

**PENGARUH PMT BERBAHAN PANGAN LOKAL TERHADAP KENAIKAN BB PADA BALITA *UNDERWEIGHT* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KURAU**

Hidayatinnajah<sup>1</sup>, Rusmilawaty<sup>2</sup>, Hj. Tri Tunggal<sup>3</sup>, Yuniarti<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>Midwifery Program, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

**SUBMISSION TRACK**

Submitted : 2 Januari 2026  
Accepted : 7 Januari 2026  
Published : 8 Januari 2026

**KEYWORDS**

*Under-five Children, Body Weight, Underweight, Supplementary Feeding Program, Local Food*

Balita, Berat Badan, Underweight, PMT, Pangan Lokal.

**KORESPONDENSI**

E-mail:  
[raudhatulrahmah2@gmail.com](mailto:raudhatulrahmah2@gmail.com)

**A B S T R A C T**

**Background:** *Underweight among under-five children remains a nutritional problem that affects growth, development, and increases the risk of infectious diseases. The government has implemented a Supplementary Feeding Program (PMT) using locally sourced foods as an effort to improve the nutritional status. However, in the working area of Kurau Public Health Center, despite the implementation of the program since 2023, the number of underweight children has continued to increase. This condition indicates the need to evaluate the effectiveness of the program.*

**Purpose:** *This study aimed to analyze the effect of local food-based supplementary feeding on weight gain among underweight children in the working area of Kurau Public Health Center in 2025.*

**Methods:** *This study employed a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. Statistical analysis was performed using the paired t-test to examine differences in body weight before and after the intervention. A total of 38 underweight toddlers aged 6–59 months were selected using total sampling. The supplementary food intervention was administered for 28 days.*

**Results:** *The results showed an increase in the mean body weight from 10.42 kg to 10.69 kg after the intervention. The paired t-test yielded a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ), indicating a significant effect of local food-based supplementary feeding on weight gain among underweight children.*

**Conclusion:** *Local food-based supplementary feeding has a significant effect on increasing body weight among underweight children.*

**A B S T R A K**

**Latar belakang:** *Underweight pada balita masih menjadi masalah gizi yang berdampak pada pertumbuhan, perkembangan, serta meningkatkan risiko terjadinya infeksi. Pemerintah telah mengimplementasikan program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal sebagai upaya perbaikan status gizi balita. Namun, di wilayah kerja Puskesmas Kurau, meskipun program PMT telah dilaksanakan sejak tahun 2023, jumlah balita *underweight* justru mengalami peningkatan, kondisi tersebut menjadi dasar perlunya evaluasi efektivitas PMT berbahan pangan lokal.*

**Tujuan:** *Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh PMT berbahan pangan lokal terhadap kenaikan berat badan balita *underweight* di wilayah kerja Puskesmas Kurau tahun 2025.*

**Metode:** *Penelitian menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*, dan analisis statistik dilakukan menggunakan *paired t-test* untuk menguji perbedaan berat badan sebelum dan sesudah intervensi. Sampel berjumlah 38 balita *underweight* usia 6–59 bulan yang dipilih melalui teknik *total sampling*. Intervensi PMT diberikan selama 28 hari.*

**Hasil:** *Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata berat badan dari 10,42 kg menjadi 10,69 kg setelah intervensi dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang menandakan ada pengaruh signifikan pemberian PMT berbahan pangan lokal terhadap peningkatan berat badan balita *underweight*.*

**Kesimpulan:** *Pemberian PMT berbahan pangan lokal berpengaruh signifikan terhadap peningkatan berat badan balita *underweight*.*

