

**PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BAGI BALITA
DI POSYANDU LEMBANG SA'DAN TIROALLO KABUPATEN
TORAJA UTARA TAHUN 2025**

Mariana Tallo Paembonan^{*}, Tandi Palette², Nirta Aprila Paembonan³

Institut Toraja Raya Indonesia

paembonanmariana@gmail.com^{*}

Abstrak (Indonesia)

Masalah gizi disebabkan oleh berbagai faktor. Kekurangan asupan makanan bergizi dan atau seringnya terinfeksi penyakit menjadi salah satu penyebab langsung terjadinya masalah gizi. Pola asuh yang kurang tepat, kurangnya pengetahuan, sulitnya akses ke pelayanan kesehatan, kondisi sosial ekonomi juga berpengaruh secara tidak langsung terhadap akses makanan bergizi dan layanan Kesehatan. Tujuan mulia untuk mencerdaskan kehidupan bangsa generasi bangsa semestinya dimulai sejak ibu mengandung dan ataupun melahirkan, dalam hal ini persoalan kesehatan dan gizi menjadi hal yang sangat fundamental

Tantangan dalam pembangunan kesehatan dan gizi nasional, secara spesifik dalam hal ini Pemberian Makanan Tambahan (PMT) menjadi sangat penting untuk dilaksanakan di daerah lokal seperti Sa'dan Tiroallo yang masih memiliki keterbatasan, akses informasi maupun edukasi mengenai gizi sehingga diharapkan dapat membantu pemenuhan angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk balita di Indonesia. Metode pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi balita yang dilaksanakan di Posyandu Sa'dan Tiroallo.

Sasaran dalam kegiatan ini adalah Balita di Lembang Sa'dan Tiroallo. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang telah dilakukan pada Program Pengabdian Kepada Masyarakat oleh Institut Toraja Raya merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada balita dan ibu hamil. Kegiatan pengabdian yang berjudul Pemberian Makanan Tambahan Bagi Balita di Posyandu Lembang Sa'dan Tiroallo, kegiatan PMT yang telah dilakukan tersebut perlu disertai dengan penyuluhan yang intens dan berkelanjutan, keterampilan pengelolaan makanan dan serta monitoring dan evaluasi. Sehingga permasalahan gizi yang melatarbelakangi dapat diminimalisir dengan berbagai macam program yang telah ada.

Kata kunci: Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi

Abstract (English)

Nutritional problems are caused by various factors. Inadequate intake of nutritious food and/or frequent infection with disease are among the direct causes of nutritional problems. Inappropriate parenting practices, lack of knowledge, difficulty accessing healthcare services, and socioeconomic conditions also indirectly influence access to nutritious food and healthcare services. The noble goal of enhancing the quality of life for future generations should begin as early as pregnancy and childbirth, in which case health and nutrition issues become fundamental.

The challenges in national health and nutrition development, specifically in terms of Supplementary Feeding (PMT), are very important to implement in local areas such as

Sa'dan Tiroallo, which still have limitations in access to information and education about nutrition. It is hoped that this will help meet the recommended nutritional adequacy levels for infants in Indonesia. The implementation method for this activity involves the provision of Supplementary Feeding (PMT) for infants at the Sa'dan Tiroallo Health Post

The target audience for this activity is toddler in Sa'dan Tiroallo village. The Supplementary Feeding (PMT) program conducted as part of the Community Service Program by the Toraja Raya Institute is one of the strategies for addressing nutritional issues among infants and pregnant women. The community service activity titled "Supplemental Feeding for Infants at the Sa'dan Tiroallo Health Post" requires the PMT activities to be accompanied by intensive and ongoing education, food management skills, and monitoring and evaluation. This will help minimize the underlying nutritional issues through various existing programs.

