

## PELATIHAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN PADA BALITA UNTUK PEMULIHAN STATUS GIZI STUNTING DAN GIZI KURANG

Tri Purwanti<sup>1</sup>, Nining Mustika Ningrum<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Institut Teknologi Sains dan Kesehatan ICMe Jombang, Jawa Timur, Indonesia

### ARTICLE INFORMATION

Received: November, 13, 2023  
Revised: Desember, 17, 2023  
Available online: Januari, 27, 2023

### KEYWORDS

Pemberian makanan tambahan, balita, Stunting

### CORRESPONDENCE

E-mail: [firabiku@gmail.com](mailto:firabiku@gmail.com)

### A B S T R A C T

Balita merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan, terutama masalah stunting, gizi kurang atau buruk. Untuk itu salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat adalah institusi pendidikan dengan melakukan kegiatan di masyarakat yang bermanfaat salah satunya upaya dengan pelatihan pembuatan makanan tambahan sebagai upaya pemulihan status gizi stunting dan kurang pada balita di Desa Pesantren Jombang.

Metode yang digunakan pada pengabdian masyarakat adalah dengan melakukan pelatihan pada ibu balita selama 1 kali seminggu selama 4 minggu dan dilaksanakan secara berkesinambungan serta dilanjutkan secara mandiri oleh ibu di rumah. Sehingga dapat memulihkan status gizi stunting dan gizi kurang.

Hasil yang didapatkan setelah pemijatan pada bayi selama 4 minggu menunjukkan bahwa, pengetahuan ibu tentang pembuatan makanan tambahan meningkat dari yang mempunyai pengetahuan baik 21,4 % menjadi 64,3 %, pengetahuan cukup 35,8 % menjadi 35,7 % dan pengetahuan kurang 42,8 % menjadi 0 %.. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan tentang pemberian makanan tambahan sangat signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu. Pelatihan ini suatu bentuk usaha terbaik dan efektif dalam upaya pemulihan gizi balita secara optimal sehingga menambah bobot balita dan meningkatkan tumbuh kembang anak.

Pelatihan pemberian makanan tambahan ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu, sehingga perlu adanya kesinambungan kegiatan tersebut yang pada akhirnya akan dapat menaikkan status gizi balita.

adalah 24,4 %. Hasil survei Status Gizi Indonesia (SGI) 2021 menunjukkan 1 dari 4 anak Indonesia mengalami stunting dan 1 dari 10 anak mengalami gizi kurang (Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2021).

Desa Pesantren merupakan salah satu desa di Kecamatan Tembelang, Kabupaten Jombang dengan tingkat stunting yang cukup meresahkan, terdapat 8 balita dengan stunting dan 6 anak dengan status gizi kurang.

Stunting adalah masalah kurang gizi yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam rentang yang lama yang mengakibatkan gangguan pertumbuhan fisik anak sehingga tinggi badannya lebih pendek (kerdil) dari standar usianya. Selain itu, stunting akan berdampak pada kemampuan kognitif yang rendah (Safrina & Enda, 2022).

Faktor penyebab stunting dan gizi buruk gizi buruk antara lain karena asupan makanan yang tidak mencukupi dan penyakit infeksi. Stunting tidak hanya disebabkan oleh satu faktor saja tetapi disebabkan oleh banyak faktor, dimana faktor-faktor tersebut saling berhubungan satu dengan yang lainnya. Ada tiga faktor utama penyebab stunting yaitu asupan makan tidak seimbang, riwayat berat lahir badan rendah (BBLR) dan riwayat penyakit (Jiang et al., 2015). Kekurangan protein murni pada stadium berat dapat menyebabkan kwashiorkor pada anak-anak dibawah lima tahun. Kekurangan protein juga sering ditemukan secara bersamaan dengan kekurangan energi yang menyebabkan kondisi yang dinamakan marasmus (Hildagardis Meliyani Erista Nai et al., 2019). Protein sendiri memiliki banyak fungsi, diantaranya membentuk jaringan tubuh baru dalam masa pertumbuhan dan perkembangan tubuh, memelihara jaringan tubuh, memperbaiki serta mengganti jaringan yang rusak atau

### INTRODUCTION

Pandemi COVID-19 di Indonesia memberikan dampak terhadap berbagai sektor baik perekonomian, pendidikan, dan kehidupan sosial masyarakat lainnya termasuk kepada permasalahan Kesehatan. Walau cukup berat beban di sektor kesehatan, tapi dengan berbagai upaya yang telah pemerintah lakukan dalam mengantisipasi dampak pandemi Covid-19.

