Studi tentang program pendidikan dan keterampilan di kecamatan Kaliori, Kabupaten Rembang). 2 (5), (online) <http://administrasipublik.studentjournal>.

- ub.ac.id/index.php/jap/article/view/473/3
49 Diakses pada tanggal 13 Desember
2019
- Nur Ardliyana T, Oksiana J (2017). Strategi
Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga
(PKK) dalam pemberdayaan Perempuan
Jurnal Kajian Moral dan
Kewarganegaraan. 5 (3), (online).
(<http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-kewarganegaraan/article/viewFile/20679/18957> diakses pada tanggal 10
November 2019)
- Soetomo. 2011. *Pemberdayaan masyarakat*.
Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Suharto. 2005. *Membangun Masyarakat
Memberdayakan Masyarakat*. Bandung:
Refika Aditama.
- Susidasari, 1999. *Tingkat Sadar Gizi Keluarga
Ditinjau Dari Karakteristik Keluarga Di
Desa Parbangunan Kecamatan
Penyabungan Kabupaten Mandailing
Natal Tahun 1999*, Skripsi, Fakultas
Kesehatan Masyarakat USU, Medan
- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif
Kualitatif dan R & B*. Bandung:
Alfabeta.
- Soetrisno, Lukman. 1997. *Kemiskinan,
Perempuan, dan Pemberdayaan*.
Yogyakarta: Kanisius
- Tim Penggerak PKK Tingkat Pusat. 2005. *Hasil
Rapat Kerja Nasional VI PKK*. Jakarta.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 29
Tahun 2004, tentang *Kesehatan*.
Jakarta: Tim Srikandi.