Indonesia Berdaya, 6(3) 2025: 825-832
https://doi.org/10.47679/ib.20251206

P-ISSN 2502-4825
E-ISSN 2502-9495

Edukasi pemberian makanan tambahan pada balita sebagai upaya pencegahan stunting di UPTD PUSKESMAS Martimbang Pematangsiantar

Education on providing supplementary food to toddlers as an effort to prevent stunting at the Martimbang Pematangsiantar Community Health Center

Derma Wani Damanik[1*)], Julwansa Saragih[2], Eva Anita Yunia[3], Rani Sartika Dewi[4]

Published online: 18 July 2025

ABSTRACT

Stunting is a disorder of growth and development in children due to chronic malnutrition and repeated infections, which is characterized by their length or height being below the established standard. The toddler group needs attention because they are a group that is vulnerable to malnutrition. Malnutrition is still a major problem in infants and children under five years of age (toddlers) globally. In 2025, the world of nutrition is expected to face a number of new complex issues. Not only challenges in terms of nutritional problems, such as multiple malnutrition, obesity, and stunting, but also changes in education models and nutritional intervention approaches. The incidence of stunting in North Sumatra Province in 2023 reached 19,298 people with details of toddlers with stunting as many as 18.9%, malnutrition 7.9%, undernutrition 13.2% and overnutrition 3.5%. The incidence of stunting in Pematang Siantar City was 303 people, with the number of toddlers with stunting as many as 7.7%, malnutrition 4.2%, undernutrition 7.2% and overnutrition 4.2%. The implementation of community service carried out in the form of providing education on providing additional food for toddlers. The target of this activity was mothers with toddlers in the working area of the UPTD Martimbang Pematangsiantar Health Center as many as 12 people. The results of community service obtained that before education, the majority of the knowledge of the education participants was sufficient as many as 7 people (58.3%) and after receiving education, the majority of knowledge became good as many as 10 people (83.3%). Community service activities received a good and positive response from the participants and there was an increase in the knowledge of mothers who have children and children will be healthy according to their growth and development.

Keywords: Education, additional food, toddlers, stunting

Abstrak. Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada dibawah standar yang ditetapkan. Kelompok balita perlu mendapat perhatian karena merupakan kelompok yang rawan terhadap kekurangan gizi. Malnutrisi masih menjadi permasalahan utama pada bayi dan anak di bawah lima tahun (balita) secara global. Pada tahun 2025, dunia gizi diperkirakan akan menghadapi sejumlah isu baru yang kompleks. Tidak hanya tantangan dari sisi masalah gizi, seperti malnutrisi ganda, obesitas, dan stunting, tetapi juga perubahan dalam model pendidikan dan pendekatan intervensi gizi. Angka kejadian stunting di Provinsi Sumatera Utara tahun 2023 mencapai 19.298 orang dengan rincian balita dengan stunting sebanyak 18,9%, gizi buruk 7,9%, gizi kurang 13,2% dan gizi lebih 3,5%. Angka kejadian stunting di Kota Pematang Siantar sebanyak 303 orang, dengan jumlah balita stunting sebanyak 7,7%, gizi buruk 4,2%, gizi kurang 7,2% dan gizi lebih 4,2%. Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa pemberian edukasi pemberian makanan tambahan pada balita. Sasaran pada kegiatan ini adalah ibu dengan balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas Martimbang Pematangsiantar sebanyak 12 orang. Hasil pengabdian masyarakat diperoleh bahwa sebelum edukasi mayoritas pengetahuan peserta edukasi adalah cukup sebanyak 7 orang (58,3%) dan setelah memperoleh edukasi mayoritas pengetahuan menjadi baik sebanyak 10 orang (83,3%). Kegiatan pengabdian masyarakat memperoleh respon yang baik dan positif dari peserta kegiatan dan terjadinya peningkatan pengetahuan ibu yang memiliki anak serta anak akan menjadi sehat sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya.

