

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbasis Pangan Lokal bagi Balita Bermasalah Gizi

¹Ratnawati, ¹Sepsina Reski, ²Endah Wahyutri, ³Supriadi

¹Jurus Gizi, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

²Jurus Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

³Jurus Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palu

Corresponding Author. Email : ratna845@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History:

Received : 06-11-2025

Revised : 03-01-2026

Accepted : 14-01-2026

Online : 02-02-2026

Keywords:

Pangan Lokal;

Balita;

Masalah Gizi.

ABSTRACT

Abstract: *The issue of toddlers experiencing stagnant weight gain at posyandu continues to pose a challenge in preventing malnutrition. One promising intervention is the provision of supplementary feeding made from locally available foods that align with community dietary patterns and nutritional requirements. This community service aims to improve the mother nutrition knowledge and weight gain among toddlers with growth faltering at community health centers. The community engagement activity involved administering supplementary food for 14 consecutive days to eight toddlers with no weight gain, consisting of 12 days of nutrient-dense snacks and 2 days of complete main meals. The supplementary food was distributed by posyandu cadres directly to the children's homes, accompanied by educational sessions on infant and young child feeding practices. Findings revealed an improvement in mothers' nutritional knowledge from 88% categorized as good to 100% good, alongside an average increase in toddlers' body weight from 11.68 kg to 11.91 kg. The implementation of locally based supplementary food demonstrates potential in promoting weight gain among toddlers with stagnant growth and serves as a viable model for sustainable nutrition interventions at the posyandu level.*

Abstrak: Masalah balita dengan berat badan tidak naik (T) di posyandu masih menjadi tantangan dalam upaya pencegahan gizi kurang. Salah satu intervensi yang efektif adalah pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis bahan pangan lokal yang sesuai dengan kebutuhan gizi dan kebiasaan makan masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita dan berat badan balita dengan status tidak naik (T) di posyandu melalui pemberian PMT berbasis pangan lokal. Metode pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan makanan tambahan selama 14 hari kepada 8 balita yang tidak naik berat badannya (T), terdiri dari 12 hari pemberian kudapan bergizi dan 2 hari pemberian menu makan utama lengkap. Pemberian PMT dilakukan oleh kader posyandu dan diantarkan ke rumah balita disertai dengan edukasi terkait pemberian makan bayi dan anak. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan gizi ibu balita dari 88% baik menjadi 100% baik, peningkatan berat badan balita dari rata-rata 11.68 kg menjadi 11.91 kg. Pemberian PMT berbasis pangan lokal berpotensi meningkatkan berat badan balita dengan status tidak naik (T) dan dapat menjadi model intervensi gizi yang berkelanjutan di tingkat posyandu.



This is an open access article under the CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Masalah gizi pada balita masih menjadi salah satu isu utama kesehatan masyarakat di Indonesia. Salah satu indikator yang sering digunakan untuk menilai keberhasilan program gizi di masyarakat adalah pemantauan berat badan balita melalui kegiatan posyandu. Balita dengan berat badan tidak naik (T) merupakan tanda adanya risiko malnutrisi yang perlu segera diintervensi. Kelurahan Mesjid merupakan kelurahan dengan capaian N/D (balita yang naik timbangannya dari total yang ditimbang) hanya sebesar 25% berdasarkan data SKDN Februari 2023 (Puskesmas Mangkupalas, 2023). Data survei khusus pada tahun 2024 menemukan bahwa terdapat 18% balita underweight, 22% stunted dan 14% mengalami wasting (Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kalimantan Timur, 2024).

