

Peningkatan Kemampuan Ibu dalam Penataan Menu Sehat Balita untuk Mencapai Status Kesehatan Prima di Rejowinangun

Oleh: Badraningsih L, Kokom Komariah, Siti Hamidah, Sugiono, Endang M, Umami Nirmala

ABSTRAK

Tujuan dari kegiatan ini adalah 1) Meningkatkan kemampuan IBU dalam menyusun menu sehat yang menarik berdasarkan program ISI PIRINGKU untuk balita. 2) Meningkatkan keterampilan IBU dalam mengolah dan menyajikan olahan sayur untuk balita. 3) Meningkatkan keterampilan IBU dalam mengolah dan menyajikan buah untuk sajian balita. 4) Meningkatkan keterampilan IBU dalam mengolah dan menyajikan lauk pauk untuk balita.

Metode kegiatan yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, demonstrasi, dan latihan (praktek) baik kelompok maupun individu, dan diskusi. Ceramah dan tanya jawab digunakan untuk menjelaskan hygiene perseorangan dan lingkungan; pengetahuan menu balita

sehat, pengolahan dan penyajian. Kegiatan praktek digunakan untuk mempraktekkan penanganan perilaku higien penjamah makanan, penanganan limbah, teknik pengolahan, penyajian makanan balita, Kegiatan diskusi digunakan untuk memahami permasalahan yang dihadapi mitra.

Hasil kegiatan praktek yang bisa terlaksana dengan mempraktekan sepuluh menu masakan yang meliputi : Takoyaki sayuran, rolade sayuran tempe, nugget tempe, stik tempe, nasi sayuran omerice, sate buah, pudding aneka buah, kroket singkong isi sayur, sentiling dan madusari. Berdasarkan hasil evaluasi yang diterapkan sebagai berikut : Kegiatan Peningkatan pengetahuan penataan menu balita Sehat, melalui menyusun menu untuk satu kali putaran dalam 10 hari untuk balita sehat tercapai 80%. Pengolahan olahan menu masakan untuk balita sehat dengan indikator praktik mengolah lauk pauk untuk balita, Mengolah olahan sayur dan buah tercapai 80%. Penyajian makanan balita sehat Menata dan menyajikan makan dengan indah, sehat dan menarik tercapai 80%. Evaluasi pelaksanaan berdasarkan respon peserta kemanfaatan materi tentang teknik menyusun menu sehat bagi balita 3,9 sangat bermanfaat, mengolah hidangan sayur untuk balita 3,8 sangat bermanfaat, mengolah dan menyajikan lauk pauk untuk balita 3,8 sangat bermanfaat, cara menyajikan hidangan buah bagi balita 3,8 sangat bermanfaat dan pengetahuan tentang program Isi piringku 3,9 sangat bermanfaat. Untuk penyampaian materi oleh instruktur sangat baik, strategi pelatihan yang digunakan baik, pemilihan narasumber sangat baik.

Kata Kunci: *peningkatan, kemampuan Ibu, penataan menu balita*