## PENDAHULUAN

Kekerasan seksual pada anak merupakan fenomena gunung es yang masih banyak terjadi. Gizi adalah keseimbangan antara zat gizi yang masuk ke dalam tubuh (intake) dari makanan dengan zat gizi yang dibutuhkan untuk keperluan proses metabolisme tubuh. Nutritional status (status gizi) adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antar individu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, berat badan. Masalah gizi pada dasarnya merupakan refleksi konsumsi zat gizi yang belum mencukupi kebutuhan tubuh. Seseorang akan mempunyai status gizi baik, apabila asupan gizi sesuai dengan kebutuhan tubuhnya. Asupan gizi yang kurang dalam makanan, dapat menyebabkan kekurangan gizi, sebaliknya orang yang asupan gizinya berlebih akan menderita gizi lebih. Jadi status gizi adalah gambaran individu sebagai akibat dari asupan gizi sehari-hari. Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi baik. Kebutuhan asupan gizi setiap individu berbeda antar individu, hal ini tergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan (Kemenkes, 2017).

*World Health Organization* (WHO) menjelaskan dalam (Ayu, Wilujeng and Habibie, 2019) bahwa tercatat 23% balita di dunia menderita berat badan rendah dan 34% balita di Indonesia menderita berat badan di bawah garis normal. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020 mencatat bahwa, dari 28.103.977 sasaran balita di Indonesia, 17.215.298 balita usia 0-59 bulan yang sudah ditimbang berdasarkan BB/U (berat badan menurut umur), ditemukan 160.712 (1,4%) balita mengalami berat badan sangat kurang dan 779.139 (6,7%) balita mengalami berat badan kurang.

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 yang dirilis Kementerian Kesehatan pada awal 2023 menunjukkan, terjadi peningkatan anak balita dengan berat badan kurang (underweight) sepanjang tiga tahun terakhir. Merujuk laporan hasil SSGI 2022, sebanyak 16,3 persen anak balita yang mengalami underweight pada 2019, lalu angkanya naik menjadi 17 persen pada 2021, dan meningkat lagi menjadi 17,1 persen pada 2022.

Menurut hasil SSGI 2024 Provinsi Kalimantan Selatan menunjukkan status gizi anak balita berdasarkan BB/U, anak balita yang berstatus *Underweight* 17,4 persen,

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tanah Laut tahun 2024 Bulan Juli menunjukkan anak balita yang berstatus *stunting* berjumlah 1535 balita (5,55 %) dan anak balita berstatus *underweight* berjumlah 2.542 balita (9,18%), sedangkan pada tahun 2025 Bulan Februari berdasarkan data Dinas Kesehatan Tanah Laut menunjukkan anak balita yang berstatus *stunting* sebanyak 1707 (6,62%) dan untuk balita berstatus *underweight* terjadi penurunan menjadi 2.395 balita (8,7 %).

Berdasarkan data Puskesmas Kurau Bulan Juli 2024 menunjukkan anak balita yang berstatus *stunting* sebanyak 23 balita (7,52%) dan balita berstatus *underweight* berjumlah 32 balita (10,45%), sedangkan pada wilayah kerja Puskesmas Kurau pada Bulan Juni tahun 2025 untuk anak balita yang berstatus *underweight* terjadi peningkatan berjumlah 47 balita (15,3%), dalam satu tahun terakhir terjadi peningkatan status gizi anak balita *Underweight* sebanyak 5 %.

Berdasarkan survai pendahuluan yang dilakukan peneliti di wilayah kerja Puskesmas Kurau Kabupaten Tanah Laut Juni 2025 balita *underweight* yang mendapatkan PMT yang diperoleh dari Puskesmas menurut informasi dari keluarga anggota keluarga lain ikut

mengonsumsi karena balita tidak mau menghabiskan PMT tersebut. Selama ini, Puskesmas Kurau hanya sebatas melihat proses pendistribusian PMT tanpa melihat PMT yang diberikan apakah dimakan atau tidak oleh balita dan sejauh mana pengaruh PMT tersebut terhadap kenaikan BB balita *Underweight*.