Kata Kunci: Edukasi, makanan tambahan, balita, stunting

[1*, 2, 3, 4]Akper Kesdam I/Bukit Barisan Pematangsiantar

*) *corresponding author*

Derma Wani Damanik

Akper Kesdam I/Bukit Barisan Pematangsiantar
Email: dermawanidamanik@gmail.com

PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada dibawah standar yang ditetapkan oleh Menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan dibidang kesehatan. Usia yang rawan terjadinya berbagai penyakit infeksi dan masalah gizi yang dapat berakibat pada terjadinya kondisi stunting adalah usia balita terutama usia 24 – 59 tahun (Susanti, et al, 2024). Usia balita merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Oleh karena itu, kelompok balita perlu mendapat perhatian karena merupakan kelompok yang rawan terhadap kekurangan gizi (Eliza, et al, 2024).

Malnutrisi masih menjadi permasalahan utama pada bayi dan anak di bawah lima tahun (balita) secara global. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menunjukkan 5,7% balita di dunia mengalami gizi lebih, 6,7% mengalami gizi kurang dan gizi buruk, serta 22,2% atau 149,2 juta menderita *stunting* (malnutrisi kronik) (Kemenkes, 2023). Faktor langsung yang berhubungan dengan stuntingbyaitu asupan makanan dan status kesehatan. Asupan makanan yang kurang baik dan status kesehatan yang tidak optimal dapat langsung memengaruhi pertumbuhan fisik anak (Yuliasari, 2024). *Menurut International Children's Emergency Fund* (UNICEF) memperkirakan, 45,4 juta anak di bawah lima tahun secara global mengalami kekurangan gizi akut (*wasting*) pada tahun 2020. Persentase balita penderita kekurangan gizi akut berdasarkan kawasannya paling tinggi berada di Asia Selatan, yakni 14,7%, disusul oleh Afrika Barat dan Tengah dengan persentase sebesar 7,2% (Jayani, 2021).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan kekurangan gizi menjadi salah satu ancaman berbahaya bagi kesehatan penduduk dunia. Kekurangan gizi diperkirakan menjadi penyebab utama dari 3,1 juta kematian anak setiap tahu (Rizaty, 2020). Pada tahun 2025, dunia gizi diperkirakan akan menghadapi sejumlah isu baru yang kompleks. Tidak hanya tantangan dari sisi masalah gizi, seperti malnutrisi ganda, obesitas, dan stunting, tetapi juga perubahan dalam model pendidikan dan pendekatan intervensi gizi (Manjilala, 2025). Berdasarkan survey Gizi status Indonesia (SGGI) tahun 2022 status gizi balita di Indonesia tahun 2019 terdiri dari: *stunting* 27,7%, *wasting*7,4%, *underweigh* 17,7%, *overweigh* 8%, pada tahun 2021 data *stunting* 22,4%, *wasting*7,1%, *underweigh* 17% *overweigh* 3,8%, dan tahun 2022 data stunting sebanyak 21,6%, wasting 7,7%, *underweigh* 17,1%, dan *overweigh* 3,5%. Data Survey Status Gizi Indonesia (2024) bahwa status gizi balita di Indonesia berdasarkan berat badan per umur yaitu sangat di bawah rata-rata sebanyak 3%, di bawah rata-rata 13,9%, normal 74,3% dan resiko berat badan lebih sebanyak 6,8%.

Angka kejadian stunting di Provinsi Sumatera Utara tahun 2023 mencapai 19.298 orang dengan rincian balita dengan stunting sebanyak 18,9%, gizi buruk 7,9%, gizi kurang 13,2% dan gizi lebih 3,5% (Survey Kesehatan Indonesia, 2023). SSGI tahun 2024 menambahkan bahwa di Sumatera Utara, data status gizi yaitu sangat di bawah rata-rata sebanyak 3,6%, di bawah rata-rata 14,1%, normal 78,4% dan resiko berat badan lebih sebanyak 4%. Sementara itu, Data Dinas Kesehatan Kota Pematangsiantar (2024) ditemukan 318 balita kurus, 181 balita gizi kurang dan 227 balita pendek serta 10 balita gizi buruk, dibandingkan dengan tahun sebelumnya kasus ini sedikit menurun dimana pada tahun 2022 sejumlah 11 orang. Berbeda dengan data SKI, (2023) bahwa angka kejadian stunting di Kota Pematang Siantar sebanyak 303 orang, dengan jumlah balita stunting sebanyak 7,7%, gizi buruk 4,2%, gizi kurang 7,2% dan gizi lebih 4,2% dan menurut SSGI tahun 2024 di Kota Pematang siantar terdapat data gizi sebanyak 1,3% *severely stunting*, 10,9% *stunting* dan normal 87,8%.

