

PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) LOKAL TERHADAP PERBAIKAN STATUS GIZI BALITA STUNTING DI WILAYAH PULLIWA

Hamdan Nur¹, Farmin Arfan², Nur Mentari³

^{1,2,3} Keperawatan. Institut Hasan Sulur. Indonesia

Patria Artha Journal of Nursing Science (jouNs)

2017. Vol. 9(2), 118 - 126

p-issn: 2549 5674

e-issn: 2549 7545

Reprints and permission:

<http://ejournal.patria-artha.ac.id/index.php/jns>

hamdan@mail.ihs.ac.id

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat, terutama pada balita pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Balita stunting berisiko mengalami hambatan pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan peningkatan morbiditas jangka panjang. Pemerintah telah mengupayakan berbagai intervensi, termasuk pemberian makanan tambahan berbahan lokal sebagai strategi untuk memperbaiki status gizi dan menurunkan prevalensi stunting di komunitas. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian makanan tambahan (PMT) lokal terhadap perbaikan status gizi balita stunting di Desa Pulliwa Kecamatan Bulo Kabupaten Polewali Mandar. Metodologi penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan rancangan studi kasus, melibatkan tiga balita stunting berusia 36-48 bulan yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Intervensi berupa pemberian PMT lokal berbahan dasar telur, ayam, tempe, ubi, sayuran, dan buah-buahan diberikan selama dua minggu dengan frekuensi tiga kali per minggu. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan pengukuran antropometri (BB/U, TB/U, BB/TB) sebelum dan setelah intervensi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan berat badan sebesar 0,3-0,7 kg dan tinggi badan sebesar 0,2-0,4 cm pada seluruh subjek. Selain itu, ditemukan peningkatan nafsu makan dan respons positif anak terhadap variasi makanan. Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa PMT berbasis pangan lokal memberikan kontribusi terhadap perbaikan status gizi balita stunting dalam jangka pendek dan dapat diterapkan secara berkelanjutan di masyarakat. Disarankan agar edukasi gizi bagi orang tua ditingkatkan serta penelitian lanjutan dilakukan dengan durasi lebih panjang dan jumlah sampel lebih besar.

Kata kunci: stunting, PMT lokal, status gizi balita, intervensi gizi, pertumbuhan anak

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi masalah gizi utama di negara berkembang seperti Indonesia. Stunting atau kekurangan gizi kronis adalah masalah gizi akibat kekurangan asupan gizi dari makanan yang berlangsung cukup lama. Balita pendek (stunting) dilihat dari panjang badan atau tinggi badan yang kurang dari -2 SD menurut referensi global WHO untuk anak-anak dibandingkan

dengan anak lain seusia mereka. (Rahmi et al., 2022)

PMT lokal memanfaatkan bahan pangan setempat seperti kacang, umbi, ikan, dan sayur untuk membuat makanan bergizi bagi balita, sehingga meningkatkan asupan gizi dan memperbaiki pertumbuhan mereka. (Laela et al., 2023)

Di Kabupaten Polewali Mandar, angka stunting masih tinggi, termasuk di Desa Pulliwa, Kecamatan Bulu, dengan 38 kasus dari 463 balita. Penyebab stunting di daerah ini meliputi rendahnya pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang, praktik pemberian makanan yang kurang tepat, dan kondisi sosial ekonomi yang rendah.

Sebagai strategi intervensi, pemerintah mendorong pemanfaatan *Pemberian Makanan Tambahan (PMT)* berbasis bahan pangan lokal. PMT lokal diharapkan dapat meningkatkan asupan gizi memberdayakan masyarakat, dan memperkuat ketahanan pangan daerah (Basri et al., 2021). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh PMT lokal terhadap perbaikan status gizi balita stunting di Desa Pulliwa (Basri et al., 2021).

Status gizi mencerminkan keseimbangan antara asupan dan kebutuhan gizi tubuh, menunjukkan apakah seseorang kekurangan, kelebihan, atau cukup gizi (Septiawati et al., 2021).

Masa emas (Golden Period) adalah 1000 hari pertama kehidupan, dari kehamilan hingga usia 2 tahun, saat 80-90% sel otak terbentuk dan anak perlu distimulasi agar tumbuh kembangnya optimal. (Mustikaati et al., 2026).

METODE

Subjek penelitian terdiri dari tiga balita stunting berusia 0-59 bulan yang tinggal di Desa Pulliwa. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling dengan kriteria: anak mengalami stunting berdasarkan indikator TB/U < -2 SD menurut standar WHO.

HASIL

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Desa Pulliwa, Kecamatan Bulu, Kabupaten Polewali Mandar, Provinsi Sulawesi Barat. Berdasarkan data Puskesmas tahun 2025, terdapat 38 kasus balita stunting di desa

tersebut dari total 463 kasus di seluruh Kecamatan Bulu. Kondisi ini dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi rendah, pengetahuan gizi keluarga yang terbatas, serta pola makan anak yang kurang bervariasi.