Berat badan kurang (*underweight*) adalah salah satu bentuk kekurangan gizi akut pada balita yang menjadi indikator utama terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak dengan hasil *z-score* ( $BB/U - 3,0 s.d < -2,0$ ). Kondisi ini berkontribusi signifikan terhadap peningkatan angka kejadian penyakit dan risiko kematian, serta menyebabkan gangguan pada perkembangan fisik dan kognitif. Dampak dari *underweight* tidak hanya dirasakan oleh individu, tetapi juga membebani ekonomi nasional melalui peningkatan biaya layanan kesehatan untuk penanganan penyakit terkait dan potensi penurunan produktivitas di masa depan akibat perkembangan yang tidak optimal. Oleh karena itu, penanganan dan pencegahan *underweight* harus menjadi prioritas yang dilakukan secara komprehensif dan berkelanjutan (Kemenkes RI 2025).

Masalah *underweight* pada balita dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang saling terkait. Secara langsung, penyebab utamanya adalah kurangnya asupan makanan bergizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh serta seringnya menderita penyakit infeksi. Sementara itu, terdapat pula penyebab tidak langsung yang memengaruhi akses anak terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan. Faktor-faktor ini meliputi pola asuh yang kurang tepat, tingkat pengetahuan gizi orang tua yang rendah, sulitnya akses ke fasilitas kesehatan yang memadai, serta kondisi sosial ekonomi keluarga (Kemenkes RI, 2025).

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada ibu hamil dan balita. Pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai bahan baku makanan tambahan bagi ibu hamil dan balita bermasalah gizi merupakan upaya untuk mengoptimalkan status gizi dan kesehatan serta kelestarian lingkungan, yang dapat berkontribusi dalam mengurangi dampak perubahan iklim. Melalui pemanfaatan pangan lokal tersebut diharapkan juga dapat meningkatkan ketahanan pangan serta mengurangi gas buang dari proses produksi pangan (Kemenkes RI, 2025)

Menurut Peraturan Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Nomor HK.02.02/B/1622/2023 tahun 2023, tujuan pemberian makanan tambahan (PMT) berbahan pangan lokal bagi balita adalah untuk memperbaiki status gizi balita. Diharapkan pemanfaatan makanan lokal akan meningkatkan ketahanan pangan dan mengurangi gas buang yang dihasilkan dari proses produksi (Peraturan Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2023).

Pemerintah Indonesia melaksanakan program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) melalui layanan Puskesmas sebagai upaya khusus dalam menanggulangi masalah gizi balita berat badan tidak naik (t), balita berat badan kurang (*Underweight*), balita gizi kurang (*Wasting*) dengan atau tanpa stunting. Pemberian makanan Tambahan (PMT) sebagai tambahan selain makanan utama bagi kelompok sasaran guna memenuhi kebutuhan gizi. Terdiri dari 1 siklus (pemberian kudapan selama 6 hari diberikan sehari sekali dan 1 hari makanan lengkap diberikan 1 kali untuk makan siang) yang diberikan selama 28 hari.

Untuk mendorong perubahan perilaku, kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) harus disertai dengan edukasi gizi dan kesehatan. Ini dapat mencakup dukungan untuk ASI, edukasi dan konseling tentang pemberian makan, dan sanitasi dan kebersihan keluarga. Diharapkan kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang dibuat dengan bahan pangan lokal dapat membantu secara berkelanjutan meningkatkan kemandirian pangan dan gizi keluarga (Badan Ketahanan Pangan, 2020).

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas PMT sebagai salah satu strategi dalam meningkatkan berat badan dan tinggi badan pada balita yang mengalami

permasalahan status gizi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yosefina Nelista dan Pembronia Nona Fembi (2021) menyebutkan bahwa ada pengaruh pemberian makanan tambahan pemulihan berbahan dasar lokal terhadap perubahan berat badan balita gizi kurang yang ditunjukkan dengan nilai  $p$  value  $0.000 < 0,05$ , hal itu menunjukkan bahwa pemberian makanan tambahan pemulihan berbahan dasar lokal efektif meningkatkan berat badan balita gizi kurang.