Balita merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan, terutama masalah stunting, gizi kurang atau buruk. Hal ini disebabkan karena pada saat fase balita akan terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat (Ringoringo et al., 2021). Gizi yang baik merupakan pondasi penting bagi seorang anak untuk dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, terutama bagi mereka yang tumbuh dan berkembang di lingkungan rentan (Khoiron et al., 2022).

Salah satu program yang cukup menggembirakan adalah semakin turunnya permasalahan stunting selama dua tahun terakhir. Penilaian status gizi balita ini, terkait erat juga dengan sasaran pokok yang ingin dicapai dalam Program Indonesia Sehat pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024, yaitu meningkatnya status kesehatan dan gizi anak. Saat ini, prevalensi stunting di Indonesia lebih baik dibandingkan Myanmar (35 persen), tapi masih lebih tinggi dari Vietnam (23 %), Malaysia (17%), Thailand (16%), dan Singapura (4 %). Kementerian Kesehatan bekerja sama dengan Biro Pusat Statistik (BPS) dengan dukungan Tim Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting), Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) mengumpulkan data 34 provinsi dan 514 kabupaten/kota dengan jumlah blok sensus (BS) sebanyak 14.889 Blok Sensus (BS) dan 153.228 balita, didapatkan hasil tahun 2021, angka stunting

mati, menyediakan asam amino yang diperlukan untuk membentuk enzim pencernaan dan metabolisme (Hanifah et al., 2019). Stunting dapat menimbulkan dampak yang buruk, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek stunting dapat menyebabkan gagal tumbuh, hambatan perkembangan kognitif & motorik sehingga berpengaruh pada perkembangan otak dan keberhasilan pendidikan, dan tidak optimalnya ukuran fisik tubuh serta gangguan metabolisme. (Purwanti, 2021) Stunting merupakan wujud dari adanya gangguan pertumbuhan pada tubuh, bila ini terjadi, maka salah satu organ tubuh yang cepat mengalami risiko adalah otak. Dalam otak terdapat sel-sel saraf yang sangat berkaitan dengan respon anak termasuk dalam melihat, mendengar, dan berpikir selama proses belajar. Dampak jangka panjang yang ditimbulkan stunting adalah menurunnya kapasitas intelektual, gangguan struktur dan fungsi saraf dan sel-sel otak yang bersifat permanen dan menyebabkan penurunan kemampuan menyerap pelajaran di usia sekolah yang akan berpengaruh pada produktivitas saat dewasa, dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes mellitus, hipertensi, jantung koroner dan stroke. Anak mengalami stunting memiliki potensi tumbuh kembang yang tidak sempurna, kemampuan motorik dan produktivitas rendah, serta memiliki risiko lebih tinggi untuk menderita penyakit tidak menular. Stunting pada balita berdampak pada timbulnya potensi kerugian ekonomi karena penurunan produktivitas kerja dan biaya perawatan. Kesemuanya itu akan menurunkan kualitas sumber daya manusia, produktivitas dan daya saing bangsa (Lupita Sari, 2020).

Formulasi program percepatan dalam penurunan stunting mengarah pada intervensi berbasis keluarga beresiko stunting dengan menekankan pada penyiapan kehidupan berkeluarga, pemenuhan asupan gizi, perbaikan pola asuh, peningkatan akses dan mutu pelayanan kesehatan dan peningkatan akses air minum dan sanitasi.. Program yang dicanangkan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) RI di antaranya Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK), Pemberian Makanan Tambahan (PMT), dan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang telah ditetapkan dalam Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) RI nomor 39 tahun 2016 tentang pedoman penyelenggaraan PIS-PK. Program ini dilakukan dengan mendatangi langsung ke masyarakat untuk memantau kesehatan masyarakat, termasuk pemantauan gizi masyarakat untuk menurunkan angka stunting oleh petugas Puskesmas (Hadi Suprayoga, 2021).

