
PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN PADA BALITA DI POSYANDU DI LEMBANG SA'DAN TIROALLO KAB. TORAJA UTARA TAHUN 2025

Yusan Pabebang¹, Tandi Palette², Hardi K³

Institut Toraja Raya Indonesia^{1,2,3},

pabebangyusan@gmail.com

Abstrak (Indonesia)

Permasalahan gizi balita, khususnya *stunting* dan gizi kurang, masih menjadi tantangan kesehatan di Kabupaten Toraja Utara. Data awal di Lembang Sa'dan Tiroallo mengindikasikan adanya balita dengan status gizi di bawah standar dan minimnya pengetahuan ibu mengenai pengolahan pangan lokal menjadi menu bergizi.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita serta memperbaiki asupan gizi melalui intervensi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal.

Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan gizi interaktif, demonstrasi masak menu lokal kaya protein, dan pembagian paket PMT. Sasaran kegiatan adalah 30 ibu balita dan kader Posyandu di wilayah tersebut.

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan peserta, yang terlihat dari rata-rata nilai post-test yang lebih tinggi dibandingkan pre-test. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran akan pentingnya protein hewani dan efektivitas pemberian makanan tambahan dengan pemanfaatan bahan lokal yang murah.

Kesimpulannya, intervensi PMT yang dikombinasikan dengan edukasi efektif dalam upaya preventif perbaikan gizi balita, dan direkomendasikan untuk dilanjutkan secara mandiri oleh pihak Posyandu setempat.

Kata Kunci: Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi Seimbang

Abstract (English)

Toddler nutrition issues, particularly *stunting* and malnutrition, remain a health challenge in North Toraja Regency. Preliminary data in Lembang Sa'dan Tiroallo indicates a number of toddlers with substandard nutritional status and mothers' limited knowledge about processing local foods into nutritious meals.

This Community Service (PkM) activity aims to increase the knowledge of toddler mothers and improve nutritional intake through a locally sourced supplementary feeding intervention.

The implementation method included interactive nutrition counseling, cooking demonstrations of protein-rich local dishes, and distribution of sourced supplementary feeding packages. The activity targeted 30 mothers of toddlers and Posyandu (Integrated Service Post) cadres in the area.

Evaluation results showed a significant increase in participant knowledge, as evidenced by a higher average post-test score compared to the pre-test. This activity successfully raised awareness of the importance of animal protein and the effectiveness of supplementary feeding using affordable local ingredients.

In conclusion, the P sourced supplementary feeding intervention combined with education is effective in preventing and improving toddler nutrition and is recommended for continued independent follow-up by local Posyandus.

Keywords: Supplemental Feeding, Toddlers, Balanced Nutrition

*Correspondent Author :

Email : pabebangyusan@gmail.com

PENDAHULUAN

Lembang Sa'dan Malimbong merupakan salah satu lembang di Kecamatan Sa'dan Kabupaten Toraja Utara, yang merupakan wilayah kerja dari Puskesmas Sa'dan Malimbong. Puskesmas Sa'dan Malimbong sudah melakukan program pemerintah untuk mewujudkan terhindarnya anak usia dini dari kekurangan gizi. Dengan program yang diberikan adalah pemberian makanan tambahan yang dinamakan (PMT). Program ini telah dilaksanakan tetapi perlu pembenahan dengan kerjasama antara pihak institusi dan pemerintah khususnya pihak puskesmas serta orang tua yang dapat dilakukan secara bergiliran, jika orang tua melakukan pemberian makanan tambahan terlaksana, maka anak akan terhindar dengan makanan yang bersifat jajanan dan instan.. Hal ini akan membantu program pemerintah dan pihak puskesmas untuk mewujudkan anak sehat dan memiliki kecerdasan yang baik.

