



Prosiding

Seminar Nasional Inovasi pendidikan dan Pembelajaran
Fakultas Pendidikan Bahasa dan Seni
IKIP PGRI Bojonegoro

Tema "Inovasi pendidikan dan Pembelajaran di era digital untuk Pengalaman Belajar
Imersif"



Manfaat Keberhasilan Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada Balita untuk Mencegah Stunting

Azzahra Audrey Ariefianda¹, Cahyo Hasanudin², Maria Ulfa³, Ari Tri Rahayu⁴
^{1,3,4}Program Studi D-III Kebidanan Bojonegoro, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, IKIP PGRI Bojonegoro, Indonesia

azzahraaudreyariefianda@gmail.com¹, cahyo.hasanudin@ikip PGRIbojonegoro.ac.id²,
ulfah053@gmail.com³, arirahayu25b@gmail.com⁴

abstrak—Program kegiatan pemberian makanan tambahan adalah upaya meningkatkan status gizi balita dengan kondisi kurang gizi yang diberi asupan tambahan berupa vitamin dan mineral. Tujuan penelitian ini ialah ingin mengetahui manfaat keberhasilan program kegiatan pemberian makanan tambahan (PMT) pada balita untuk mencegah stunting. Metode dari penelitian ini adalah SLR dengan cara mengevaluasi, menyelidiki serta menafsirkan kemungkinan mengenai topik yang disukai dan pertanyaan dari penelitian tertentu. Data penelitian dalam penelitian dalam bentuk data sekunder. Teknik pengumpulan data ini menggunakan simak dan catat. Teknik validasi data tersebut menggunakan triangulasi data. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa manfaat dari keberhasilan program PMT pada balita antara lain 1) mencegah dan mengatasi gizi kurang 2) meningkatkan perkembangan otak 3) meningkatkan kesadaran orang tua tentang gizi.

Kata kunci— program pemberian makanan tambahan, balita, stunting

Abstract— Supplementary feeding activities is an effort in adding nutrition to toddlers with malnutrition conditions who are given additional intake of vitamins and minerals. The purpose of this study was to determine the benefits of the success of the supplementary feeding program (PMT) in toddlers to to avoid stunting. The method of this research is SLR by evaluating, investigating and interpreting the possibilities regarding the preferred topics and questions of a particular research. The research data in the research in the form of secondary data. The data collection technique uses listening and note taking. The data validation technique uses data triangulation. The results of this study indicate that the benefits retrieved from successful PMT program for toddlers include 1) preventing and overcoming malnutrition 2) improving brain development 3) increasing parents' awareness about nutrition.

Keywords— supplementary feeding program, toddlers, stunting

PENDAHULUAN

Menurut Ariani dalam Suherlin, Yulianingsih, & Porouw (2023) balita adalah anak berusia 0-59 bulan yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat, sehingga membutuhkan asupan gizi dalam jumlah yang banyak dan berkualitas tinggi. Sedangkan menurut Muslihatan dalam Indria (2023) balita adalah anak berusia 0-5 tahun dengan tingkat plastisitas yang tinggi, sehingga mampu belajar dan menyerap informasi dengan cepat. Selain itu, balita ialah anak berusia 12-59 bulan yang berada pada tahap awal pertumbuhan dan perkembangan (Syah dkk., 2025). Jadi mereka sangat membutuhkan asupan gizi yang cukup dan berkualitas tinggi untuk mendukung proses tumbuh kembangnya. Maka, stunting yaitu gangguan pada pertumbuhan balita, karena masalah malnutrisi dalam jangka panjang, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan.

Stunting atau tubuh pendek merupakan salah satu masalah kesehatan akibat kurang gizi kronis pada bayi dapat berdampak jangka panjang, seperti gangguan pertumbuhan, keterlambatan perkembangan kognitif, serta peningkatan risiko penyakit di masa dewasa (Wartakemas dalam Rumlah, 2022). Selain itu, Kekurangan gizi dan gangguan pertumbuhan pada balita dapat berdampak negatif pada kesehatan dan mental anak di masa dewasa, menghambat perkembangan optimal mereka (Sudargo dalam Mustajab & Aristiyani, 2023). Lalu, kelebihan gizi pada balita merupakan salah satu akibat dari gaya makan yang salah bisa timbulkan obesitas (Syah dkk., 2025). Maka, Gizi seimbang penting untuk mencegah stunting, obesitas, dan dampak kesehatan jangka panjang pada balita.