Di Desa Taktakan, Kecamatan Taktakan, Kota Serang, makanan tambahan yang dibuat dari bahan-bahan lokal diberikan selama empat belas hari. Hasilnya menunjukkan bahwa pemberian makanan tambahan (PMT) berhasil meningkatkan berat badan balita dengan kondisi balita yang sebelumnya mengalami berat badan tidak naik (*weight faltering*), balita berat badan kurang (*underweight*) dan balita gizi kurang (*wasting*) (Purbaningsih, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Dian, dkk (2023) Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara pemberian PMT lokal di Pos Gizi dan peningkatan berat badan pada balita dengan berat badan kurang. Hasil penelitian ini sesuai dengan tujuan PMT lokal, yaitu untuk meningkatkan energi dan zat gizi penting serta membantu balita yang kurang berat badan pulih. (Dian Rahmawati, 2023).

Pada wilayah kerja Puskesmas Kurau, yang telah melaksanakan program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) sejak tahun 2023 hingga sekarang. Namun selama dua tahun terakhir pelaksanaan program tersebut, justru terjadi peningkatan jumlah kasus balita *underweight*.

Oleh karena itu, penting untuk meneliti lebih lanjut bagaimana intensitas pemberian PMT berkontribusi terhadap perbaikan status gizi anak balita. meskipun program PMT sudah berjalan, efektivitas PMT yang spesifik menggunakan bahan pangan lokal di wilayah Puskesmas Kurau belum pernah diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk membuktikan pengaruhnya secara ilmiah.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimental menggunakan pendekatan *one group pretest–posttest* tanpa kelompok kontrol. Penelitian dilaksanakan di wilayah Puskesmas Kurau pada tahun 2025. Populasi penelitian adalah seluruh balita (6-59 bulan) dengan berat badan kurang (*underweight*) pada bulan Agustus 2025 yang berjumlah 38 balita, dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Intervensi berupa Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner sikap sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *paired t-test* untuk mengetahui kenaikan berat badan pada balita sebelum dan sesudah intervensi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil

#### 1. Data Umum Penelitian

##### a. Jenis Kelamin

Berikut adalah tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau tahun 2025

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau Tahun 2025

Jenis Kelamin	<i>n</i>	%
Laki-Laki	23	60,5
Perempuan	15	39,5
<b>Jumlah</b>	<b>38</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 1, didapatkan hasil bahwa dari total 38 balita *underweight* yang menjadi responden penelitian, sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 23 balita (60,5%).

## b. Usia Balita

Berikut adalah tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan usia balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau tahun 2025

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau Tahun 2025

Usia	<i>n</i>	%
12 – 24 Bulan	4	10,5
25 – 36 Bulan	10	26,3
37 – 48 Bulan	13	34,2
49 – 60 Bulan	11	28,9
<b>Jumlah</b>	<b>38</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 2, didapatkan hasil bahwa bahwa dari total 38 balita *underweight* yang menjadi responden penelitian, sebagian besar berusia 37-48 bulan sebanyak 13 balita (34,2%).

## 2. Data Khusus Penelitian

### a. Analisis Univariat

#### 1) Berat Badan Sebelum dan Sesudah Pemberian PMT

Distribusi frekuensi berat badan sebelum dan sesudah pemberian PMT dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berat Badan Balita Sebelum Dan Sesudah Pemberian PMT di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau tahun 2025

	<i>Mean</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maksimum</i>	<i>Std. Deviasi (SD)</i>
Berat Badan Sebelum PMT	10,42	6,1	13,2	1.89131
Berat Badan Sesudah PMT	10,69	6,5	13,2	1.91003
Selisih BB Sebelum dan Sesudah	0,27			

Berdasarkan tabel 3. diatas dapat dilihat bahwa rata-rata berat badan balita sebelum diberikan PMT berbahan pangan lokal adalah 10,42 kg. Setelah intervensi selama empat minggu, rata-rata berat badan meningkat menjadi 10,69