Penyebab kondisi ini multifaktorial, meliputi asupan makan yang tidak adekuat, penyakit infeksi, serta praktik pengasuhan dan pola makan yang kurang optimal (Lassi et al., 2025). Hasil penelitian Ratnawati & Satriani (2024) menunjukkan asupan balita dengan BB kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkupalas sebagian besar masih di bawah Angka Kecukupan Gizi (AKG), dengan rata-rata asupan energi sebesar 793 kkal dan AKG 1350 kkal yang berasal dari ASI dan MP-ASI. Data lain juga menunjukkan balita dengan BB kurang dan sangat kurang, sebagian besar asupan zat gizinya tergolong defisit atau kekurangan. Sebanyak 53,6% anak balita BB kurang dan sangat kurang defisit energi, sebanyak 30,3% defisit protein, sebanyak 37,5% defisit lemak, dan sebanyak 66,1% defisit karbohidrat. Status gizi BB kurang yang terjadi secara terus menerus dalam beberapa periode atau gagal tumbuh (weight faltering) adalah suatu kejadian keterlambatan pertumbuhan fisik pada bayi dan anak yang ditandai penambahan berat badan tidak sesuai dengan kurva pertumbuhan normal. Gagal tumbuh bukan merupakan diagnosis, namun merupakan gejala dari gangguan asupan makanan atau gangguan penyerapan zat gizi. Pemantauan pertumbuhan harus dilakukan secara rutin oleh petugas kesehatan dan kader posyandu untuk mencegah anak balita mengalami weight faltering yang merupakan salah satu faktor risiko stunting.

Beberapa intervensi berbasis masyarakat telah dilakukan untuk mengatasi masalah gizi balita. Edukasi gizi dan intervensi pemberian makanan pendamping keduanya menunjukkan dampak yang kecil namun signifikan terhadap pertumbuhan linear anak. Selain itu, intervensi pemberian makanan pendamping juga berpengaruh terhadap pertumbuhan berat badan pada anak usia 6–23 bulan di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Panjwani & Heidkamp, 2017; Visser et al., 2018). Intervensi seperti suplementasi gizi ibu dan anak berbasis komunitas, promosi pemberian ASI, serta edukasi gizi bagi bayi di negara berpenghasilan rendah dan menengah menunjukkan potensi dalam menurunkan risiko terjadinya wasting (Lassi et al., 2025).

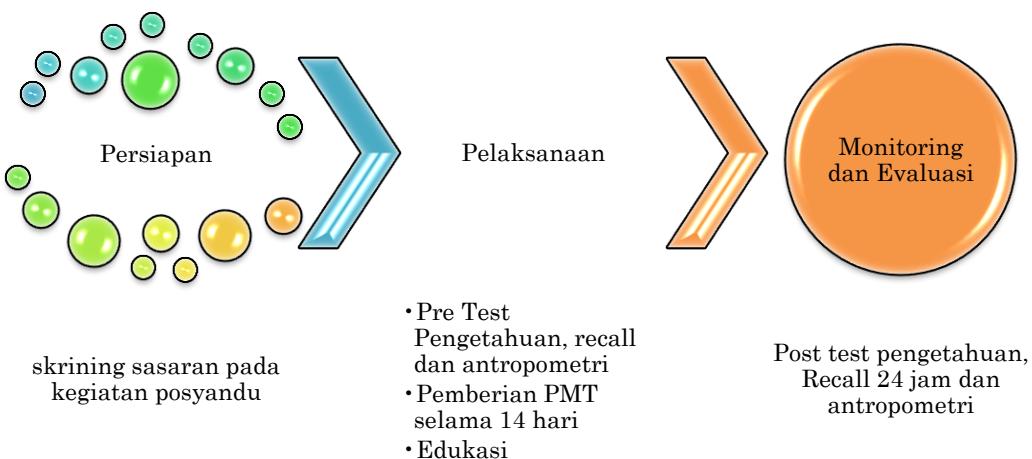
Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan salah satu strategi pemerintah dalam upaya memperbaiki status gizi balita. PMT berbasis pangan lokal menjadi alternatif yang efektif karena mudah diperoleh, diterima masyarakat, serta dapat meningkatkan kemandirian komunitas dalam penanganan masalah gizi (Purbaningsih & Syafiq, 2023). Konsep PMT pangan lokal juga sejalan dengan prinsip gizi seimbang yang menekankan keberagaman pangan dan pemanfaatan sumber daya lokal. Balita dengan berat badan tidak naik memerlukan perhatian khusus agar pertumbuhan dan perkembangannya tidak terganggu. Kader posyandu berperan penting dalam identifikasi dini kasus T serta sebagai pelaksana program PMT. Intervensi berbasis pangan lokal yang terstruktur diharapkan dapat meningkatkan berat badan balita melalui peningkatan asupan energi, protein, dan zat gizi mikro dari menu yang seimbang.

Pelaksanaan program PMT ini perlu disertai dengan edukasi gizi dan kesehatan untuk mendorong perubahan perilaku, seperti mendukung pemberian ASI, memberikan pendidikan dan konseling tentang praktik pemberian makan, serta memastikan kebersihan dan sanitasi keluarga (Benita et al., 2024).

