

ABSTRACT

Nutrient is needed to support life, growth, and replace damage of part of bodies. Baby and pregnant mother are the most sensitive groups to nutrient deficiency. So to prevent nutrient deficiency, baby and pregnant mother need to consume food that contain adequate nutrient namely carbohydrate, protein, vitamin, fat, mineral, and water.

Nutrient status principally are influenced by food consumption and body ability to use it. Nutrient are relatively more needed at growing age and pregnancy. Nutrient deficiency can cause disturbances namely growth and development in fetal life and in children. So children under five years and pregnant mother need health examination regularly in medical services.

Family nutritional status especially children under five years and pregnant mother can be increased with family nutrition improvement effort included nutrition information, nutrition services in *posyandu* and increasing use yard land. With this effort it is expected to get better family nutritional status.

INTISARI

Gizi diperlukan untuk menunjang kelangsungan hidup, pertumbuhan dan mengganti bagian-bagian tubuh yang aus. Balita dan ibu hamil merupakan kelompok yang paling rawan terhadap kekurangan gizi. Oleh karena itu untuk mencegah kekurangan gizi, balita dan ibu hamil perlu mengkonsumsi makanan yang cukup mengandung zat gizi yaitu karbohidrat, protein, vitamin, lemak, mineral dan air.

Status gizi pada prinsipnya dipengaruhi oleh konsumsi pangan dan kemampuan tubuh untuk menggunakannya. Zat gizi relatif dibutuhkan lebih banyak pada masa pertumbuhan dan kehamilan. Kekurangan gizi dapat menimbulkan gangguan berupa terganggunya pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan maupun terhadap bayi dan anak pada perkembangan selanjutnya. Untuk itu balita dan ibu hamil perlu memeriksakan kesehatan secara teratur di tempat pelayanan kesehatan.

Status gizi keluarga terutama balita dan ibu hamil dapat ditingkatkan dengan upaya perbaikan gizi keluarga meliputi penyuluhan gizi, pelayanan gizi di posyandu dan peningkatan pemanfaatan lahan pekarangan. Dengan upaya ini diharapkan dapat