Karakteristik Subjek Penelitian

Subjek penelitian terdiri dari tiga balita stunting berusia antara 3-4 tahun, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Ketiga anak mengalami berat dan tinggi badan di bawah standar pertumbuhan WHO (Z-score < -2 SD).

N O	NA MA	J K	USI A	LOK ASI	NA MA IBU	ALAT UKUR
1	An. A	L	4tah un	Pulli wa	Ny. D	TIMBANG AN DIGITAL, STADIOM ETER
2	An. N	P	3tah un	Pulli wa	Ny. F	TIMBANG AN DIGITAL, STADIOM ETER
3	An. L	P	3tah un	Pulli wa	Ny. N	TIMBANG AN DIGITAL, STADIOM ETER

Kondisi Status Gizi Sebelum Intervensi

Sebelum pemberian PMT lokal, seluruh balita mengalami berat badan dan tinggi badan di bawah standar WHO, termasuk dalam kategori gizi kurang dan stunting.

Nama	BB	TB	Kategori Gizi
An.A	11,3	93,0	Gizi kurang / stunting
An.N	9,2	80,6	Gizi kurang / stunting
An.L	9,8	86,0	Gizi kurang / stunting

Pelaksanaan Intervensi PMT Lokal

PMT lokal diberikan selama 2 minggu dengan frekuensi 3 kali per minggu (6 kali pertemuan). Menu terdiri dari bahan lokal seperti telur, ayam, tempe, ubi, sayuran, dan buah-buahan (pisang, pepaya, jeruk, semangka). Anak-anak menunjukkan penerimaan yang baik terhadap makanan, dan orang tua aktif mendampingi selama kegiatan.

Respon anak selama intervensi:

- Minggu pertama: beberapa anak masih ragu mencicipi menu baru, namun mulai terbiasa setelah pertemuan kedua.
- Minggu kedua: seluruh anak tampak lahap dan antusias, serta mampu menghabiskan porsi makanan dengan baik.
- Orang tua melaporkan adanya peningkatan nafsu makan, anak lebih aktif dan ceria.

Perubahan Perilaku dan Nafsu Makan

Balita menunjukkan peningkatan selera makan dari minggu pertama ke minggu kedua. Awalnya sebagian anak menolak sayuran, tetapi setelah dua minggu, mereka mampu menghabiskan porsi PMT yang diberikan. Orang tua melaporkan anak menjadi lebih aktif dan jarang sakit.

Status Gizi (Z-SCOR)

Nama	Sebelum PMT	Setelah PMT		
		K1	K2	K3
An.A	11,3	11,5	11,6	11,8
An. N	9,2	9,3	9,5	9,7
An.L	9,8	10	10,2	10,5

1. Hasil Penelitian

Sebelum intervensi, ketiga balita menunjukkan status gizi rendah dengan berat badan dan tinggi badan di bawah standar WHO. Setelah dua minggu intervensi:

- Kenaikan berat badan: 0,3-0,7 kg
- Kenaikan tinggi badan: 0,2-0,4 cm
- Anak menunjukkan peningkatan nafsu makan dan respon positif terhadap menu lokal.

Hasil Observasi Lapangan

Selama observasi, peneliti menemukan bahwa dukungan orang tua sangat berpengaruh terhadap keberhasilan intervensi. Ibu yang aktif mendampingi anak selama makan membantu meningkatkan penerimaan anak terhadap PMT. Selain itu, peran kader posyandu juga penting dalam memotivasi keluarga untuk mengikuti kegiatan pemberian PMT secara rutin.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis bahan pangan lokal selama dua minggu di Desa Pulliwa memberikan pengaruh positif terhadap perbaikan status gizi balita stunting. Seluruh subjek penelitian mengalami peningkatan berat badan antara 0,3-0,7 kg dan tinggi badan 0,2-0,4 cm. Selain itu, terjadi peningkatan nafsu makan, perilaku makan positif, serta penerimaan anak terhadap variasi menu lokal.

1. Pengaruh PMT Lokal terhadap Status Gizi Balita

Peningkatan berat badan yang signifikan setelah intervensi menunjukkan bahwa PMT lokal mampu memenuhi kebutuhan energi dan protein anak dalam jangka pendek. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa intervensi gizi berbasis pangan lokal dapat memperbaiki berat badan dan status gizi anak balita dalam waktu singkat. (Hadju et al., 2023).

Bahan pangan lokal seperti telur, ayam, tempe, ubi, sayur, dan buah-buahan mengandung zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) serta zat gizi mikro (zat besi, vitamin A, dan kalsium) yang berperan penting dalam pertumbuhan anak. Kandungan protein hewani dan nabati yang seimbang membantu pembentukan jaringan tubuh dan mempercepat kenaikan berat badan (Ayu Vidina et al., 2024).