Keywords: Supplementary Feeding, Toddler, Nutrition

**Correspondent Author :*

Email : paembonanmariana@gmail.com*

PENDAHULUAN

Masalah gizi kurang pada balita masih menjadi masalah di berbagai daerah yang ada di Indonesia (Hadju et al., 2023). Permasalahan gizi di Indonesia masih sangat tinggi, berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021 prevalensi balita wasting sebesar 7,7% dan Balita stunting 21,6%. Masalah gizi disebabkan oleh berbagai faktor seperti kekurangan asupan makanan bergizi dan atau seringnya terinfeksi penyakit menjadi salah satu penyebab langsung terjadinya masalah gizi (Fajar et al., 2022). Pola asuh yang kurang tepat, kurangnya pengetahuan, sulitnya akses ke pelayanan kesehatan, kondisi sosial ekonomi juga berpengaruh secara tidak langsung terhadap akses makanan bergizi dan layanan kesehatan (Faizul Haq et al., 2023).

Berdasarkan data Survei Diet Total (SDT) tahun 2014, masih terdapat 48,9% Balita memiliki asupan energi yang kurang dibanding Angka Kecukupan Energi yang dianjurkan (70%- <100%) dan 6,8% Balita memiliki asupan energi yang sangat kurang (<70% Angka Kecukupan Energi). Selain itu, 23,6% balita memiliki asupan protein yang kurang dibandingkan Angka Kecukupan Protein yang dianjurkan (<80% Angka Kecukupan Protein). Selain kurangnya asupan energi dan protein, jenis makanan yang diberikan pada Balita juga kurang beragam. Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia 2021, proporsi makan beragam pada baduta sebesar 52,5%. Sementara itu, lebih dari separuh Ibu hamil memiliki asupan energi sangat kurang (<70% angka kecukupan energi) dan sekitar separuh Ibu hamil juga mengalami kekurangan asupan protein (<80% angka kecukupan yang dianjurkan).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis bahan pangan lokal yang bergizi seimbang (Purbaningsih & Ahmad Syafiq, 2023). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan status gizi balita melalui PMT serta meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang (Revitasari et al., 2022). Pertumbuhan yang baik dan optimal perlu pola makan yang benar yang berguna untuk menjamin tercukupinya asupan zat gizi makro dan zat gizi mikro yang masuk (Faizul Haq et al., 2023). Makronutrien merupakan zat senyawa yang dapat dikonsumsi dalam jumlah lebih besar dibanding zat gizi mikro, terutama kelompok karbohidrat, protein dan lemak. Mikronutrien yang diberikan dalam jumlah lebih kecil, namun berguna untuk menunjang pertumbuhan yang cukup pada usia anak, terutama dari zinc, zat besi, vitamin D dan asam folat (Putri & Rahardjo, 2021)

Berdasarkan data tersebut diatas, tantangan dalam pembangunan kesehatan dan gizi nasional, secara spesifik dalam hal ini Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

menjadi sangat penting untuk dilaksanakan di daerah lokal seperti Sa'dan Tiroallo yang masih memiliki keterbatasan, akses informasi maupun edukasi mengenai gizi sehingga diharapkan dapat membantu pemenuhan angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk balita di Indonesia. Selain itu, hal ini merupakan bentuk pengabdian kepada masyarakat oleh institusi pendidikan sebagai bentuk kontribusi dan impementasi atas amanat konstitusi.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi Balita yang dilaksanakan di Posyandu Sa'dan Tiroallo. Kegiatan ini adalah dilakukan dengan memberikan makanan yang dapat menunjang kebutuhan gizi balita, juga memberikan informasi dan edukasi kepada masyarakat atau orang tua tentang pentingnya kebutuhan gizi bagi balita. Pelaksanaan kegiatan ini meliputi 4 (empat) tahapan, yaitu:

1. Pengenalan keadaan, gambaran/situasi:
 - a. Pembicara siap untuk menjadi komunikator/penyuluh yang baik
 - b. Panitia mengetahui daerah kerjanya termasuk sasaran, budaya dan masalah-masalahnya
2. Perencanaan

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan adalah:

a. Pembentukan tim PMT

Tim pelaksana berkumpul untuk mengadakan pertemuan persiapan pelaksanaan dengan melibatkan pembicara dan anggota panitia. Tim pelaksana kemudian memberikan pembekalan mengenai maksud, tujuan, rancangan program kegiatan, dan beberapa hal teknis berkaitan dengan metode/teknik pelaksanaan. Tim pelaksana kemudian menyusun program kerja, rencana kerja, kalender kerja dengan merangkum 5W yakni What (apa yang dilakukan), Where (dimana), When (kapan), Who (siapa), How (bagaimana).

b. Penyusunan program kegiatan PMT.