Salah satu upaya yang diterapkan dalam upaya pemulihan gizi stunting serta gizi buruk adalah dengan pemberian makanan tambahan (PMT). Pemberian Makanan Tambahan adalah makanan tambahan yang diberikan bagi balita yang menderita kurang gizi yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi anak serta untuk mencukupi kebutuhan zat gizi anak agar tercapainya status gizi dan kondisi gizi yang baik sesuai dengan umur anak tersebut. Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi protein berpengaruh pada penambahan tinggi dan berat badan anak di atas 6 bulan. Anak yang mendapat protein 15 persen dari total asupan kalori ternyata memiliki badan yang lebih tinggi dibandingkan anak yang hanya mendapat protein 7,5 persen dari total asupan kalori. Sumber protein sendiri bisa diperoleh dari nabati (kacang-kacangan, umbi-umbian, biji-bijian dan sayuran) dan hewani (daging sapi, ayam, ikan, telur dan susu) (Safrina & Enda, 2022).

Oleh karena latar belakang tersebut, dalam pengabdian masyarakat ini, penulis akan mengajarkan kepada masyarakat untuk membuat makanan tambahan yang bergizi dan sesuai

dengan kebutuhan balita dalam upaya meningkatkan berat badan pada balita sehingga tumbuh kembang balita akan optimal sesuai umur.

## METODE

Metode pelatihan dalam program pengabdian pada masyarakat adalah penyuluhan dan demonstrasi pembuatan PMT. Kegiatan ini dilakukan pada kurun waktu 3 bulan yaitu 4 April – 09 Juni 2022 dilakukan di Desa Pesantren, Kecamatan Tembelang Kabupaten Jombang. Kegiatan dimulai dengan melakukan pendataan ibu dan balita dengan gizi stunting dan gizi kurang yang ada di desa Pesantren, Kecamatan Tembelang Kabupaten Jombang Proses melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat di lakukan selama 3 Bulan, dimulai dari persiapan kegiatan sampai evaluasi hasil.

Sehingga peneliti memberikan pelatihan tentang PMT mulai dari pengertian, tujuan, manfaat, kandungan gizi makanan tambahan, alat dan bahan yang harus dipersiapkan. Setelah ibu-ibu memahami tujuan pemberian PMT dan mengetahui pentingnya PMT, kemudian peneliti mendemonstrasikan cara pembuatan dan menentukan jadwal PMT.

Sesudah melakukan demonstrasi cara pembuatan, kemudian peneliti melakukan pendampingan kepada ibu-ibu supaya hasil yang didapatkan dan mengetahui kepatuhan Ibu dalam memberikan asupan gizi dapat terkontrol dengan baik sesuai dengan hasil yang kita harapkan

## RESULTS

Hasil kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat dengan sasaran Ibu-Ibu yang mempunyai balita stunting dan gizi kurang di desa Pesantren wilayah kerja puskesmas Tembelang Kabupaten Jombang yang dilaksanakan selama 3 bulan dengan mitra di Puskesmas Tembelang sesuai dengan kepakaran memberikan kontribusi pada pengabdian masyarakat. Hasil dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tersebut setelah dilakukan pelatihan dengan kegiatan awal adalah penyuluhan yang bertujuan untuk menambah informasi dan pengetahuan kepada masyarakat terutama ibu-ibu tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang yang harus diberikan kepada anaknya adalah peningkatan berat badan dan status gizi balita. Berikut disajikan hasil kegiatan;

Tabel 4.1 distribusi frekuensi pengetahuan sebelum penyuluhan tentang pemberian makanan tambahan pada bayi dengan stunting dan gizi kurang

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Baik	3	21,4
2	Cukup	5	35,8
3	Kurang	6	42,8
total		14	100

Data primer 2022

Berdasarkan tabel 4.1 dapat disimpulkan bahwa kategori tingkat pengetahuan tentang gizi pada balita setengah dari responden yaitu 42, 85 % memiliki tingkat pengetahuan kurang yaitu 6 responden.

Tabel 4.2 distribusi frekuensi pengetahuan sesudah penyuluhan dan pelatihan tentang pemberian makanan tambahan pada bayi dengan stunting dan gizi kurang

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Baik	9	64,3
2	Cukup	5	35,7
3	Kurang	0	0
total		14	100

Data primer 2022

Berdasarkan tabel 4.2 dapat disimpulkan bahwa kategori tingkat pengetahuan tentang pemberian makanan pendamping pada balita dengan gizi stunting dan kurang sebagian besar responden yaitu 64,3 % memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 9 responden.

## DISCUSSION

Peningkatan pengetahuan responden menjadi 64,3 % merupakan perubahan yang baik dalam mendukung peningkatan gizi pada balita.