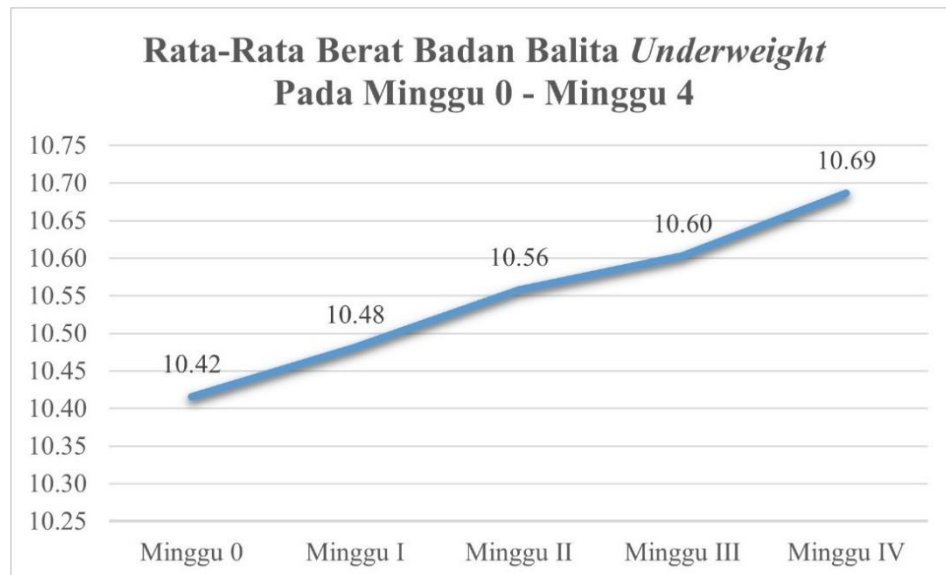
kg. Selisih rata-rata peningkatan berat badan ( $\Delta$ BB) sebesar 0,27 kg, yang menunjukkan adanya peningkatan berat badan balita setelah pemberian PMT berbahan pangan lokal. Nilai minimum berat badan sebelum intervensi adalah 6,1 kg, sedangkan nilai maksimum mencapai 13,20 kg, dan setelah intervensi berat badan maksimum menjadi 13,20 kg.

## 2) Perkembangan Berat Badan Per Minggu Balita

Distribusi frekuensi Perkembangan Berat Badan Per Minggu Balita dapat dilihat pada tabel berikut.

Gambar 1. Distribusi Frekuensi Perkembangan Berat Badan Per Minggu Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau tahun 2025

Berdasarkan gambar 1. diatas dapat dilihat bahwa - selama empat minggu pemberian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal,



diketahui bahwa berat badan balita underweight mengalami peningkatan dari minggu ke minggu. Sebelum intervensi (minggu ke-0), rata-rata berat badan balita adalah 10,42 kg. Setelah satu minggu pemberian PMT, rata-rata berat badan meningkat menjadi 10,48 kg. Pada minggu kedua, rata-rata berat badan kembali naik menjadi 10,56 kg, dan mencapai nilai tertinggi pada minggu ketiga yaitu 10,60 kg. Pada minggu keempat (post-test) meningkat menjadi 10,69 kg.

## b. Analisis Bivariat

### 1) pengaruh PMT berbahan pangan lokal terhadap kenaikan BB pada balita *Underweight*

Berikut adalah tabel yang menunjukkan pengaruh PMT berbahan pangan lokal terhadap kenaikan BB pada balita *Underweight* di wilayah kerja Puskesmas Kurau Tahun 2025

Tabel 4. Pengaruh PMT Berbahan Pangan Lokal Terhadap Kenaikan BB Pada Balita *Underweight* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau Tahun 2025

n	Rata-Rata	p -value
---	-----------	----------

---

Berat Badan Pre	38	10,42	
Berat Badan Post	38	10,69	0.000

---

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 4. di atas, dapat diketahui bahwa rata-rata berat badan balita sebelum intervensi PMT berbahan pangan lokal adalah 10,42 kg, sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 10,69 kg. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Nilai  $p$  yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara berat badan sebelum dan sesudah pemberian PMT. Artinya, PMT berbahan pangan lokal terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan berat badan balita *underweight* di wilayah kerja Puskesmas Kurau.