Kelurahan Masjid merupakan salah satu kelurahan di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkupalas yang memiliki akses mudah terhadap berbagai bahan pangan lokal. Jarak Kelurahan Mesjid dengan Pasar Baqa (pasar terdekat) yang berjarak \pm 3 km. Selain itu, pangan lokal yang banyak tersedia meliputi sumber protein hewani seperti ikan gabus (nama lokal = ikan haruan) dan sayuran tinggi vitamin A seperti labu kuning. Solusi permasalahan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini adalah edukasi pemberian makan bayi dan anak dan pemantauan pertumbuhan serta pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal Solusi di atas didasari penelitian yang telah dilakukan oleh Ratnawati & Satriani (2024) yang menghasilkan formulasi makanan berbasis pangan lokal berupa biskuit MP-ASI dari ikan gabus dan labu kuning dengan kandungan gizi setara dengan biskuit PMT Program yang disediakan oleh pemerintah. Penelitian yang dilakukan dengan memberikan biskuit berbahan dasar labu kuning dan ikan haruan terbukti dapat meningkatkan asupan protein balita bermasalah gizi. Sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang sebagai implementasi riset berbasis bukti, yang bertujuan mengaplikasikan inovasi pangan lokal dalam upaya peningkatan pengetahuan gizi, kecukupan asupan zat gizi, dan berat badan balita dengan kondisi berat badan tidak naik.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode pendampingan bagi keluarga balita yang mengalami masalah gizi. Sasaran pengabdian adalah balita usia 6-59 bulan dengan status berat badan tidak naik (T) berdasarkan hasil skrining penimbangan di posyandu. Adapun alur pelaksanaan pengabdian masyarakat sebagai berikut:



Gambar 1. Alur pelaksanaan pengabdian masyarakat

Intervensi dilakukan selama 14 hari berturut-turut pada 8 balita. Setiap minggu, balita mendapatkan 6 kali menu kudapan dan 1 kali menu makanan lengkap berbasis bahan pangan lokal yang mencakup sumber karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur, dan buah. Menu disusun oleh tim pengabdian masyarakat dan kader posyandu dengan memperhatikan prinsip gizi seimbang. Pemberian dilakukan secara langsung oleh kader posyandu dan diantarkan ke rumah balita setiap hari. Pemantauan dilakukan oleh tim pelaksana dan kader terhadap pengetahuan ibu balita, penerimaan makanan, asupan makanan dan perubahan berat badan balita sebelum, saat dan sesudah intervensi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

A. Persiapan

Kegiatan persiapan berupa skrining yang dilakukan di Posyandu Teri Kelurahan Mesjid. Skrining dilakukan dengan melakukan pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan/panjang badan pada balita dan sasaran yang ditetapkan adalah balita yang tidak naik berat badannya (T) yang berjumlah 8 balita.

B. Pelaksanaan

Pre test dilakukan dengan melakukan pengukuran antropometri balita, pemberian kuesioner pengetahuan gizi pada ibu balita, serta pengukuran asupan balita dengan metode recall 24 jam. Setelah pre test, balita mulai diberikan PMT lokal selama 14 hari berturut-turut yang terdiri dari 12 hari kudapan dan 2 hari makanan lengkap dengan kandungan gizi sesuai juknis pemberian makanan tambahan lokal Kementerian Kesehatan (Kementerian Kesehatan, 2023). Pembuatan PMT hingga distribusi dilakukan oleh kader posyandu. Distribusi PMT disertai dengan monitoring daya terima PMT serta edukasi tentang Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) oleh kader dan tim pelaksana.