Balita merupakan anak yang rentan terhadap infeksi, karena daya tahan tubuh mereka belum optimal dan kuat. Daya tahan tubuh balita harus dijaga dengan baik untuk mendukung proses tumbuh kembangnya (Hasrida & Jusmawati, 2024). Pemerintah Indonesia telah mengimplementasikan berbagai upaya untuk mengatasi permasalahan stunting, mengingat dampak seriusnya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak stunting menjadi salah satu fokus permasalahan yang harus diselesaikan (Yuliasari, 2024). Peran orang tua sangat penting dalam memberikan gizi yang seimbang, seperti memberikan Makanan Tambahan (PMT) bagi anak sebagai salah satu cara untuk meningkatkan daya tahan tubuh mereka (Hasrida & Jusmawati, 2024). Pemberian Makanan

Tambahan (PMT) kepada balita dilakukan sebagai salah satu strategi implementasi dalam mengatasi masalah gizi sehingga kasus gizi buruk dapat dikurangi. Makanan tambahan adalah makanan bergizi sebagai tambahan selain makanan utama bagi kelompok sasaran guna memenuhi kebutuhan gizi. Kegiatan pemberian makanan tambahan menjadi alternatif untuk memenuhi asupan sayuran sebagai sumber vitamin dan mineral (Harumi, et al, 2023)

Fajar, et al (2022) menambahkan bahwa permasalahan kekurangan gizi pada balita jika tidak segera ditangani dampaknya dapat bertahan sampai dewasa, sehingga perlu adanya upaya dalam mengatasi kekurangan gizi pada kelompok usia balita salah satunya melalui program Pemberian Makanan Tambahan. Sasaran pemberian makanan tambahan adalah anak dengan usia 6-59 bulan atau disebut balita. Pemberian makanan tambahan diharapkan dapat membantu pemulihan gizi dan sebagai tambahan dalam melengkapi kebutuhan gizi sehari-hari selain makan utama (Harumi, et al, 2023).

BAHAN DAN METODE

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan edukasi serta informasi untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang pemberian makanan tambahan pada balita. Kegiatan dilakukan dengan menggunakan metode cermah, diskusi dan tanya jawab. Media yang digunakan berupa power point, leaflet dan daftar pertanyaan yang akan dipergunakan sebelum dan sesudah kegiatan edukasi. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu yang memiliki balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas Martimbang Pematangsiantar.Tahapan kegiatan edukasi terdiri dari:

Tahapan persiapan

Tim melakukan survey awal ke Puskesmas untuk memastikan kondisi kebutuhan masyarakat, kemudian tim menyusun persiapan edukasi dengan pembuatan pre planning dan berkoordinasi Kepala UPTD Puskesmas Martimbang Pematangsiantar untuk meminta ijin melakukan kegiatan PKM serta menjelaskan tujuan dan langkah-langkah kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan, dilanjutkan dengan mempersiapkan materi dan perlengkapan yg diperlukan pada kegiatan edukasi tersebut.

Tahapan pelaksanaaan

Pelaksanaan edukasi dilakukan pada hari Kamis, tanggal 24 April 2025. Kegiatan berlangsung sekitar 60 menit. Tahapan pelaksanaan mencakup: pemberian pretest sebelum penyampaian materi, pemberian materi edukasi, dan sesi tanya jawab/diskusi untuk memastikan partisipan memahami materi yang telah disampaikan

Tahapan evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengukur keberhasilan kegiatan. Metode evaluasi terbagi atas:

1. Kuesioner: partisipan diberikan kuesioner untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan
2. Observasi: tim educator mengamati partisipan selama kegiatan edukasi berlangsung,
3. Umpan Balik: Partisipan diberi kesempatan untuk memberikan masukan atau gagasan terkait kegiatan yang telah dilaksanakan guna perbaikan ke depannya

