

Pendampingan Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dalam Upaya Pencegahan Gizi Kurang pada Balita di Desa Sidamukti Kecamatan Sukaresmi

Sekar Lintang Sulistyaningrum¹, Sa'adiyah Julianthi², Ahmad Maulana³, Sifa Sulistia Dewi⁴, Ajeng Trilatri Sukmawati⁵

Universitas Bina Bangsa, Kota Serang Banten, Indonesia^{1,2,3,4,5}

✉ Email : sekarlintang1305@gmail.com; saadiyahjulianthi1@gmail.com; ahm091608@gmail.com; syifasulistia77@gmail.com; ajengtrila9@gmail.com

INFO ARTIKEL

Histori Artikel:

Diterima 25-07-2025

Disetujui 01-08-2025

Diterbitkan 03-08-2025

Katakunci:

PMT;

Gizi kurang;

Balita

ABSTRAK

Masa balita merupakan fase penting dalam perkembangan anak, mencakup aspek psikomotorik, psikososial, dan fisik. Namun, di Indonesia masih banyak anak balita yang mengalami hambatan tumbuh kembang akibat masalah gizi, terutama stunting dan gizi kurang. Berdasarkan data SSGI 2021, sebanyak 24,4% balita mengalami stunting, dan 17% balita mengalami gizi kurang. Meskipun prevalensi stunting menurun menjadi 21,6% pada 2022, masalah ini masih menjadi perhatian serius. Pencegahan stunting dapat dilakukan dapat dilakukan melalui pemenuhan gizi ibu hamil, pemberian ASI eksklusif, MPASI yang tepat, serta peran aktif orang tua dalam membawa anak ke posyandu, menjaga sanitasi, dan kebersihan lingkungan. Salah satu upaya pemerintah adalah Program Makanan Tambahan (PMT) berbahan lokal untuk membantu memenuhi kebutuhan energi, protein dan vitamin anak sehingga status gizinya meningkat. Tujuannya memperbaiki keadaan gizi pada anak dengan memberi mereka makanan yang tinggi energi, protein, dan vitamin yang cukup untuk mencapai status gizi yang ideal metode pendampingan PMT didesa Sidamukti kecamatan sukaresmi. Hasil pemantauan menunjukkan 7 dari 7 balita mengalami peningkatan berat badan antara 0,2 – 0,5 kg dalam waktu satu minggu. Hal ini menunjukkan bahwa PMT memberikan dampak positif terhadap kondisi gizi balita, terutama jika dilakukan secara rutin dan didampingi edukasi gizi kepada orang tua

PENDAHULUAN

Proses perkembangan di masa balita merupakan fase yang sangat krusial karena kelanjutan dari pertumbuhan baik dalam aspek psikomotorik, psikososial, maupun fisik harus menjadi fokus utama bagi orang tua (Wulandari et al., 2021). Sayangnya proses tumbuh kembang dimasa balita terhambat dikarenakan masih banyak kasus permasalahan gizi di Indonesia. Permasalah gizi berkaitan dengan adanya gizi buruk pada balita yang menyebabkan menghambatnya pertumbuhan dan perkembangan pada balita.

Menurut Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021, sebanyak 20,8% Baduta dan 24,4% Balita stunted (pendek), yang mana tinggi badan (TB)/ Usia (U), 13,6% Baduta dan 17% Balita mengalami gizi kurang, dimana berat badan (BB)/ Tinggi Badan (TB) (Kemenkes, 2022). Angka stunting di Indonesia sedikit demi sedikit mengalami penurunan. Menurut Kementerian Kesehatan melalui hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) menyatakan bahwa prevalensi stunting di Indonesia turun dari 24,4% di Tahun 2021 menjadi 21,6% di tahun 2022 (Kemenkes, 2022).

Stunting dapat diantisipasi dengan beberapa tindakan preventif antara lain pemenuhan kebutuhan gizi bagi ibu hamil, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan kemudian dilanjutkan dengan MPASI. Orang tua diharapkan membawa balitanya rutin ke posyandu, memenuhi keutuhan air bersih, meningkatkan fasilitas sanitasi, serta menjaga kebersihan lingkungan (Safrina & Enda, 2022).

