



EFEKTIVITAS PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) BAHAN PANGAN LOKAL UPAYA MENGURANGI TERJADINYA STUNTING PADA BALITA

¹ Yuliana, ²Lilis Lismayanti

¹⁻²Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

¹⁻²Ilmu Keperawatan

E-mail: yanayuli42120@gmail.com

Abstrak Stunting yaitu masalah gizi kronis yang banyak terjadi, sehingga sangat berdampak sekali pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif pada anak. Adapun upaya strategi untuk meningkatkan asupan gizi balita yang direncanakan pemerintah yaitu Pemberian Makanan (PMT) yang berbasis pangan lokal. Metode penelitian yang dilakukan adalah dengan menggunakan systematic review, yang dimana untuk sumber data berasal dari google scholar dan juga garuda portal. Artikel yang diseleksi sudah sesuai dengan kriteria inklusi dengan artikel fullteks yang sudah difilter 6 tahun dari kurun tahun 2020-2025. Hasil penelitian menunjukan bahwa peningkatan indikator antropometri, peningkatan literasi gizi ibu, penurunan status stunting setelah PMT diberikan selama 30 hingga 90 hari. Dengan demikian, PMT berbahan pangan lokal terbukti efektif dalam mengurangi stunting pada balita.

Kata Kunci: Stunting, pemberian makanan tambahan (PMT) lokal, balita.

Abstract Stunting is a common chronic nutritional problem that significantly impacts physical growth and cognitive development in children. The government's planned strategy to improve toddler nutritional intake is the provision of locally sourced food (PMT). The research method used was a systematic review, with data sources sourced from Google Scholar and the Garuda Portal. The articles selected met the inclusion criteria, with full-text articles filtered over a six-year period from 2020 to 2025. The results showed improvements in anthropometric indicators, maternal nutritional literacy, and a decrease in stunting status after PMT was administered for 30 to 90 days. Thus, PMT based on locally sourced food has been proven effective in reducing stunting in toddlers.

Key Words: Stunting, local supplementary feeding (PMT), toddlers.

PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan global yang paling mendesak adalah stunting, atau kondisi gagal tumbuh kronis pada anak. World health organization (WHO) menyatakan bahwa stunting terjadi ketika tinggi badan seorang anak berada di bawah standar -2 standar deviasi dari median pertumbuhan anak seusianya. Kekurangan gizi yang berkelanjutan, terutama selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari awal kehamilan hingga anak berusia dua tahun, adalah penyebab stunting.

Secara global, diperkirakan ada 149 juta balita yang mengalami stunting, dengan lebih dari setengahnya tinggal di Asia dan Afrika. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa stunting di Indonesia sebesar 21,6%. Angka ini masih jauh dari target nasional penurunan stunting menjadi 14% pada tahun 2024 dan melebihi ambang aman 20% yang ditetapkan oleh WHO. Kondisi ini memiliki efek jangka panjang, seperti gangguan perkembangan otak, penurunan kemampuan belajar, risiko rendahnya produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes dan hipertensi di masa dewasa.

Angka-angka ini menunjukkan bahwa dalam jangka panjang, kesejahteraan dan ketahanan nasional sedang dalam bahaya.

Selama transisi dari ASI ke MP-ASI, balita sangat rentan terhadap stunting. Faktor risiko termasuk pola makan yang tidak sehat, kualitas MP-ASI yang buruk, infeksi berulang, dan faktor sosial ekonomi seperti status ekonomi keluarga yang buruk dan tingkat pendidikan ibu yang rendah.

Sebagai upaya penanggualangan, pemerintan Indonesia menetapkan peraturan presiden Nomor 72 Tahun 2021 yaitu Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal sebagai intervensi prioritas dalam percepatan penurunan stunting. PMT pangan lokal dipilih karena lebih mudah diakses, terjangkau, sesuai dengan budaya masyarakat, serta berpotensi mendukung ketahanan pangan dan pemberdayaan ekonomi lokal. Bahan pangan lokal seperti tempe, tahu, ikan patin, udang rebon, daun kelor, kacang hijau, dan ubi jalar memiliki khasiat kaya akan protein, karbohidrat kompleks, vitamin, mineral yang diperlukan untuk pertumbuhan optimal balita.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberian makanan tambahan (PMT) bahan pangan lokal selama 30 hingga 90 hari secara signifikan dapat meningkatkan berat badan dan tinggi badan balita stunting.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melakukan kajian (literature review) untuk menganalisis efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bahan pangan lokal upaya mengurangi terjadinya stunting.