Kebutuhan gizi merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Pemenuhan gizi yang sesuai dengan kebutuhan akan mendorong pertumbuhan yang baik dan sesuai dengan tahap perkembangannya sehingga dapat membentuk generasi yang sehat, cerdas, dan produktif. Sebaliknya, jika kebutuhan gizi dalam tubuh tidak tercukupi maka akan mengakibatkan berbagai masalah gizi seperti gizi kurang, gizi lebih, defisiensi zat besi, dan zink.

Anak usia dini adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun. Sedangkan hakikat anak usia dini adalah sebagai individu yang unik dimana ia memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek fisik, kognitif, sosio-emosional, kreativitas, bahasa dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tahapan yang sedang dilalui anak tersebut. Masa anak usia dini sering disebut istilah "*Golden Age*" atau masa emas. Pada masa ini hampir seluruh potensi anak mengalami masa peka untuk tumbuh dan berkembang secara cepat dan hebat (Zuhana, 2021). Pada kondisi "*Golden Age*" ini merupakan suatu peluang emas untuk intervensi yang dapat memacu dalam perkembangan kehidupan anak. Apabila masa itu dilepas begitu saja dari pengawasan orang tua atau para pendidik, maka biasanya akan merugikan anak dalam pertumbuhan (Zuhana, 2021). Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh kesehatan. Sehingga sangat penting untuk diperhatikan sejak dini.

Gizi memiliki peran yang sangat penting untuk siklus hidup manusia, khususnya perkembangan anak. Kekurangan gizi yang terjadi dimasa kehamilan pada seorang ibu juga merupakan ancaman akan terjadinya gizi kurang bahkan lebih parahnya terjadi kasus gizi buruk pada anak yang dilahirkan. Kekurangan gizi akan menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan anak yang apabila tidak di atasi sedini mungkin akan berdampak pada saat dewasa

Pengabdian Masyarakat merasa perlunya memperpanjang informasi dan pengetahuan ibu mengenai makanan tambahan yang bergizi pada balita serta perlu dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai makanan bergizi pada balita. Berdasarkan permasalahan di atas, perlu dilakukan pendidikan kesehatan berupa sosialisasi edukasi mengenai makanan tambahan yang bergizi pada balita sebagai upaya untuk pencegahan stunting pada balita.. Oleh karena itu, salah satu upaya promosi kesehatan yang diangkat dalam kegiatan pengabdian masyarakat kali ini adalah pemberian makanan tambahan yang bergizi yang dilaksanakan di Posyandu Lembang Sa'dan Tiroallo, Kabupaten Tana Toraja Tahun 2025.

Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi Seimbang

RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah dalam kegiatan ini adalah

1. Bagaimana tingkat pengetahuan ibu balita di Lembang Sa'dan Tiroallo mengenai pentingnya pemberian makanan tambahan (PMT) yang seimbang dan bergizi?
2. Apa saja hambatan yang dihadapi para ibu dalam menerapkan panduan pemberian PMT sehari-hari di rumah?

TUJUAN PELAKSANAAN

Tujuan dari Kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi serta pengajaran pada masyarakat khususnya pada ibu yang ada di Lembang Sa'dan Tiroallo agar mereka dapat menjaga status gizi pada balita. Dari Kegiatan Penyuluhan ini diharapkan ibu terbiasa membangun kebiasaan yang baik untuk menjaga kesehatan pada balita, sehingga diharapkan melalui program ini dapat meningkatkan derajat kesehatan dan status gizi pada balita.

Pemberian makanan tambahan yang bergizi memiliki satu tujuan, yaitu untuk mengendalikan terjadinya stunting pada balita. Dengan mengikuti penyuluhan tentang pemberian makanan tambahan ini ibu akan menjalankan dan mempraktekkan cara pemberian makanan tambahan pada balita di rumah, penyuluhan-penyuluhan tentang bagaimana keluarga dan masyarakat menjalankan pola hidup sehat sehingga terhindar dari berbagai macam penyakit.