Pemberian makanan tambahan menjadi perencanaan inisiatif untuk balita kekurangan gizi, tujuannya agar status gizi anak mengalami peningkatan sehingga dapat memenuhi asupan zat gizinya. Gizi optimal anak akan terpenuhi sesuai dengan usia anak (Ginoga et al., 2023). Tujuan pemberian makanan tambahan adalah untuk memperbaiki keadaan gizi pada anak dengan memberi mereka makanan yang tinggi energi, protein, dan vitamin yang cukup untuk mencapai status gizi yang ideal (Lindemann 2020). Strategi pemerintah dalam menangani masalah gizi dan mencegah stunting adalah melalui program PMT berbahan lokal (Kementerian kesehatan RI, 2023).

METODE PELAKSANAAN

Metode dalam program pengabdian masyarakat adalah pendampingan PMT Lokal di Desa Sidamukti Kecamatan Sukaresmi. Perlu adanya tahapan metode pelaksanaan kegiatan pendampingan :

No.	Kegiatan	Metode	Solusi Masalah
1	Koordinasi dan perizinan	Melakukan kunjungan awal dan pengajuan izin kepada pihak mitra desa sidamukti.	Memastikan program dapat diterima dan didukung oleh masyarakat dan perangkat desa setempat.
2	Persiapan dapur dan produksi PMT	Membuka dapur PMT dan melibatkan kader dalam pembuatan makanan tambahan.	Meningkatkan keterlibatan masyarakat dan memastikan PMT berbahan lokal tersedia.

3	Pelaksanaan dan pemantauan di Posyandu	Melaksanakan dapur PMT dan melibatkan kader serta warga dalam pembuatan makanan tambahan.	Mengidentifikasi perubahan status gizi balita dan mengevaluasi efektivitas PMT yang diberikan.
---	--	---	--

1. Koordinasi dan perizinan ;

Pada tahap awal, dilakukan koordinasi dan permintaan izin secara resmi kepada mitra, yaitu pihak terkait di Desa Sidamukti, untuk memperoleh persetujuan pelaksanaan program pendampingan PMT Lokal. Kegiatan ini mencakup pertemuan awal dengan aparat desa dan pengelola posyandu.



Gambar 1 koordinasi dan perizinan

2. Persiapan dapur dan produksi PMT ;

Setelah mendapatkan izin, dilanjutkan dengan pembukaan dapur PMT sebagai pusat kegiatan produksi makanan tambahan. Pada tahap ini dilakukan proses pembuatan makanan tambahan dengan bahan lokal yang bergizi sesuai dengan kebutuhan balita.

3. Pelaksanaan dan pemantauan di Posyandu ;

Pelaksanaan pendampingan PMT yang dilaksanakan di posyandu Desa Sidamukti. Selain pendistribusian makanan tambahan, juga dilakukan pengecekan kondisi balita penerima PMT, seperti penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan untuk menilai efektivitas intervensi gizi yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yakni pendampingan program pencegahan gizi kurang pada balita di Desa Sidamukti, Kecamatan Sukaresmi, yang terhitung mulai tanggal 14 Juli 2025 hingga 25 Juli 2025 dengan sasaran 32 balita di Desa Sidamukti yang terdeteksi gizi kurang, kegiatan PMT Lokal dilakukan secara berturut-turut yang mana di hari pertama dilakukan penimbangan awal dan di lakukan juga penimbangan setelah dilakukan PMT sebagai bentuk pemantauan terkait perubahan setelah mendapatkan PMT Lokal kepada 32 balita tersebut.



Gambar 2 persiapan PMT dan pembukaan dapur PMT

Pada 14 Juli 2025, telah dilaksanakan pembukaan dapur PMT di Desa Sidamukti, yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi balita, kegiatan ini dihadiri oleh ibu Lurah dan petugas dari Puskesmas, yang memberikan arahan terkait pengolahan makanan bergizi, pelaksanaan dapur melibatkan kader posyandu.



Gambar 3 pembuatan PMT

kegiatan pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dilakukan secara berturut-turut selama program pendampingan berlangsung. Menu yang disajikan setiap harinya berbeda-beda agar balita tidak bosan dan kebutuhan gizinya tetap terpenuhi.