Kualitas manusia harus dimulai sejak dini yaitu dari bayi. Yaitu dengan cara peningkatan pengetahuan dari masyarakat (ibu-ibu yang mempunyai hubungan dekat dan langsung kontak dengan bayi) dengan menerapkan kegiatan cara pembuatan PMT (Sabilla dkk, 2020). Pelatihan ini bertujuan agar pemenuhan gizi untuk anak-anak menjadi lebih baik. Selain itu kegiatan ini juga meningkatkan pengetahuan mengenai pemberian makanan tambahan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan balita, serta meningkatkan ketrampilan ibu untuk memberikan gizi yang baik dan tepat bagi anak dan balita selain itu manfaat yang lain, sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan dan menambah ilmu pemberian makanan tambahan guna mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak (Rahmiati dkk., 2021).

Pelatihan pembuatan PMT sangat di butuhkan oleh warga terutama ibu – ibu yang mempunyai bayi dan balita, tentang bagaimana cara menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Di desa pesantren masih banyak tanah pekarangan yang ditanami tumbuhan dan sayuran dengan berbagai macam jenisnya. Dengan adanya hal tersebut maka banyak sekali bahan yang bergizi bagus dan seimbang yang bisa di sajikan untuk anak dan bayi. Salah satunya dengan cara membuat puding, bubur, snack organik dengan bahan dan cara yang mudah di buat.

Dengan adanya pelatihan tersebut diharapkan masyarakat dapat mempraktikkannya di dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga tujuan dari Program Pengabdian Pada Masyarakat ini bisa tercapai yaitu Ibu dengan pengetahuan yang baik sangat mempengaruhi terhadap asupan yang di berikan pada Anak (Rosidi & Purnamasari, 2021). Gizi yang baik sangat berpengaruh dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas.



Gambar 1



Gambar 2

## CONCLUSIONS

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat tentang penyuluhan dan demonstasi pemberian makanan tambahan di Desa Pesantren Kecamatan Tembelang dapat disimpulkan :

Pelatihan tentang pemberian makanan tambahan pada ibu-ibu yang mempunyai balita dengan gizi stunting dan kurang berhasil dengan baik, berdasarkan kuisioner pre dan post kegiatan yang mempunyai pengetahuan dan keterampilan tentang pembuatan makanan tambahan meningkat 64,3 %

## REFERENCES

- Hadi Suprayoga, M. (2021). Capaian, Tantangan dan Peluang Pelaksanaan Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting Tahun 2018-2024. 1–24.
- Hanifah, R. N., Djais, J. T. B., & Fatimah, S. N. (2019). Prevalensi Underweight, Stunting, dan Wasting pada Anak Usia 12-18 Bulan di Kecamatan Jatinangor. *Jsk*, 5(3), 3–7.
- Hildagardis Meliyani Erista Nai, H. A. P., Christina, & Widiand, R. (2019). *Jurnal Abdimas Saintika*. *Jurnal Abdimas Saintika*, 1(1), 1–8.
- Jiang, Y., Su, X., Wang, C., Zhang, L., Zhang, X., Wang, L., & Cui, Y. (2015). Prevalence and risk factors for stunting and severe stunting among children under three years old in mid-western rural areas of China. *Child: Care, Health and Development*, 41(1), 45–51. <https://doi.org/10.1111/cch.12148>
- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2021). *Kejar Target! Per Tahun Prevalensi Stunting Harus Turun 3 Persen*. *Siaran Pers Nomor:16/HUMAS PMK/I/2022*. [www.kemenkopmk.go.id](http://www.kemenkopmk.go.id)
- Khoiron, K., Rokhmah, D., Astuti, N., & ... (2022). Pencegahan Stunting Melalui Penguatan Peran Kader Gizi dan Ibu Hamil Serta Ibu Menyusui Melalui Participatory Hygiene and Sanitation Transformation (PHAST). *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(1), 74–80. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i1.128>
- Lupita Sari. (2020). GAMBARAN STATUS GIZI IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA DAN MULTIGRAVIDA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANG MULYA KABUPATEN GARUT Morphology, The. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 6(2), 121–131.
- Purwanti, T. : M. Y. (2021). Upaya pencegahan stunting pada bayi dengan baby massage. *Abdi Medika*, 1(57), 1–7.
- Ringoringo, H. P., Sholihah, Q., Maharany, D., & ... (2021). Analysis of Baby Stunting Prevalence Causing Factors in the Pandemy Era COVID-19. In ... *Macedonian Journal of ...* (pp. 147–1464). [oamjms.eu](http://oamjms.eu). <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7379>
- Safrina, & Enda, S. P. (2022). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dengan Risiko Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 78–90.