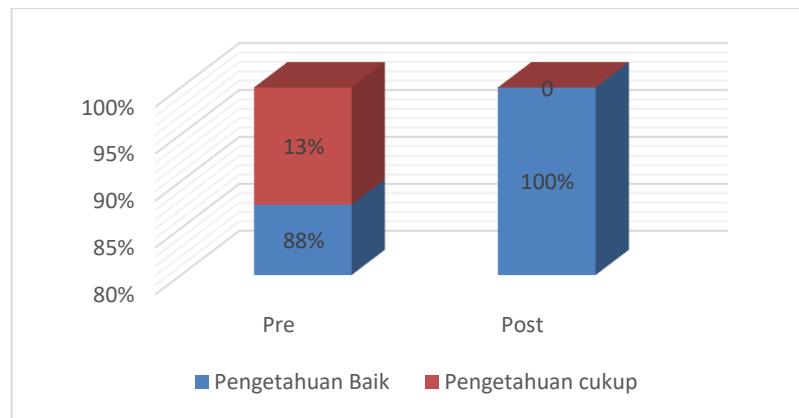


Gambar 1. Pemberian PMT lokal bagi balita

C. Monitoring dan Evaluasi

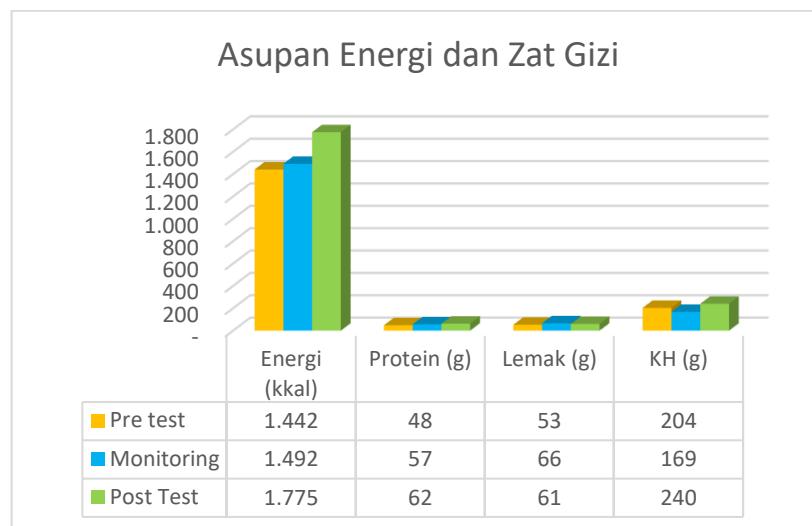
Monitoring dan evaluasi dilakukan dengan kuesioner pengetahuan gizi, penimbangan berat badan dan tinggi badan pada hari ke-7 dan hari ke-14 oleh kader serta recall 24 jam yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat sebanyak 2 kali selama pemberian PMT. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, asupan dan berat badan berat badan balita setelah pemberian PMT berbasis pangan lokal selama 14 hari.

Edukasi terkait PMBA dan PMT pangan lokal dapat meningkatkan pengetahuan gizi pada ibu balita dari 88% baik menjadi 100% baik.

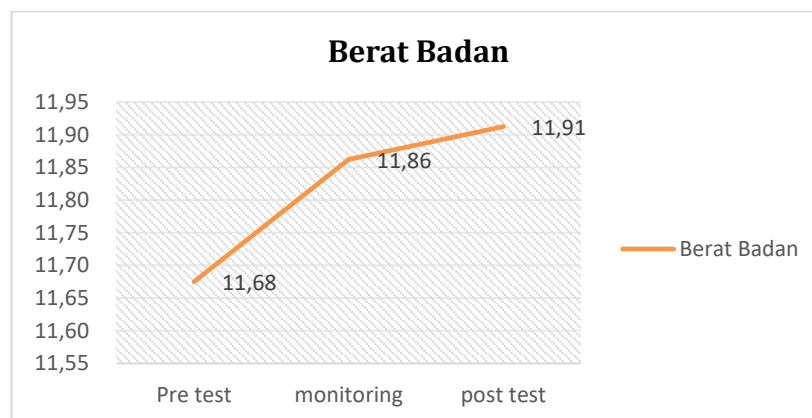


Gambar 2. Grafik peningkatan pengetahuan ibu balita penerima PMT

Peningkatan pengetahuan ini disertai dengan peningkatan asupan energi dan zat gizi balita. Peningkatan kepatuhan konsumsi PMT mampu meningkatkan asupan energi dan mampu membantu peningkatan berat badan balita.



Gambar 3. Grafik asupan balita penerima PMT



Gambar 4. Grafik kenaikan berat badan balita penerima PMT

Hasil pre post test antropometri balita menunjukkan peningkatan rata-rata berat badan balita dari 11.68 kg menjadi 11.91 kg dengan rata-rata peningkatan 0.23 kg dalam 14 hari intervensi.