Gambar 4 pelaksanaan dan pemantauan di posyandu

Pemantauan di posyandu bertujuan untuk melihat perubahan status gizi pada balita dari waktu ke waktu. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar balita yang rutin menerima PMT mengalami peningkatan berat badan dan perbaikan status gizi. Melibatkan 7 orang balita dari posyandu mawar 7 sebagai sampel penerima manfaat PMT.

Tabel 1 pemeriksaan sebelum penerimaan PMT

No.	Inisial balita	JK	BB (kg)	TB (cm)
1	Am	P	11,2	91,4
2	Kh	P	12,1	91
3	Ai	P	12,9	96
4	MR	L	8,9	73
5	MS	L	10,5	90,8
6	Mu	L	8,1	72
7	An	P	12,4	100,5

Tabel 2 pemeriksaan sesudah penerimaan PMT

No.	Inisial balita	JK	BB (kg)	TB (cm)
1	Am	P	11,4	92,2
2	Kh	P	12,7	91,5
3	Ai	P	13	96,6
4	MR	L	9,3	78
5	MS	L	10,9	93,9
6	Mu	L	8,4	74
7	An	P	12,7	101,6

Hasil pemantauan menunjukkan 7 dari 7 balita mengalami peningkatan berat badan antara 0,2 – 0,5 kg dalam waktu satu minggu. Hal ini menunjukkan bahwa PMT memberikan dampak positif terhadap kondisi gizi balita, terutama jika dilakukan secara rutin dan didampingi edukasi gizi kepada orang tua.

KESIMPULAN

Program pendampingan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) lokal di Desa Sidamukti kecamatan Sukaresmi merupakan salah satu upaya nyata dalam mengulangi permasalahan gizi pada balita, khususnya dalam mencegah dan mengurangi angka gizi kurang. Pelaksanaan kegiatan yang dimulai sejak tanggal 14 hingga 25 Juli 2025 ini berhasil melibatkan masyarakat secara aktif melalui pembukaan dapur PMT, kader serta pelaksanaan dan pemantauan di posyandu.

Berdasarkan hasil pengukuran sebelum dan sesudah pemberian PMT pada 7 balita di Posyandu Mawar 7, seluruh balita menunjukkan peningkatan berat badan dalam rentang 0,2-0,5 kg hanya dalam waktu satu minggu. Ini mengindikasikan bahwa intervensi PMT yang dilakukan secara rutin, dengan bahan lokal yang bergizi, serta disertai pemantauan dan edukasi gizi, mampu membantu perbaikan status gizi balita dalam waktu relatif singkat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan dan pelaksanaan jurnal ini. Kami berterima kasih kepada Pemerintah Desa Sidamukti dan kader posyandu yang telah memberikan dukungan dan kerjasama dalam pendampingan Program Makanan Tambahan (PMT). Kami juga mengucapkan terima kasih kepada para orang tua balita yang telah aktif berpartisipasi dalam kegiatan ini. Tidak lupa, kami mengapresiasi bimbingan dari dosen pembimbing serta dukungan dari rekan-rekan yang telah membantu dalam proses pengumpulan data dan analisis. Semoga jurnal ini dapat bermanfaat dalam upaya meningkatkan status gizi balita di tingkat desa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ginoga, G. E., Langi, G. K. L., & Tomastola, Y. A. (2023). Edukasi Gizi dan Makanan Tambahan Olahan Ubi Ungu Terhadap Status Gizi Balita Gizi Kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Tanoyan, Kabupaten Bolaang Mongondow. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(1), 41–50. <https://jurnal.aksarakawana.com>
- Kemenkes RI. (2023). Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil.
- Lindemann, Otto. 2020. “pelatihan pembuatan makanan tambahan (Pmt) yang bergizi guna Meningkatkan Kualitas Kesehatan Balita Desa Klapasawit.” *Ausführungsgesetz Zum Bürgerlichen Gesetzbuche Vom 20. September 1899* 47–48. Doi: 10.1515/9783111634487-007
- Safrina, & Enda, S. P. (2022). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dengan Risiko Kejadian Stunting pada Balita. *Biology Education*, 10(1), 78–90.

Wulandari, L. A., Kartika, P. D., Sekar, P. G., Felix, J., Shafa, A. D. M., Rahmadina, N., Hadayna, S., Roroputri, A. T., Hermawati, E., & Ashanty. (2021). Risiko Penyebab Kejadian Stunting pada Anak. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat: Pengmaskemas*, 1(2), 34–38.