METODE

Desain

Penelitian ini merupakan systematic review bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pemberian makanan tambahan (PMT) bahan pangan lokal dalam menurunkan stunting.

Sumber data

Pencarian database dilakukan dengan mencari di Google scholar dan portal Garuda. Kerangka kerja yang digunakan untuk mengevaluasi setiap artikel yaitu dengan Preferred Reporting Items for Systematic Review And Meta Analysis (PRISMA).

Strategi pencarian

Strategi yang dilakukan yaitu Mencari artikel dari Google Scholar dan portal Garuda dengan memasukkan kata kunci "Stunting, PMT lokal, balita". Artikel yang diteliti sudah difilter 6 tahun terakhir dengan tahun terbit 2020-2025. Penyusun melakukan penyeleksian artikel yang sesuai dengan judul dan abstrak ditemukan hasil sebanyak 8 artikel yang bisa di analisis.

Pada saat proses pencarian artikel hingga mendapat artikel yang relevan dilakukan filter 6 tahun terakhir dalam kurun tahun 2020-2025. Pendekatan pencarian klinis harus dipandu dengan menggunakan struktur PICO, yang terdiri dari kata P (population), I (intervention), C (Comparison), dan O (Outcome). "Efektivitas pemberian makanan tambahan (PMT) bahan pangan lokal upaya mengurangi terjadinya stunting pada balita" adalah pertanyaan klinis yang dibuat atau dikembangkan.

Table 1 Research Question (PICO Framework)

Elements	Description	Term
Population	Balita yang mengalami atau beresiko stunting	toodler

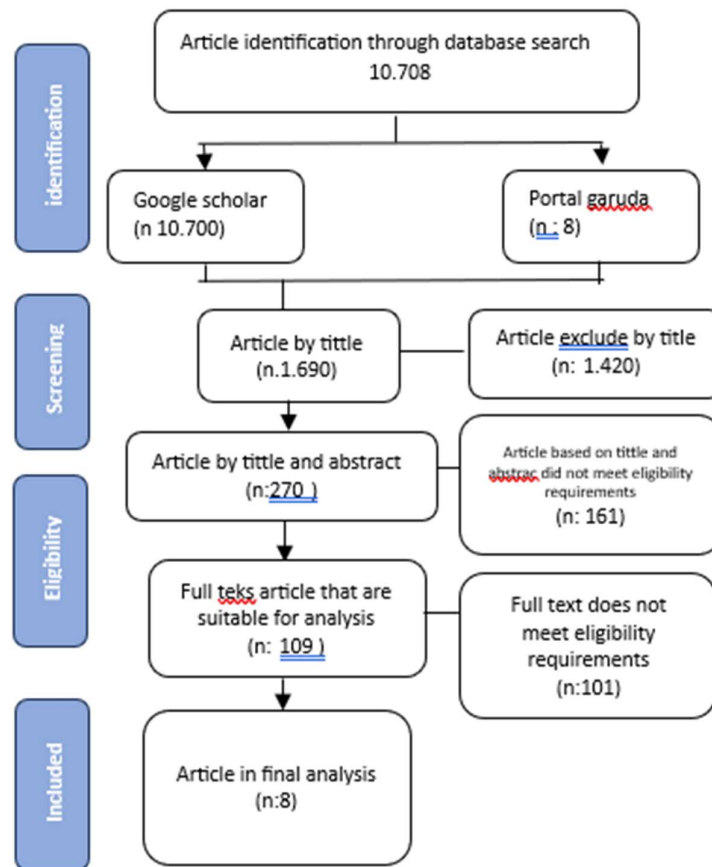
**EFEKTIVITAS PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) BAHAN PANGAN LOKAL
UPAYA MENGURANGI TERJADINYA STUNTING PADA BALITA**