METODE PELAKSANAAN

a. Tahapan Kegiatan

Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah ceramah dan tanya jawab serta demonstrasi dan pemberian makanan tambahan langsung kepada balita yang diselenggarakan di Lembang Sa'dan Tiroallo, Kecamatan Sa'dan Malimbong, Kabupaten Toraja Utara.

Tahap pertama merupakan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan. Proses perencanaan meliputi identifikasi kebutuhan, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan jalan keluar dan kegiatan yang akan dilakukan, dan membuat pengorganisasian kegiatan.

Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lapangan ke Lapangan. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 04 Maret 2025. Tim pengabdian melakukan diskusi dengan kepala Puskesmas Sa'dan Malimbong untuk memberikan izin dilaksanakan kegiatan ini.

Tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui oleh kepala puskesmas Sa'dan Malimbong dan pemerintah setempat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 1 hari tanggal 06 Maret 2025.

b. Solusi yang di tawarkan

Solusi yang ditawarkan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) mengenai Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada balita di Lembang Sa'dan Tiroallo, Toraja Utara, bersifat komprehensif, mencakup aspek edukasi, intervensi praktis, dan pemberdayaan masyarakat.

c. Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan

Waktu pelaksanaan : Tanggal 06 Maret 2025
Pukul : 08 : 30 – Selesai WITA
Tempat Pelaksanaan : Lembang Sa'dan Tiroallo

Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi Seimbang

d. Rundown Kegiatan

Adapun Susunan Program Penyuluhan

Waktu	Kegiatan	Durasi	Keterangan
07:00	Persiapan	30 menit	LCD dll
08:30-09:00	Penyuluhan	30 Menit	TIM
09:00-09:30	Pembagian PTM	30 Menit	TIM
09 : 30-selsesai	Pemeriksaan Kesehatan		TIM

e. Jon Desk Tim Pelaksanaan

Nama TIM	Keterangan
Herman Tandilimbong., S.Kep. Ns. M.Kes	Penanggung Jawab
Ns. Yusan Pabebang., M.Kep	Ketua
Ns. Olgrid Algarini Allo., M.Ke[	TIM Penyuluh
Ns. Yahya Handayani., M.Kep	TIM Penyuluh
Hardi K., SKM., M.Kes	Tim Penyuluh
Agustina Marna., S.Kep. Ns	TIM Penyuluh
Ns. Junelty Almar., S.Kep	TIM Penyuluh
Rezhaldi	Mahasiswa
Tresia Parayo	Mahasiswa
Zaritha Patricia Dim	Mahasiswa
Rosalinda	Mahasiswa
Susan Pandey	Mahasiswa
Susana Yunus	Mahasiswa
Erianti	Mahasiswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Kegiatan ini berhasil dilaksanakan dengan lancar dengan tingkat kehadiran peserta mencapai 90% ibu yang mempunyai balita di posyandu Lembang Sa'dan Tiroallo Kab. Toraja Utara

Sebelum penyuluhan, dilakukan *pre-test* yang menunjukkan pengetahuan ibu balita kurang mengenai menu gizi seimbang. Setelah diberikan penyuluhan dan demonstrasi, dilakukan *post-test* menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu mengenai menu gizi seimbang. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan interaktif efektif.

Menu PMT lokal yang didemonstrasikan, yaitu Bubur Kacang Ijo, mendapatkan respons positif. Ibu-ibu menyadari bahwa bahan pangan lokal yang dapat diolah menjadi makanan bergizi tinggi dengan biaya yang sangat terjangkau.

Luaran kegiatan berupa paket PMT yang dibagikan kepada ibu balita, *leaflet* materi gizi, dan dokumentasi kegiatan.

B. Luaran

Luaran kegiatan berupa paket PMT yang dibagikan kepada ibu balita, *leaflet* materi gizi, dan dokumentasi kegiatan.