2. Pembahasan

Peningkatan pengetahuan ibu, asupan dan berat badan balita menunjukkan bahwa intervensi berbasis pangan lokal mampu memenuhi kebutuhan energi dan protein balita dalam jangka pendek. Pangan lokal memiliki keunggulan karena mudah diperoleh, harga terjangkau, serta mengandung berbagai zat gizi penting seperti protein, zat besi, vitamin A, dan seng.

Keterlibatan kader posyandu dalam proses penyusunan menu, pembuatan, dan distribusi PMT juga berkontribusi terhadap keberhasilan program. Selain sebagai pelaksana, kader berperan dalam memberikan edukasi kepada ibu balita mengenai pentingnya variasi makanan dan pola makan seimbang. Pendekatan ini memperkuat partisipasi masyarakat serta meningkatkan keberlanjutan program gizi di tingkat lokal. Beberapa studi menunjukkan hasil sejalan dimana PMT yang memanfaatkan sumber protein hewani dan protein nabati lokal serta sayuran hijau dapat meningkatkan asupan protein harian dan mendorong kenaikan berat badan pada balita (Mukodri et al., 2025; Purbaningsih & Syafiq, 2023; Ramazana et al., 2024). Selain itu, penggunaan bahan pangan lokal mendukung ketahanan pangan rumah tangga serta meminimalkan ketergantungan pada produk olahan pabrikan.

Sebuah penelitian lain menggunakan produk RUSF (*Ready-to-Use Supplementary Food*) berbasis ikan yang diproduksi secara lokal terbukti dapat memperlambat, namun tidak sepenuhnya mencegah, penurunan pertumbuhan berat badan pada anak-anak Kamboja berusia 6 hingga 17 bulan. Meskipun demikian, dampak yang dihasilkan memiliki signifikansi klinis yang terbatas (Borg et al., 2020).

Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal seperti tempe, udang rebon, dan daun kelor yang diolah menjadi stik ikan, nugget, otak-otak, atau bakso selama 30–90 hari dapat membantu mencegah stunting pada balita. Bahan-bahan tersebut merupakan sumber protein nabati dan hewani, kaya zat gizi serta antioksidan, mudah diperoleh, dan terjangkau sehingga cocok digunakan sebagai modifikasi makanan rumahan bergizi untuk anak (Lestari & Kurniasari, 2024).

Pemberian makanan lokal terfortifikasi juga terbukti efektif dalam meningkatkan berat badan anak pada penelitian (Susanto et al., 2017). Pelaksanaan program berjalan dengan baik oleh tim posyandu yang terdiri dari perawat, bidan, nutrisionis, serta kader, dengan dukungan tambahan dari tenaga perawat lainnya. Ketersediaan panduan program dan pelatihan pra-implementasi sangat membantu pelaksanaan program oleh tim. Tenaga kesehatan seperti perawat dan bidan yang memiliki keterampilan memadai turut mempermudah proses pelatihan. Pendekatan berbasis kelompok kecil (sekitar 8–12 keluarga) di bawah pengawasan kader dapat menjadi alternatif yang lebih efisien.

Dengan demikian, pemberian PMT berbasis pangan lokal dapat dijadikan strategi efektif untuk memperbaiki status gizi balita dengan berat badan tidak naik (T), khususnya di wilayah dengan sumber daya terbatas. Namun, keberhasilan program sangat bergantung pada keterlibatan aktif kader, dukungan keluarga, dan pemantauan berkala (Pulungan & Mirasanti, 2018).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pemberian PMT berbasis pangan lokal selama 14 hari menunjukkan potensi dalam meningkatkan berat badan balita dengan status tidak naik (T) di posyandu. Kombinasi menu kudapan dan menu utama yang seimbang dan berbasis bahan lokal dapat memenuhi kebutuhan energi dan protein harian balita. Keterlibatan kader posyandu dalam pelaksanaan program menjadi faktor kunci keberhasilan intervensi. Disarankan

agar program ini diterapkan secara berkelanjutan dengan dukungan pelatihan kader dan pemantauan gizi rutin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik, Puskesmas Mangkupalas dan kader posyandu Teri yang telah membantu pelaksanaan pengabdian masyarakat.