Intervention	Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bahan pangan lokal	Intervensi keperawatan
Comparison	-	-
Outcomes	Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bahan pangan lokal upaya mengurangi terjadinya stunting	Penurunan jumlah stunting

KRITERIA SELEKSI

Studi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu: (a) artikel full teks; (b) studi dilakukan pada populasi balita stunting atau beresiko stunting (c) intervensi Pemberian Makanan tambahan (PMT) bahan pangan Lokal (d) artikel publikasi dalam waktu 6 tahun terakhir, dari 2020 hingga 2025. Adapun artikel kriteria Eksklusi yaitu: (a) artikel tidak sesuai struktur penelitian yang lengkap dimulai abstrac,pendahuluan,metode,hasil,pembahasan, kesimpulan dan referensi yang tidak relevan (b) tidak memiliki data lengkap (c) artikel isi materinya tidak sesuai dengan topik.

Chart 1 PRISMA DIAGRAM



HASIL

No	Penulis, Tahun	Tempat	Design	Tujuan	Samp el	Instrumen	Interven si	Hasil
----	-------------------	--------	--------	--------	------------	-----------	----------------	-------

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) BAHAN PANGAN LOKAL
UPAYA MENGURANGI TERJADINYA STUNTING PADA BALITA**

1	Atmah Sukarta (2025)	Kelurahan Lalabata, Ridau	Deskriptif	Meningkatkan status gizi balita dan kesadaran orang tua	30	Kuesioner	Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal	Adanya peningkatan pemahaman orang tua terhadap gizi sehat balita
2	Lutti Dian, Permata Yuni, Astuti & Irma, Mustika Sari (2025)	Kelurahan Laweyan, Surakarta	Deskriptif	Meningkatkan status gizi balita dengan upaya PMT sebagai intervensi stunting	16	Monitoring dan evaluasi	Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal	PMT berhasil menurunkan balita stunting dari 16 menjadi 3
3	Septika Vani (2025)	Desa Rojosewu Kab. Pamekasan	Deskriptif	Meningkatkan status gizi balita	20	Kuesioner	Pemberian kuesioner	Terjadi peningkatan
4	Purbaningsih & Syafiq (2023)	Desa Taktakan, Serang, Banten	Kuantitatif	Melihat efektivitas PMT terhadap kenaikan BB balita signifikan	105	Data sekunder Dinkes, analisis paired	PMT bahan pangan lokal	Adanya peningkatan BB balita selama 14 hari
5	Srianti & Cholipah Kalisoe (2025)	Desa Tambak, Sidoarjo	Preeksperimen	Inovasi PMT nugget patin dan daun kelor untuk pencegahan stunting balita	60	Pengukuran antropometri dan observasi	PMT bahan pangan lokal	Penurunan angka stunting
6	Mega Kusuma Dewi & Khamida Achyar (2023)	Puskesmas Jatelaksari II, Cilacap	Korelasional Retrospektif	Menganalisis hubungan PMT lokal dengan kenaikan TB pada balita stunting	54	Data sekunder rekam medis dan lembar ceklist	PMT bahan pangan lokal	Sebanyak 90,7% balita mengalami peningkatan TB
7	Aen S. Dikk (2023)	Kec. Kawasan Pamekas, Kelbar	Kuantitatif	Meningkatkan status gizi balita stunting melalui pemanfaatan bahan lokal dalam program PMT	16	Antropometri & kuesioner	PMT bahan pangan lokal	62,5% balita mengalami peningkatan TB dan 50% mengalami peningkatan BB
8	Este Latifahatun (2024)	Desa Juwana,	Quasi Eksperimen	Mengetahui pengaruh PMT	23	Pengukuran TB dan BB	PMT bahan	TB balita meningkat signifikan

		Jawa Tengah		terhadap peningkatan TB balita stunting			pangan lokal	
--	--	----------------	--	--	--	--	-----------------	--

PEMBAHASAN

Hasil dari ke delapan artikel di atas menunjukkan adanya peningkatan BB dan TB anak setelah diberikan PMT selama 30-90. Peningkatan yang konsisten menunjukkan bahwa pemberian makanan tambahan (PMT) bahan pangan lokal mampu memenuhi kebutuhan energi dan protein yang diperlukan dan membantu mengurangi stunting.