Berdasarkan hasil identifikasi, hasil analisis permasalahan yang ada, hasil analisis kebutuhan, dan hasil analisis potensi dampak/manfaat, selanjutnya disusun program PMT.

3. Pelaksanaan

Tindakan dalam kegiatan ini berupa implementasi program yang telah direncanakan. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam implementasi program adalah pemberian program makanan tambahan kepada balita yang turut serta dalam kegiatan PMT.

4. Penilaian

Tahap ini dilakukan melalui sarana pemberian makanan tambahan dan diskusi interaktif atau tanya jawab kepada para peserta (orang tua balita) penerima manfaat program Pemberian Makanan Tambahan

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil PKM

Peserta penerima manfaat PMT yang hadir adalah sebanyak 70 orang. Dalam kegiatan ini peserta (balita) merupakan warga dusun Sa'dan Tiroallo mengikuti kegiatan penyuluhan ini dengan baik dari awal sampai selesai, tampak ada beberapa orang tua peserta yang menerima manfaat program PMT dan pula melakukan diskusi interaktif kepada tim. Kegiatan Pemberian Makanan Tambahan yang dilaksanakan pada tanggal 05 Maret 2024 pukul 10.00 Wita di Posyandu di yang dilaksanakan di Kantor Lembang Sa'dan Tiroallo, mendapatkan antusias yang tinggi dari orang tua balita yang hadir dalam kegiatan tersebut. Kegiatan ini dinilai sangat bermanfaat untuk meningkatkan gizi tambahan bagi balita serta edukasi bagi orang tua balita.

B. Pembahasan

Dalam kegiatan ini dengan memberikan makananan tambahan secara langsung kepada peserta, penyuluhan kepada orang tua balita dan diskusi serta tanya jawab, kegiatan ini diharapkan memberi luaran agar balita mendapatkan manfaat dan juga orang tua balita memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang Pemberian Makanan Tambahan. Berbagai jurnal penelitian mengemukakan bahwa Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berpengaruh terhadap kenaikan berat badan dan atau tinggi badan balita yang diberikan intervensi. Berdasarkan kegiatan PKM yang dilakukan di Posyandu Sa'dan Tiroallo, dapat dilakukan analisis sebagai berikut :

a. Pembimbingan Gizi yang Individual

Berdasarkan kegiatan PMT yang dilakukan di Posyandu Sa'dan Tiroallo, diperlukan sebuah pembimbingan atau konseling individual yang lebih intens mengenai PMT ini. Ini sangat penting untuk memastikan peningkatan pengetahuan bagi orang tua balita, sikap dan perilaku pada ibu ketika sedang hamil dan ibu balita serta para pengasuh balita agar dapat menerapkan pola makan sesuai prinsip gizi seimbang sesuai kondisi dan kebutuhan balita berdasarkan kriteria balita dan intervensi yang dapat mungkin dilakukan.

b. Penyuluhan yang Intens

Hal ini dapat dilakukan di kelompok kecil, bersamaan dengan pelaksanaan pemberian makanan tambahan dan dapat dilakukan bersamaan dengan jadwal posyandu atau kegiatan masyarakat lainnya. Memanfaatkan (PKK) Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga sebagai media dan wadah komunikasi, PKK sendiri merupakan adalah gerakan masyarakat yang bertujuan untuk memberdayakan keluarga dalam berbagai bidang kehidupan, termasuk ekonomi, kesehatan, dan pendidikan, demi mencapai kesejahteraan bersama. PKK juga merupakan organisasi kemasyarakatan yang berfokus pada peningkatan kualitas hidup keluarga dan partisipasi perempuan dalam pembangunan dan hal ini dapat selaras dengan program kerja yang dapat dilakukan oleh Posyandu Sa'dan Tiroallo dalam implementasi program PMT ini.