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang makanan pendamping pada balita. Jumlah peserta kegiatan sebanyak 12 orang. Kegiatan pengabdian ini mendapat respon yang baik dan positif dari peserta kegiatan. Peserta memiliki antusias yang tinggi dalam mengikuti kegiatan edukasi. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat dijabarkan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1.
Data demografi peserta edukasi

No	Identitas Peserta	F	%
1	**Usia (tahun)**		
	20-30 tahun	6	50
	31-40 tahun	4	33,3
	41-50 tahun	2	16,7
2	**Pendidikan**		
	SMP	2	16,7
	SMU	7	50
	D3	1	8,3
	S1	2	16,7
3	**Pekerjaan**		
	IRT	5	41,6
	PNS	2	16,7
	Wiraswasta	2	16,7
	Pegawai swasta	3	25
Jumlah		**12**	**100**

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa mayoritas peserta edukasi berusia 20-30 tahun sebanyak 6 orang (50%), pendidikan mayoritas SMU sebanyak 6 orang (50%), pekerjaan ibu mayoritas ibu rumah tangga sebanyak 5 orang (41,6%). Menurut Ramadhiani1, & Widyasari (2024) bahwa pendidikan dapat meningkatkan kemampuan kognitif individu, termasuk kemampuan membaca, menerima informasi. Pendidikan merupakan faktor yang dapat berpengaruh terhadap pola pikir, proses belajar dan tingkat pemahaman informasi. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah seseorang menerima informasi

Tabel 2.
Distribusi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi

No	Pengetahuan	Sebelum	Persentase (%)	Sesudah	Persentase (%)
1	Baik	2	16,7	10	83,3
2	Cukup	7	58,3	2	16,7
3	Kurang	3	25	0	0
	Jumlah	**12**	**100**	**12**	**100**

Hasil pengukuran terhadap 12 orang peserta edukasi pemberian makanan tambahan menunjukkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta yaitu sebelum pemberian edukasi mayoritas pengetahuan peserta adalah cukup sebanyak 7 orang (58,3%) dan setelah memperoleh edukasi mayoritas pengetahuan menjadi baik sebanyak 10 orang (83,3%).

Kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan hasil terjadinya peningkatan pengetahuan ibu setelah memperoleh edukasi. Edukasi merupakan proses interaktif yang mendorong terjadinya proses pembelajaran. Pembelajaran merupakan upaya untuk menambah pengetahuan baru, sikap, keterampilan, melalui penguatan praktisi dan pengalaman tertentu. Edukasi kesehatan merupakan sesuatu yang penting dalam bidang keperawatan yang dipengaruhi oleh harapan, pengetahuan, serta kebutuhan pasien terhadap edukasi (Langgogeni, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Daryati, et al, (2024) menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan dan sikap orang tua setelah diberikan intervensi edukasi kesehatan. Intervensi edukasi kesehatan dianggap efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan berpotensi menurunkan angka stunting pada anak. Penelitian tersebut didukung oleh

penelitian Zakiyah, et al (2020) bahwa pemberian informasi melalui edukasi membuktikan bahwa informasi baik bersumber dari promosi kesehatan, media cetak, maupun media elektronik bisa mempengaruhi tingkat pengetahuan individu sehingga emberian edukasi harus terus dilakukan agar masyarakat semakin paham materi yang diberikan. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan edukasi, sebagian berpengetahuan kurang sejumlah 39 reponden (60%), setelah diberikan intervensi edukasi pengetahuan responden sebagaian besar baik 29 reponden (44.61%). Ada pengaruh pemberian edukasi pemberian makanan tambahan dengan pengetahuan ibu.

Menurut Rahmadinda, et al (2024) pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada balita. Kegiatan PMT perlu dibarengi dengan pendidikan gizi dan kesehatan untuk perubahan perilaku, misalnya dengan dukungan pemberian ASI, pendidikan dan penyuluhan tentang pemberian makanan, kebersihan dan sanitasi bagi keluarga. Kementerian Kesehatan (2023) menambahkan bahwa edukasi bisa dilakukan kepada orang tua dengan memberi anjuran cara pemberian makan sesuai usia dan kondisi anak dan penerapan aturan makan *(feeding rules).* Selain itu perlu diedukasi mengenai jenis terapi nutrisi yang diberikan dan mengajarkan cara pembuatannya menurut kaidah keamanan pangan.