Menurut WHO dalam Maigoda, Simbolon, & Rahmad (2023) stunting ialah gizi yang kurang mencukupi dalam jangka panjang, terutama pada pemberian makanan yang kurang. Selain itu, stunting adalah gangguan pertumbuhan anak usia 5 tahun ke bawah dikarenakan kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka panjang, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan (Achjar dkk., 2024). Selain itu juga stunting adalah balita yang gagal berkembang dikarenakan kekurangan gizi, dapat menyebabkan anak mempunyai tinggi badan yang kurang dari seusianya (Yuliana & Hakim, 2019). Jadi, stunting ialah pertumbuhan balita terhambat akibat kekurangan gizi yang lama, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan.

Berdasarkan kerangka konsep UNICEF dalam Sukmawati (2023), stunting disebabkan oleh berbagai faktor seperti kondisi politik, status ekonomi yang rendah, dan asupan gizi yang tidak mencukupi. Stunting di akibatkan karena kurang asupan gizi, terjadinya infeksi terus menerus, bayi lahir kurang bulan, dan berat bayi kurang (Maryanah dkk., 2023). Selain itu, jarak kelahiran merupakan salah satu penyebab stunting, di mana selisih usia antara kelahiran sebelumnya dan berikutnya dapat memengaruhi pemenuhan gizi dan perawatan anak (Wahyu, Ginting, & Sinaga, 2022). Jadi, faktor lainnya seperti bayi lahir kurang bulan, berat bayi kurang, dan jarak kelahiran yang terlalu dekat juga dapat berkontribusi terhadap terjadinya stunting pada anak. Maka, untuk mencegah hal tersebut pemerintah melakukan kegiatan PMT dalam memenuhi kebutuhan gizi untuk mencegah stunting.

Program pemberian makanan tambahan adalah upaya pemberian tambahan nutrisi melalui pemberian makanan tambahan dengan nutrisi ekstra (Setiowati & Budiono, 2019). Pemberian makanan tambahan pada balita merupakan asupan tambahan yang diberikan kepada balita dengan kondisi kurang gizi (Darubekti dalam Harumi, Wardani & Sholikhah, 2023). Program pemberian makanan tambahan pada balita untuk meningkatkan status gizi dapat berupa penyuluhan agar memenuhi kebutuhan gizi balita (Jayadi dkk, 2021). Maka, kegiatan ini ber-upaya meningkatkan gizi pada anak balita dengan kondisi kurang gizi yang diberi asupan tambahan berupa vitamin dan mineral.

Kegiatan ini memiliki tujuan untuk memperbaiki keadaan gizi pada orang-orang yang berisiko (Palupi dkk., 2023). Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan dalam mencegah masalah kekurangan gizi, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta kesehatan ibu hamil (Sumiaty., 2024). Selain itu, kegiatan ini juga untuk memberikan asupan makanan yang membantu individu mengejar ketertinggalan seperti kurang berat badan dan stunting dapat dikurangi, sehingga kesehatan dan kualitas hidup kelompok sasaran dapat meningkat (Anggraeni, Palupi, Trisnagati, & Indahsari, 2023). Program ini juga membantu mengatasi masalah seperti kurang berat badan dan stunting, sehingga meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup sasaran.

Berdasarkan hal tersebut penelitian ini dilakukan dikarenakan stunting masih menjadi masalah kesehatan yang serius pada usia anak kurang dari 5 tahun dikarenakan kurang gizi, yang berdampak pada pertumbuhan, kemampuan berfikir, serta risiko penyakit di masa depan. Faktor penyebabnya beragam, seperti kondisi ekonomi, asupan gizi buruk, infeksi, dan jarak kelahiran yang dekat. Kegiatan ini menjadi solusi dalam menambah gizi dan mencegah stunting. Oleh karena itu, studi ini dilakukan untuk memahami sejauh mana keberhasilan Program PMT pada balita untuk mencegah Stunting.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini ialah penelitian *Systematic Literature Review* atau lebih dikenal dengan singkatan SLR. Penelitian SLR adalah meninjau dan menganalisis berbagai penelitian yang relevan dengan topik dan pertanyaan tentang penelitian tertentu (Triandini dkk., 2019 dalam Hikmah dan Hasanudin, 2024).