## B. Pembahasan

### 1. Berat Badan Balita *Underweight* sebelum intervensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menunjukkan rata-rata perubahan berat badan balita *Underweight* sebelum diberikan PMT berbahan pangan lokal adalah 10,42 kg dan Standar Deviasi (SD) 1.89131, adapun berat badan balita *underweight* sebanyak 38 responden.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Fiantika Esti, 2024), bahwa Status gizi kurang, juga dikenal sebagai *underweight* (hasil  $z$ -score BB/U  $- 3,0$  s.  $d < -2,0$ ), merupakan masalah gizi yang menjadi penanda penting dari kekurangan gizi anak. Ini juga dapat menyebabkan konsekuensi seperti gangguan kesehatan fisik, mental, kognitif, dan sikap, serta perilaku. Salah satu penyebab balita *underweight* yaitu pola asuh dan pengetahuan gizi ibu yang rendah menyebabkan praktik pemberian makan kurang tepat. Ibu tidak konsisten memberi makanan sesuai porsi atau tekstur yang meningkatkan risiko *underweight* (Siti Karimah dkk., 2024).

Berdasarkan hasil analisis peneliti, faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya status gizi *underweight* pada balita antara lain pola asuh makan yang kurang tepat. Beberapa orang tua cenderung memberikan jajanan seperti snack atau kerupuk serta minuman kemasan yang menyebabkan anak merasa kenyang terlebih dahulu, sehingga asupan makanan utama menjadi berkurang atau tidak dihabiskan. Selain itu, terdapat balita dengan frekuensi makan utama yang rendah, hanya 1–2 kali sehari. Meskipun ada yang diberikan makan 3 kali sehari, namun porsi makanan sering kali tidak dihabiskan. Faktor lain yang turut berpengaruh adalah keterbatasan pengetahuan ibu mengenai penyajian makanan bergizi seimbang, dimana makanan yang disajikan umumnya hanya berupa nasi dan ikan atau ayam dengan porsi yang belum mencukupi kebutuhan anak. Kondisi tersebut berdampak pada asupan zat gizi yang dibutuhkan anak sehingga pertumbuhan balita tidak mencapai berat badan yang ideal sesuai usianya, dan pada akhirnya menyebabkan balita mengalami status gizi *underweight*.

### 2. Berat Badan Balita *Underweight* Setelah Intervensi

Hasil analisis menunjukkan bahwa perubahan berat badan balita *underweight* setelah pemberian PMT berbahan pangan lokal pada minggu ke -4 adalah sebesar 10,69 dengan Std Deviasi 1.91003 dengan responden balita *underweight* sebanyak 38 responden. Secara bertahap, peningkatan berat badan terjadi pada setiap minggu

intervensi. Pada minggu 0 (sebelum intervensi), rata-rata berat badan balita adalah 10,42 kg. Memasuki minggu pertama, rata-rata berat badan meningkat menjadi 10,48 kg, menunjukkan adanya respon awal terhadap tambahan asupan energi dari PMT. Memasuki minggu kedua, rata-rata berat badan naik kembali menjadi 10,56 kg, di mana anak mulai beradaptasi dengan pola makan tambahan sehingga kenaikan menjadi lebih stabil. Peningkatan berlanjut pada minggu ketiga dengan rata-rata 10,60 kg, menandakan bahwa pemenuhan zat gizi makro mulai memberikan efek lebih nyata. Puncak peningkatan terjadi pada minggu keempat, yaitu 10,69 kg, yang menunjukkan efek optimal dari intervensi PMT selama empat minggu. Adanya kunjungan petugas dari Puskesmas (peneliti, petugas gizi, kader, dan bidan desa) kepada balita *underweight* penerima PMT telah memotivasi orang tua untuk lebih memperhatikan jadwal makan anak serta mendorong anak agar menghabiskan PMT yang diberikan. Selain itu, petugas juga memberikan penjelasan mengenai konsep isi piringku dan edukasi tentang pemberian makanan bergizi seimbang, sehingga orang tua balita menjadi lebih memahami tujuan dari program PMT.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Ferenadia Apriliani, dkk (2024) dari hasil penelitian yang dilakukan, balita yang menerima PMT lokal selama minimal 30 hari mengalami peningkatan berat badan yang signifikan yaitu sebesar 0,7 kg. Peningkatan ini diduga karena bahan pangan lokal kaya zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak sehingga mendukung pertambahan berat badan. Selain itu, cita rasa pangan lokal yang familiar memudahkan anak dalam menerima PMT.