Gambar 1. Dokumentasi kegiatan Pengabdian Masyarakat

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa dengan adanya edukasi tentang pemberian makanan tambahan pada balita dapat meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki anak serta anak akan menjadi sehat sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya

Acknowledgments

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh pihak UPTD Puskesmas Martimbang Pematangsiantar beserta jajarannya yang telah membantu dan memberikan izin untuk terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

Daryati, M. E., Hatta, M., & Wembrayarli, W. (2024). The Relationship between Health Education Interventions and Changes in Parental Knowledge and Attitudes in Overcoming Stunting in Early Childhood. *Tematik: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Anak Usia Dini*, *10*(1), 12. https://doi.org/10.26858/tematik.v10i1.62130

Dinas Kesehatan Kota Pematangsiantar. (2024). Profil Kesehatan Kota Pematangsiantar TAhun 2023. *Dinas Kesehatan Kota Pematangsiantar*.

Eliza, Podojoyo, & Sriwijayanti. (2024). Edukasi Gizi tentang Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk Balita Status Gizi Kurang di Posyandu Kelapa Genjah. *ASMAT: Jurnal Pengabmas*, *3*(2), 95–104. https://doi.org/10.47539/ajpV3i2.63

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

Harumi., Wardani., & Sholihah. (2023). *Analisis Program PMT (Pemberian Makanan Tambahan)*.

Hasrida & Jusmawati. (2024). *Education on providing additional food for toddlers*. *1*(2).

Indonesia, S. S. G. (2024). surve Status Gizi Indonesia. In *SSGI 2024*.

Jayani. (2021). Sebanyak 45,4 Juta Balita di Dunia Menderita Kekurangan Gizi Akut https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen kesehatan/statistik/799c5bd4f139c4c/sebanyak-454-juta-balita-di-dunia-menderita-kekurangan-gizi-akut

Kemenkes. (2023). Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tatalaksana Tuberculosis. *Sustainability (Switzerland)*. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

Langgogeni. (2023). *Edukasi self Manajemen Pasien Hemodialisis*. https://ssir.org/articles/entry/what_is_community_anyway

Manjilala. (n.d.). *Isu Gizi yang Kemungkinan Muncul di Tahun 2025: Tantangan, Pelatihan, dan Kompetensi yang Diperlukan Mahasiswa Gizi*. https://gizi.poltekkes-mks.ac.id/

Rahmadinda, R., Marlenywati, M., & Trisnawati, E. (2024). Pengaruh Edukasi Pmt Pangan Lokal Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Di Dusun Madani. *Prepotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *8*(3), 7349–7355. https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.38856

Rizaty,(2020). *Jumlah Penduduk yang Kekurangan Gizi di Dunia*. https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/9c88bcd4c505fda/fao-768-juta-penduduk-dunia-menderita-kekurangan-gizi-pada-2020

Susanti, S., Gustini, S., & Khairuninnisak, K. (2024). Edukasi Pemberian Makanan Tambahan Pada Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Rumoh Gizi Gampong Wilayah Kerja Puskesmas Johan Pahlawan Kabupaten Aceh Barat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *7*(4), 1805–1813. https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13990

Survey kesehatan Indonesia. (2023). *Survey Kesehatan Indonesia (SKI)*. https://doi.org/10.1016/j.jhazmat.2025.138088

Survey Status Gizi Indonesia. (2024). *SGGI 2024* SSGI_DALAM_ANGKA_LAUNCHING_250526_signed.pdf.

Unicef Indonesia. (2023). Menuju Masa Depan Indonesia Bebas Masalah Kekurangan Gizi. *Www.Unicef.Org*, 1–12.

Zakiyah, Z., Wantini, N. A., & Styaningrum, S. D. (2020). Peran Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Pada Manfaat Bahan Alam Sebagai Obat Tradisional. *Prosiding Seminar Nasional*, *2*(1), 542–547. https://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/324/316

This page has been intentionally left blank