c. Pengolahan Makanan Sehat bagi Balita

Setelah Ibu balita mendapatkan pengetahuan dan keterampilan yang cukup mengenai edukasi gizi dan kebutuhan balita, maka hal yang penting ialah bagaimana makanan atau sumber daya alam (lokal) yang tersedia dikelola dan dimasak. Karena dapat dimungkinkan bahan makanan mentah yang tersedia mengandung gizi yang tinggi (karbohidrat, protein hewani, protein nabati, lemak, vitamin, dan mineral) namun bila tidak dimasak tau dikelola dengan baik dapat menjadikan balita tidak mendapatkan gizi yang maksimal. Sehingga, keterampilan akan pengelolaan makanan untuk pemberian makanan tambahan menjadi hal yang penting baik untuk balita maupun ibu menyusui.

d. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi (monev) juga menjadi penting untuk dilakukan untuk mendapatkan informasi dan data pelaksanaan kegiatan, bahan pengambilan keputusan, perbaikan pelaksanaan, mengetahui tingkat keberhasilan kegiatan. Monev ini dapat dilakukan mingguan atau bulanan sehingga mendapatkan informasi perkembangan peserta.

KESIMPULAN

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang telah dilakukan pada Program Pengabdian Kepada Masyarakat oleh Institut Toraja Raya merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada balita dan ibu hamil. Kegiatan pengabdian yang berjudul Pemberian Makanan Tambahan Bagi Balita di Posyandu Lembang Sa'dan Tiroallo, kegiatan PMT yang telah dilakukan tersebut perlu disertai dengan pembimbingan gizi individual, penyuluhan yang intens dan berkelanjutan, keterampilan pengelolaan

makanan dan serta monitoring dan evaluasi. Sehingga permasalahan gizi yang melatarbelakangi dapat diminimalisir lewat berbagai macam program yang telah ada.

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Institut Toraja Toraja. Kegiatan pengabdian yang berjudul Pemberian Makanan Tambahan Bagi Balita di Posyandu Lembang Sa'dan Tiroallo Kecamatan. Kegiatan pengabdian dilaksanakan selama 1 hari. Tim pengabdian menyarankan agar kader di Lembang Sa'dan Tiroallo dan petugas Kesehatan di Puskemas wilayah kerja Sa'dan Tiroallo tetap melakukan pengontrolan dan Pendidikan Kesehatan terkait pentingnya pemenuhan gizi pada balita.







DAFTAR HADIR
 PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)
 "PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BAGI BALITA"
 DI POSYANDU LEMBANG SA'DAN TIROALLO KECAMATAN SA'DAN KABUPATEN TORAJA UTARA
 INSTITUT TORAJA RAYA INDONESIA (ITRI)
 TAHUN AKADEMIK 2024/2025

NO	NAMA	DUSUN	TANDA TANGAN
1	Herman Indibury	Bontu	1
2	Dr. Ramdi Palitke	KSP	2
3			3
4	Devyanti D. W. Ambali	Bontu Polli	4
5	Harri. F	Dusun Pantu	5
6	Agustina Maran	Dusun Antolung	6
7	Prastita S. Patita	Dusun Buntu	7
8	Bontu	Bontu	8
9	Silo	Bontu	9
10	Nusa Apili	Pembontu	10
11	Mariane TP.		11
12	Pony	Bontu	12
13	Joan	Bontu	13
14	Cetris	Bontu	14
15	Jordel	Bontu	15
16	Vetson	Bontu	16
17	Suryani	Bontu	17
18	Diosd	Bontu	18
19	Zaritha	Bontu karre	19
20	Dalle	Bontu	20
21	Emma	BSP	21