Hal ini sejalan dengan teori gizi yang dinyatakan oleh Hafiza Zulfa Amala and Amalia Ruhana (2023) bahwa pemberian makanan tambahan dengan kandungan energi dan protein yang cukup dapat memperbaiki status gizi balita dengan berat badan kurang. Kandungan energi dan protein dalam bahan pangan lokal seperti kacang hijau, tempe, telur, dan ubi jalar berperan penting dalam mempercepat peningkatan berat badan pada anak-anak yang mengalami kekurangan gizi.

### 3. Pengaruh PMT Berbahan Pangan Lokal Terhadap Kenaikan BB Pada Balita *Underweight*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara berat badan balita sebelum dan sesudah pemberian PMT berbahan pangan lokal. Berdasarkan hasil uji statistik *Paired t-Test* diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara pemberian PMT berbahan pangan lokal terhadap peningkatan berat badan balita *underweight* di wilayah kerja Puskesmas Kurau.

Sebelum intervensi, rata-rata berat badan balita *underweight* berada pada 10,42 kg. Kondisi ini akibat pola asuh makan yang kurang tepat, frekuensi makan yang rendah, serta porsi makan yang tidak dihabiskan sehingga kebutuhan energi harian balita tidak terpenuhi. Setelah intervensi PMT selama empat minggu, rata-rata berat badan meningkat menjadi 10,69 kg, dengan kenaikan bertahap pada setiap minggu intervensi. Perbandingan ini menunjukkan perubahan positif yang konsisten dari minggu ke minggu dan menggambarkan bahwa intervensi PMT berbahan pangan lokal mampu memperbaiki kondisi gizi balita yang sebelumnya mengalami kekurangan asupan.

Hasil ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Almatsier (2019) bahwa pertambahan berat badan pada anak sangat dipengaruhi oleh kecukupan asupan energi dan protein harian. Bila kebutuhan zat gizi makro dan mikro terpenuhi dengan baik,

maka proses metabolisme dan pembentukan jaringan tubuh dapat berjalan optimal, sehingga berat badan anak meningkat sesuai dengan pertumbuhan usianya.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Sarni, dkk (2022) yang menyatakan bahwa PMT berpengaruh secara signifikan terhadap kenaikan berat badan dan perubahan status gizi balita di wilayah kerja di Puskesmas Klasaman Kota Sorong. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa berat badan balita yang mengalami kenaikan sekitar 200 gram antara sebelum dan sesudah pemberian PMT.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dian (2023) di Puskesmas Kedungmundu, yang melaporkan adanya peningkatan berat badan rata-rata 0,7 kg setelah empat minggu pemberian PMT berbahan lokal. Penelitian serupa oleh Nelista (2021) juga menunjukkan bahwa pemberian PMT lokal berbasis pangan bergizi (seperti bubur kacang hijau dan olahan tempe) secara signifikan meningkatkan berat badan balita *underweight* di tingkat posyandu. Temuan ini memperkuat bahwa penggunaan bahan pangan lokal dapat menjadi alternatif strategis untuk meningkatkan status gizi anak.