REFERENSI

- Benita, E., Sugiati, R., & Kusdiyah, E. (2024). Effectiveness of Local Supplementary Feeding on Improving Nutritional Status in Malnourished Children E-SEHAD. *Electronic Journal Scientific of Environmental Health And Diseases*, 5(2).
- Borg, B., Sok, D., Mihrshahi, S., Griffin, M., Chamnan, C., Berger, J., Laillou, A., Roos, N., & Wieringa, F. T. (2020). Effectiveness of a locally produced ready-to-use supplementary food in preventing growth faltering for children under 2 years in Cambodia: a cluster randomised controlled trial. *Maternal and Child Nutrition*, 16(1). <https://doi.org/10.1111/mcn.12896>
- Kementerian Kesehatan. (2023). *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil 2023*. Kementerian Kesehatan RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/juknis-pemberian-makanan-tambahan-pmt-berbahan-pangan-lokal-untuk-balita-dan-ibu-hamil>
- Lassi, Z. S., Padhani, Z. A., Ali, A., Rahim, K. A., Azhar, M., Naseem, H. A., Salam, R. A., Das, J. K., & Bhutta, Z. A. (2025). Community-Based Child Food Interventions/Supplements for the Prevention of Wasting in Children Up to 5 Years at Risk of Wasting and Nutritional Oedema: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrition Reviews*, 83(8), 1402–1424. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuaf041>
- Lestari, R. A., & Kurniasari, R. K. (2024). Literature Review: Pengaruh PMT Pangan Lokal Pada Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *SEHATI: Jurnal Kesehatan*, 4(2), 85–90. <https://doi.org/10.52364/sehati.v4i2.64>
- Mukodri, D. M. L., Aminin, F., Safitri, T., Damayanti, M., Saputri, N. A. S., Jasda, A., Ikhwan, Z., Jannah, R., Putri, S. I., & Cintiani, J. C. (2025). Efektifitas pemberian makanan tambahan (PMT) berbahan lokal terhadap berat badan dan status gizi balita: Tinjauan literatur. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 6(2), 328. <https://doi.org/10.30867/gikes.v6i2.2345>
- Panjwani, A., & Heidkamp, R. (2017). Complementary feeding interventions have a small but significant impact on linear and ponderal growth of children in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Nutrition*, 147(11), 2169S–2178S. <https://doi.org/10.3945/jn.116.243857>
- Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kalimantan Timur. (2024). *Laporan PKL Perencanaan Program Gizi Kelurahan Mesjid Kota Samarinda*.
- Pulungan, A. B., & Mirasanti, D. A. (2018). Effect of community-based food supplementation on improving growth of underweight children under five years of age in West Nusa Tenggara. *Paediatrica Indonesiana*, 57(5), 246. <https://doi.org/10.14238/pi57.5.2017.246-51>
- Purbaningsih, H., & Syafiq, A. (2023). Effectiveness of Local Food-based Supplementary Feeding (PMT) on Children Weight Gain. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(12), 2550–2554. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i12.4206>
- Puskesmas Mangkupalas. (2023). *Data SKDN Puskesmas Mangkupalas*.
- Ratnawati, R., & Satriani, S. (2024). The Effect of Giving Biscuits Made from Haruan Fish Flour and Yellow Pumpkin on the Nutritional Status of Toddlers. *Journal of Health and Nutrition Research*, 3(2), 144–148. <https://doi.org/10.56303/jhnresearch.v3i2.261>

- Susanto, T., Syahrul, Sulistyorini, L., Rondhianto, & Yudisianto, A. (2017). Local-food-based complementary feeding for the nutritional status of children ages 6–36 months in rural areas of Indonesia. *Korean Journal of Pediatrics*, 60(10), 320–326. <https://doi.org/10.3345/kjp.2017.60.10.320>
- Visser, J., McLachlan, M. H., Maayan, N., & Garner, P. (2018). Community-based supplementary feeding for food insecure, vulnerable and malnourished populations - an overview of systematic reviews. In *Cochrane Database of Systematic Reviews* (Vol. 2018, Issue 11). John Wiley and Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD010578.pub2>
- Ramazana, C. V., Zuheri, Z., & Alaydrus, S. Q. (2024). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Lokal Terhadap Status Gizi Pada Balita Gizi Kurang Di Puskesmas Simpang Tiga Aceh Besar. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(11), 2066–2072. <https://doi.org/10.33024/JIKK.V11I11.16048>