22	Yanur	Banta	22 Sudi
23	Lina Widura	anblong	23 Aliy
24	Ayu Nika Lagula	Banta	24 Aliy
25	Roni Jansiti	Banta	25 Aliy
26	Marlin	Banula'	26 Aliy
27	Widayanti P	Banula	27 Aliy
28	Tristi Parayu	Banula	28 Aliy
29	Meliani Masoro	Banta	29 Aliy
30	Liana	Banula'	30 Aliy
31	Okta	Banula'	31 Aliy
32	Erianti	Banula'	32 Aliy
33	Bidari	Banula'	33 Aliy
34	Sinta	Banula'	34 Aliy
35	Yucita	Banula'	35 Aliy
36	Timothy Uko Neta Mada	PANTU	36 Aliy
37	Amelia Sonda Pedang	PANTU	37 Aliy
38	Zawati Sabroni	Kette	38 Aliy
39	Muchy	Kette	39 Aliy
40	Sisley	BTP	40 Aliy
41	Kashani Banar L.	BTP	41 Aliy
42	Melani Tanjung	BTP	42 Aliy
43	Fany Zeman	BTP	43 Aliy
44	Shokina Anis	BTP	44 Aliy
45	Mekyanti	BTP	45 Aliy
46	Arni	Panta	46 Aliy
47	Arvanita B.	Panta	47 Aliy
48	Trenawati	Banta	48 Aliy

49	Manda	Pantu	49 Jul
50	Wina	Antong	50 Pp
51	Timotius Libbo Nona Muda.	Pantu	51 Pp
52	Jhoni Tambing	Antolong	52 Pp
53	Ahman Lapa Tandingan	Buntu	53 Pp
54	IPDA	Antolong	54 Pp
55	Tirresya Novita Turu	Pantu	55 Pp
56	Susana Yunus	Buntu	56 Pp
57	Ahu Nikita Layuf	Buntu	57 Pp
58	Erisma Nisa	BTP	58 Pp
59	Lia	Buntu Kerto	59 Jul
60	Yuliana	pantu	60 Pp
61	Amelia Sandapadang	pantu	61 Pp
62	Marthen	Pantu	62 Pp
63	Evaanti	BTP	63 Pp
64	SINTA	BAWLA	64 Pp
65	Elum DESTIKA DANUTU	Kerre	65 Pp
66	Susan Nofhana Pandey	Pantu	66 Pp
67	Nengsin Arala Tangkin	BTP	67 Pp
68	LOIS	pantu	68 Pp
69	Felicia	pantu	69 Pp
70	Balak	pantu	70 Bunt



DAFTAR PUSTAKA

- Faizul Haq, M. R., Irfanda, P. D., Ramadhani, F., Nurhasanah, W., & Widiyarta, A. (2023). Pengaruh Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) terhadap Status Gizi Balita Desa Sumbersuko Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(3), 1964–1970. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v4i3.1258>
- Fajar, S. A., Anggraini, C. D., & Husnul, N. (2022). Efektivitas pemberian makanan tambahan pada status gizi balita Puskesmas Citeras, Kabupaten Garut. *Nutrition Scientific Journal*, 1(1), 30–40. <https://doi.org/10.37058/nsj.v1i1.5975>
- 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*, 14(1), 105–111. <https://doi.org/10.31943/gw.v14i1.359>
- Purbaningsih, H., & Ahmad Syafiq. (2023). Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12), 2550–2554. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i12.4206>

- Putri, E. M. S., & Rahardjo, B. B. (2021). Program Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan pada Balita Gizi Kurang. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 337–345.
- Revitasari, N. R., Kurniawati, M. K., Rohman, R. N., Amellia, H. T. A., & Putri, S. M. (2022). Penyuluhan Dan Pemberian Makanan Tambahan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Bongsopotro. *Abdimas Galuh*, 4(2), 586. <https://doi.org/10.25157/ag.v4i2.7296>
- Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) (2023). Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (Data ini merupakan sumber utama informasi mengenai Survei Diet Total dan prevalensi balita dengan asupan energi kurang).
- Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) (2021).