Selain kandungan gizi, keberhasilan program PMT juga dipengaruhi oleh frekuensi konsumsi, cara penyajian, kepatuhan balita dalam mengonsumsi PMT, serta peran ibu atau pengasuh. Dukungan ibu dalam memantau pola makan anak dan pemberian PMT secara rutin sangat berperan dalam keberhasilan intervensi. Faktor lingkungan dan kebiasaan makan keluarga juga dapat memengaruhi tingkat kenaikan berat badan selama periode intervensi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian PMT berbahan pangan lokal dengan peningkatan berat badan balita *underweight*. Intervensi ini tidak hanya efektif secara gizi, tetapi juga berpotensi besar untuk dikembangkan sebagai program berkelanjutan dalam upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi di tingkat puskesmas dan masyarakat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “*Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Underweight di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau*”, pada 38 responden dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata berat badan balita *underweight* sebelum diberikan PMT berbahan pangan lokal adalah 10,42 kg.
2. Rata-rata berat badan balita *underweight* setelah di berikan PMT berbahan pangan lokal terjadi peningkatan menjadi 10,69 kg.
3. Ada pengaruh PMT berbahan pangan lokal terhadap kenaikan BB pada balita *underweight* ( $p = 0,000$ )

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Poltekkes Kemenkes Banjarmasin yang sudah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini, Kepada Puskesmas Kurau yang sudah memberikan ijin untuk pengambilan data primer dan sekunder dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Almatsier, S. (2019). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- Amala, H.Z. & Ruhana, A. (2023) 'Efektivitas pelaksanaan pemberian makanan tambahan (PMT) pemulihan bagi anak usia bawah lima tahun dengan gizi kurang di Desa Watubonang Kecamatan Badegan Kabupaten Ponorogo', *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 193-198. Diambil dari <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/GIZIUNESA/article/view/50397>
- Apriliani, F., Fajar, N. A., & Rahmiwati, A. (2024). Efektivitas pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal terhadap status gizi balita stunting: Systematic review. *Media Informasi*, 20(2), 25–34. doi: <https://doi.org/10.37160/mijournal.v20i2.585>
- Ayu, W. & Habibie, H. (2019) *Laporan Status Gizi Balita Dunia*. World Health Organization
- Badan Ketahanan Pangan (2020) *Pedoman program pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal*. Jakarta: Kementerian Pertanian RI.
- Dian Rahmawati, Dkk. (2023) 'Hubungan pemberian PMT lokal dengan peningkatan berat badan balita', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(3).
- Fiantika, E. (2024) *Gizi dan kesehatan anak*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Karimah, S., Nurhamidi, N., & Sajiman, S. (2024). Hubungan pengetahuan ibu, tingkat pendapatan, pola asuh makan, dan ketersediaan pangan dengan kejadian balita underweight umur 24–59 bulan. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi (JR-Panzi)*, 6(2), 179–191.
- Kementerian Kesehatan RI (2017) *Pedoman status gizi anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI (2025) *Profil kesehatan Indonesia 2025*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Nelista, Y. & Fembi, P.N. (2021) 'Pengaruh pemberian makanan tambahan pemulihan berbahan dasar lokal terhadap perubahan berat badan balita gizi kurang', *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 18(1).
- Purbaningsih, E. (2023) 'Efektivitas pemberian makanan tambahan berbahan lokal terhadap balita di Kota Serang', *Jurnal Kesehatan*, 12(4).
- Sarni, dkk. (2022) 'Peningkatan status gizi balita kekurangan gizi dari intervensi program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di wilayah kerja Puskesmas Klasaman Kota Sorong', *Journal Tropical Public Health*, 2(1), 46-53. <https://doi.org/10.32734/trophico.v2i1.8658>
- SSGI (2022) *Survei Status Gizi Indonesia 2022*. Jakarta: Badan Litbangkes Kemenkes RI.
- SSGI (2024) *Survei Status Gizi Indonesia 2024*. Jakarta: Badan Litbangkes Kemenkes RI.