Kandungan gizi pangan lokal mendukung perbaikan status gizi yang Kaya akan protein hewani maupun nabati contohnya: seperti ikan patin, ayam, telur, tahu, tempe, kacang merah dan masih banyak lainnya. Kaya mikronutrien contohnya itu seperti daun kelor (vit A, C zat besi kalsium), udang rebon, ubi, labu kuning.

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu merupakan faktor penting keberhasilan PMT.

Adapun Implikasi penelitian, PMT lokal bisa menjadi intervensi rutin di posyandu, mendukung kemandirian pangan masyarakat dan edukasi gizi ibu harus berjalan bersamaan dengan PMT.

Oleh karena itu berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan membuktikan bahwa dengan dilakukannya Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bahan pangan lokal baik berupa protein hewani/nabati sangat efektif untuk mengurangi terjadinya stunting pada balita.

KESIMPULAN

Pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal terbukti efektif menurunkan risiko stunting pada balita, meningkatkan status gizi terutama BB dan TB. Intervensi ini sangat direkomendasikan untuk dijalankan secara berkelanjutan di posyandu dengan melibatkan edukasi gizi serta dukungan kebijakan daerah, sehingga program ini tidak hanya memberikan dampak jangka pendek tetapi juga memperkuat ketahanan pangan dan kesehatan generasi berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, L. D. P. Y., & Sari, I. M. (2025). UPAYA PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN PADA BALITA STUNTING DENGAN PROGRAM BUMI CETING DI KELURAHAN BUMI LAWEYAN. *Indonesian Journal of Community Dedication*, 3(1), 128-135.
- Erianti, A., & Cholifah, S. (2025). Inovasi Pemberian Makanan Tambahan Nugget Patin Daun Kelor sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 7(2), 395-406.

- Kusuma, M., & Achyar, K. (2025). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Lokal Dengan Kenaikan Tinggi Badan Pada Balita Stunting Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Jeruklegi Ii Tahun 2024. *Jurnal Berita Kesehatan*, 18(1), 220-234.
- Latifahanun, E., Rahmi, S. A., Andani, M. R. R., Febriandi, S., & Rokhayati, R. (2024). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Terhadap Peningkatan Tinggi Badan Pada Balita Stunting di Desa Jragan, Temanggung. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(6), 1257-1261.
- Paramitha, I. A., Arifiana, R., & Susiatmi, S. A. (2025). MERDEKA DARI STUNTING: OPTIMALISASI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBASIS PANGAN LOKAL, COOKING CLASS DAN PELATIHAN KADER TERHADAP PENINGKATAN KESEHATAN DAN KEBUGARAN BALITA
- Purbaningsih, H., & Syafiq, A. (2023). Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12), 2550-2554.
- Saefullah, A., Hermawan, W., Agustina, I., Rifia, T. N. I., & Yahya, A. A. N. (2023). UPAYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMANFAATAN PANGAN LOKAL DI KECAMATAN KAPUAS KABUPATEN SANGGAU. *Abdimas Awang Long*, 6(2), 53-65.
- Sukarta, A. S. (2025). A Penanganan Balita Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Berbasis Pangan Lokal Di Wilayah Kelurahan Lalabata Rilau: Penanganan Balita Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Berbasis Pangan Lokal Di Wilayah Kelurahan Lalabata Rilau. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berbasis Kesehatan*, 2(1), 1-5.
- Veronica, S. Y., Destiana, E., Komariah, S., Putri, W. E., Fadilah, I. N., Hestina, N., ... & Siskarina, A. (2025). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbasis Pangan Lokal untuk Pencegahan dan Penanganan Wasting dan Stunting Pada Balita di Desa Rejosari Kecamatan Pringsewu Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(6), 2889-2897.