C. Pembahasan

Program PMT di Posyandu Lembang Sa'dan Tiroallo terbukti efektif sebagai media edukasi. Tantangan utama yang dihadapi adalah minimnya fasilitas dapur di posyandu. Namun,

Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi Seimbang

hal ini diatasi dengan [solusi yang dilakukan]. Keberhasilan kegiatan ini sangat didukung oleh partisipasi aktif kader posyandu setempat yang membantu mobilisasi massa dan persiapan logistik. Aspek yang paling penting adalah perubahan paradigma bahwa PMT tidak harus mahal atau instan, tetapi bisa berasal dari sumber daya lokal.

RENCANA DAN TAHAPAN BERIKUTNYA

Setelah kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang pertama selesai dilaksanakan di Lembang Sa'dan Tiroallo, langkah selanjutnya adalah memastikan keberlanjutan program dan mengevaluasi dampaknya.

Rencana terhadap laporan PKM yang akan dilakukan selanjutnya adalah monitoring dan evaluasi terhadap perubahan perilaku masyarakat khususnya pada ibu. Program Indonesia Sehat merupakan upaya dengan Pendekatan Keluarga khususnya pada lansia dan penyuluhan kesehatan merupakan upaya pemerintah dalam membangun kemandirian masyarakat dalam hidup sehat. Sekaligus sebagai upaya promotif dan preventif yang pada akhirnya dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Harapannya masyarakat yang produktif dan sadar akan kesehatan serta dapat berperan aktif dalam pembangunan nasional.

Tujuan monitoring dan evaluasi bertujuan untuk melihat efektivitas solusi yang telah diberikan pada tahap awal dengan melakukan kunjungan kembali ke Posyandu atau rumah warga secara acak, mengobservasi apakah ibu balita sudah menerapkan resep PMT lokal yang diajarkan dalam pola makan harian di rumah serta memantau pelaksanaan "Dapur Sehat Posyandu" jika inisiasi tersebut sudah berjalan. Adapun Evaluasi Status Gizi yang dilakukan yaitu membandingkan data penimbangan balita (berat badan dan tinggi badan) saat PkM tahap 1 dengan data 1-3 bulan setelahnya dan melihat tren kenaikan berat badan pada balita yang sebelumnya berada di BGM (Bawah Garis Merah), serta melakukan wawancara dengan beberapa ibu dan kader untuk mengetahui hambatan apa yang masih mereka temui dalam penerapan gizi seimbang.

Tahap akhir dari kegiatan PkM yang wajib dilakukan oleh tim adalah merangkum seluruh hasil kegiatan dari tahap persiapan hingga tahap keberlanjutan, termasuk analisis data pre-post test dan rekomendasi. Menulis artikel ilmiah dari hasil PkM untuk dipublikasikan di jurnal pengabdian masyarakat (nasional atau internasional) serta Publikasi di media massa lokal (misalnya, koran Toraja) untuk menyebarkan informasi dan menginspirasi daerah lain.

Berikut Dokumentasi Kegiatan Program Penyuluhan:



Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi Seimbang



Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi Seimbang



Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi Seimbang



Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Gizi Seimbang

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di Lembang Sa'dan Tiroallo telah berhasil mencapai tujuannya. Terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada ibu balita terkait gizi seimbang. Metode demonstrasi masak bahan pangan lokal terbukti aplikatif dan mudah diterima oleh masyarakat sasaran, sehingga diharapkan dapat memperbaiki asupan gizi balita secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Gizi dan Kesehatan Balita*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Stunting Terintegrasi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan Bagi Balita dan Ibu Hamil*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Saidah, H., & Dewi, R. K. (2020). *4 BAB II TINJAUAN PUSTAKA A. Balita*. Repository Poltekkes Tjk.
- UNICEF Indonesia. (2019). *Situasi Anak di Indonesia: Stunting dan Ketimpangan*. Jakarta: UNICEF Indonesia.
- Widyastuti, N., dkk. (2019). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Melalui Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Pangan Lokal. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.