Data penelitian dapat berbentuk data sekunder. Data sekunder menurut Umaroh dan Hasanudin (2024) terdapat buku-buku Pustaka, skripsi, jurnal, dan dokumen-dokumen dengan penelitian yang dilakukan. Data sekunder yang diterapkan dalam penelitian ini berupa kata, frasa, klausa, atau kalimat yang diambil dari buku dan artikel jurnal yang terbit secara nasional.

Teknik pengumpulan data ini dapat dilakukan dengan metode simak dan catat. Metode simak dan catat adalah peneliti yang berperan sebagai instrument utama, dengan cara menyimak suatu data dengan cermat dan yang perlu diperhatikan tidak hanya menyimak tetapi juga ditulis (Mahsun 2005 dalam Yuliarti, Rustono, & Nuryatin, 2015). Metode simak di dalam penelitian ini dengan cara mengamati dan menganalisis data secara cermat berdasarkan sumber yang relevan. Metode catat di dalam penelitian ini dengan cara mencatat data yang diperoleh dari berbagai sumber yang relevan.

Teknik validasi data menggunakan teknik triangulasi. Teknik triangulasi menurut Puspita dan Hasanudin (2024) adalah teknik untuk meningkatkan kualitas, kredibilitas, dan akurasi data dengan mengombinasikan berbagai sumber informasi. Triangulasi di dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi teori. Pada

penelitian ini terdapat teori dari hasil riset yang dapat dijadikan informasi dari pernyataan atau ide yang sedang disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Manfaat keberhasilan kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk balita dalam mencegah Stunting dapat berbentuk:

1. Mencegah dan Mengatasi Gizi Kurang

PMT menyediakan tambahan asupan gizi melalui makanan bernutrisi lengkap yang terdapat protein, vitamin, dan mineral, sehingga menghasilkan pertumbuhan balita secara optimal. Hal ini diperkuat oleh Masri dkk. (2020) bahwa tentang pengetahuan dan perilaku ibu dalam PMT berperan penting dalam menjaga status gizi anak, sehingga dapat mencegah gizi kurang melalui asupan gizi yang seimbang.

2. Meningkatkan Perkembangan Otak

Asupan nutrisi yang memadai, khususnya protein, zat besi, dan asam lemak esensial seperti DHA dan EPA, berperan penting dalam perkembangan otak serta meningkatkan kecerdasan dan daya ingat anak. Hal ini diperkuat oleh Hosang dkk. (2017) bahwa pada masa balita ini pertumbuhan fisik menjadi faktor yang sangat krusial dan dari 90% sel-sel yang ada di otaknya mengalami perkembangan yang pesat.

3. Meningkatkan Kesadaran Orang Tua tentang Gizi

Program PMT sering disertai dengan edukasi bagi orang tua mengenai pola makan sehat, ASI eksklusif, dan pentingnya gizi seimbang, sehingga mencegah stunting dalam jangka panjang. Hal ini diperkuat oleh Manuputty & Sumarmi (2024) bahwa pemahaman ibu tentang gizi anak berpengaruh positif terhadap pola pemberian makanan kepada balitanya.

SIMPULAN

Simpulan di dalam penelitian tentang manfaat keberhasilan Kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk balita dalam mencegah Stunting terdapat tiga manfaat PMT yaitu 1) untuk mencegah dan mengatasi gizi kurang, 2) meningkatkan perkembangan Otak, 3) meningkatkan kesadaran orang tua tentang gizi.