2. Pengaruh terhadap Pertumbuhan Linier (Tinggi Badan)

Peningkatan tinggi badan memang tidak sebesar berat badan karena pertumbuhan linier memerlukan waktu lebih panjang dan bergantung pada asupan gizi yang berkelanjutan. Namun, peningkatan sebesar 0,2-0,4 cm dalam dua minggu menunjukkan adanya respons positif terhadap intervensi gizi. Hasil ini konsisten dengan penelitian yang menyatakan bahwa pemberian PMT lokal secara berkelanjutan dapat memperbaiki pertumbuhan linier anak dengan durasi minimal satu bulan. (Putri & Mahmudiono, 2020)

Kandungan protein hewani dari telur dan ayam, serta zat besi dari tempe dan sayuran hijau seperti daun kelor, membantu proses sintesis hormon pertumbuhan (GH) dan pembentukan jaringan tulang, yang menjadi dasar pertumbuhan tinggi badan anak (Ahmad Hisbullah Amrinanto et al., 2023)

3. Perubahan Nafsu Makan dan Perilaku Anak

Selain peningkatan antropometri, penelitian ini juga menemukan adanya perubahan perilaku makan yang positif.

Anak yang awalnya sulit makan menjadi lebih antusias dan tidak memilih-milih makanan. Faktor penting yang berperan dalam perubahan ini adalah dukungan dan pendampingan ibu selama proses intervensi. Hasil ini mendukung temuan bahwa keterlibatan orang tua, khususnya ibu, berpengaruh besar terhadap keberhasilan intervensi gizi berbasis komunitas. (Utami et al., 2025).

Penelitian lanjutan dengan jangka waksampel lebih besar disarankan untuk melihat efek jangka panjang terhadap pertumbuhan tinggi badan dan perkembangan kognitif anak.

alangkote berisi telur rebus, ayam, dan wortel dengan buah jeruk merupakan menu bergizi tinggi. Telur dan ayam menyediakan protein serta zat besi untuk pertumbuhan dan pencegahan anemia, wortel memberi vitamin A untuk kesehatan mata, dan jeruk menambah vitamin C guna meningkatkan daya tahan tubuh. (Adyani et al., 2024).

Sempol ayam dengan buah pepaya mengandung gizi penting bagi anak. Ayam menyediakan protein untuk pertumbuhan, sempol memberi energi dari karbohidrat, dan pepaya menambah vitamin serta serat yang baik bagi pencernaan dan daya tahan tubuh (Purbaningsih & Ahmad Syafiq, 2023).

Tahu isi dengan ayam, telur, wortel, dan buah pepaya merupakan menu bergizi seimbang. Tahu, ayam, dan telur menyediakan protein untuk pertumbuhan, wortel memberi vitamin dan serat bagi pencernaan, sementara pepaya menambah vitamin dan mineral untuk daya tahan tubuh anak (Fajar et al., 2022).

Nasi dengan lauk ayam, tempe, telur, dan buah semangka merupakan menu bergizi seimbang. Nasi memberi energi, ayam serta telur menyediakan protein untuk pertumbuhan, tempe menambah zat besi dan serat, sedangkan semangka memberi vitamin C dan cairan untuk menjaga hidrasi dan imun anak (Ahmad

Hisbullah Amrinanto et al., 2023).

Puding pisang dengan keju, susu, telur, dan buah semangka merupakan penutup bergizi bagi anak. Pisang memberi energi dan serat, keju serta susu menyediakan kalsium dan protein untuk tulang dan gigi, telur menambah protein untuk otak, sedangkan semangka memberi vitamin C dan cairan untuk daya tahan dan hidrasi tubuh(Tampubolon et al., 2023).

Risol berisi bihun, ayam, telur, dan wortel dengan buah pisang merupakan PMT bergizi seimbang. Bihun memberi energi, ayam dan telur menyediakan protein untuk pertumbuhan dan otak, wortel menambah vitamin A dan serat, sedangkan pisang memberi kalium dan vitamin untuk pencernaan serta daya tahan anak.(Basaria Pakpahan et al., 2024).