REFERENSI

- Achjar, K. A. H., Anwar, T., Raji, H. F., Alita, R., Sihombing, D. R. (2024). *Stunting*. Jawa Tengah: PT. Green Pustaka Indonesia.
- Anggraeni, E., Palupi, M., Trisnagati, R., & Indahsari, F. N. (2023). *Gizi dan PMT pemulihan*. Jawa Timur: uwais inspirasi indonesia.
- Anoegrajekti, N., Sudibyso, S., Saryono, S. M. D., Putra, I. N. D. (2022). *Sastra Maritim*. Yogyakarta: PT. Kanisus.
- Hikmah, Y. D., & Hasanudin, C. (2024, June). Eksplorasi konsep matematika dalam pembelajaran di sekolah dasar. In *Seminar Nasional dan Gelar Karya Produk Hasil Pembelajaran* (Vol. 2, No. 1, pp. 316-324). <https://prosiding.ikippgribojonegoro.ac.id/index.php/SNGK/article/view/2382/pdf>.
- Hosang, K. H., Umboh, A., & Lestari, H. (2017). Hubungan pemberian makanan tambahan terhadap perubahan status gizi anak balita gizi kurang di Kota Manado. *e-CliniC*, 5(1). 1-5. <https://doi.org/10.35790/ecl.v5i1.14760>.
- Indria, G. A. (2023). *Peran keluarga dalam pertumbuhan dan perkembangan balita*. Jawa Tengah: UNISNU PRESS.
- Jayadi, y. I., Syarfaini, S., Ansyar, D. I., Alam, S., & Sayyidinna, D. A. (2021). Evaluasi program pemberian makanan tambahan anak balita pada masa pandemi covid 19 di Puskesmas Kabupaten Gowa. *Al Gizzai Public Health Nutrition*, 1(2), 89-102. <https://doi.org/10.24252/algizzai.v1i2.21998>.
- Maigoda, T. C., Simbolon, D., & Rahmad, A. H. A. (2023). *Kenali stunting sejak dini*. Jawa Tengah: Penerbit NEM.
- Manuputty, N. H. K., & Sumarmi, S. (2024). Pengaruh edukasi responsive feeding terhadap pengetahuan pada ibu balita usia 6-24 bulan di wilayah kerja puskesmas Kalirungkut. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3). 7730-7737. <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.32170>.
- Maryanah, M., Supradewi, I., Batlajery, J., Siswanto, E. J., Wahidin, W. (2023). *Deteksi dini faktor risiko stunting*. Jawa Tengah: Penerbit NEM.
- Masri, E., Sari, W. K., & Yensasnidar, Y. (2020). Efektifitas pemberian makanan tambahan dan konseling gizi dalam perbaikan status gizi balita. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7(2), 28-35. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i2.516>.
- Mustajab, A. A., & Aristiyani, I. (2023). Dampak status ekonomi pada status gizi balita. *JURNAL KEPERAWATAN WIDYA GANTARI INDONESIA (JKWGI)*, 7(2), 138-146. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v7i2.5607>.
- Palupi, F. H., Arismawati, D. F., Tumenggung, I., Margalin, B., Pudyastuti R. R. (2023). *Ilmu kesehatan masyarakat*. Batam: CV Rey Media Grafika.

- Puspita, W. R., & Hasanudin, C. (2024, June). Strategi untuk meningkatkan kemampuan berhitung dasar matematika siswa sekolah dasar melalui metode drill. In *Seminar Nasional dan Gelar Karya Produk Hasil Pembelajaran* (Vol. 2, No. 1, pp. 1552-1561). <https://prosiding.ikipgribojonegoro.ac.id/index.php/SNGK/article/view/2585>.
- Rumlah, S. (2022). Masalah sosial dan solusi dalam menghadapi fenomena stunting pada anak. *KAJIAN ILMU PENDIDIKAN SEJARAH, SEJARAH, & SOSIAL*, 1(3), 83-91. <https://doi.org/10.22437/krinok.v1i3.21852>.
- Setiowati, K. D., & Budiono, I. (2019). Perencanaan program pemberian makanan tambahan pemulihan untuk balita. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 3(1), 109-120. <https://doi.org/10.15294/higeia.v3i1.24990>.
- Suherlin, I., Yulianingsih, E., & Porouw, H. S. (2023). *Buku ajar asuhan neonatus, bayi dan balita*. Yogyakarta: Deepublish Digital.
- Sukmawati, S. (2023). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita*. Jawa Tengah: Penerbit NEM.
- Sumiaty, S., Pustikasari, A., Wasita, R. R. R., Kusmayadi, Y., Batubara, S. T. (2024). *Buku ajar kesehatan masyarakat*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Syah, J., Wahyuningsih, W., Robert, D., Kelabora, J., Widarti, A. (2025). *Permasalahan gizi balita*. Jawa Tengah: PT MEDIA PUSTAKA INDO.
- Umaroh, C., & Hasanudin, C. (2024, June). Teori bilangan: Mengenalkan jenis-jenis bilangan pada anak usia dasar. In *Seminar Nasional dan Gelar Karya Produk Hasil Pembelajaran* (Vol. 2, No. 1, pp. 370-378). <https://prosiding.ikipgribojonegoro.ac.id/index.php/SNGK/article/view/2457/pdf>.
- Wahyu, A., Ginting, L., & Sinaga, N. D. (2022). *Faktor penyebab terjadinya stunting*. Jawa Barat: CV Jejak (Jejak Publisher).
- Yuliana, W., & Hakim, B. N. (2019). *Darurat stunting dengan melibatkan keluarga*. Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.