SIMPULAN

Pemberian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal selama dua minggu terbukti meningkatkan status gizi balita stunting di Desa Pulliwa. Seluruh balita mengalami kenaikan berat badan 0,3-0,7 kg dan tinggi badan 0,2-0,4 cm, disertai peningkatan nafsu makan dan perilaku makan positif. PMT lokal efektif, mudah diterapkan, serta sesuai dengan potensi bahan pangan masyarakat setempat. Program ini dapat dijadikan strategi berkelanjutan untuk menurunkan angka stunting di tingkat desa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Hamdan Nur,S.Kep.,Ns,.M.Kes., selaku dosen pembimbing, atas bimbingan dan arahannya. Terima kasih juga kepada Puskesmas Bulu, Pemerintah Desa Pulliwa, kader posyandu, dan orang tua balita atas partisipasinya dalam kegiatan PMT lokal. Penelitian ini didanai mandiri dengan dukungan fasilitas dari Prodi DIII Keperawatan Institut Hasan Sulur. Apresiasi juga disampaikan kepada rekan mahasiswa dan keluarga atas dukungan dan motivasinya hingga penelitian ini selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, M. N., Andrea, N., Taqiyyah Tsamarah, D., Putri, S. A., Ramdhani, A. N., Rahmawati, W., Khasanah, Z., Hindyana, D. A., Faridah, A. F. N., Safitri, R. D., Sifana, A. N., Dzafitri, R., Sinaga, I. K. W., Sinaga, S., & Hidayaturahmah, R. (2024). Sosialisasi Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Way Galih Kecamatan Lampung Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*.
- Ahmad Hisbullah Amrinanto, Anggiruling, D. O., Putra, M. G. S., Gusthira, A., & Oktaviani, D. A. (2023). Demonstrasi Modifikasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pangan Lokal Pada Kader di Posyandu Melati, Kelurahan Bubulak, Dramaga. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*.
- Ayu Vidina, D., Aryani, N. D., & Anggreini, D. (2024). Pelatihan Kader Pkk Dan Posyandu Desa Kuwarasan Dalam Pembuatan Pmt Berbahan Lele Untuk Pencegahan Stunting. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Mandiri Indonesia (Indonesian Journal of Independent Community Empowerment, 7, 2621-1254*.
- Basaria Pakpahan, S., Anjani, G., & Pramono, A. (2024). Peran Kandungan Zat Gizi Dan Senyawa Bioaktif Pisang Terhadap Tingkat Nafsu Makan: a Literature Review. *Journal of Nutrition College*.
- Basri, N., Sididi, M., & Sartika. (2021). FAKTOR YANG BERTHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN STUNTING Article history: Received: 20 Agustus 2020 Prevalensi status gizi balita stunting di Provinsi Sulawesi Barat berdasarkan TB / U (Tinggi Badan. *Window of Public Health Journal*.
- Fajar, S. A., Anggraini, C. D., & Husnul, N. (2022). Efektivitas pemberian makanan tambahan pada status gizi balita Puskesmas Citeras, Kabupaten Garut. *Nutrition Scientific Journal*.
- Hadju, V. A., Basri K., S., Aulia, U., & Mahdang, P. A. (2023). Pengaruh pemberian makanan tambahan (PMT) lokal terhadap perubahan status gizi balita. *Gema Wiralodra*.
- Laela, N., Sukarta, A., dan Kebidanan, K., Kebidanan, S., Muhammadiyah Sidrap, I., Bidanan, P., Kesehatan dan Sains, T., & Kesehatan, A. (2023). Pemberian PMT Dengan Bahan Lokal Pada Balita Dengan Masalah Gizi Di Kabupaten Enrekang. *Community Development Journal*.
- Mustikaati, W., Okthaviani, A., Insari, I. P., Syifa, M., & Nuralmira, S. (2024). Analisis Tahapan Perkembangan Anak dalam Mengoptimalkan Potensi Diri Pada Usia 2-6 Tahun. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.15425397>
- Purbaningsih, H., & Ahmad Syafiq. (2023). Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*.
<https://doi.org/10.56338/mppki.v6i1.2.4206>
- Putri, A. S. R., & Mahmudiono, T. (2020). Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan Pada Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simomulyo, Surabaya. *Amerta Nutrition*.
<https://doi.org/10.20473/amnt.v4i1.2020.58-64>
- Rahmi, F. J., Huljannah, N., & Rochmah, T. N. (2022). Stunting Prevention Program in Indonesia: A SYSTEMATIC REVIEW. *Media Gizi Indonesia*.
- Septiawati, D., Indriani, Y., & Zuraida, R. (2021). Tingkat Konsumsi Energi dan Protein dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*.

<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.660>

Tampubolon, A. N., Asih, F. J., Marpaung, G. A., Natalin, R., & Lumbanraja, R. G. (2023). Pentingnya Variasi Makanan Dalam Meningkatkan Kesehatan Optimal Pada Balita (The Importance Of Food Variety In Improving Optimal Health. *Nutrient: Jurnal Gizi*.

Utami, Santi Aprilian Lestaluhu, & Renita Afriza. (2025). Improving Balanced Nutrition Knowledge among Mothers of Toddlers through Education and Menu Demonstration at Posyandu. *Sustainable Applied Modification Evidence Community*.

