



Cendekia Mengabdi : Jurnal Pengabdian Masyarakat



Peningkatan pengetahuan ibu balita tentang menu Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal di Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta

Improving the knowledge of toddler mothers about Local Food-Based menus in Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta

Ghaida Siti Nur Auliya¹, Suryati², Dian Nur Adkhana Sari³, Yeni Isnaeni⁴, Aris Setyawan⁵

^{1,2,3,4,5}STIKes Surya Global Yogyakarta

Article Information

Received: 1 July 2025

Revised : 22 July 2025

Accepted: 28 July 2025

Available online:

<https://journal.ycsn.org/index.php/JPM/index>

Keywords: knowledge; local food; providing additional food.

Kata kunci: pangan lokal; pengetahuan; PMT.

Correspondence

Name: Suryati

Phone: 0895377301884

E-mail: suryatisakha11@gmail.com

E-ISSN: 3064-3155

ABSTRACT

Background: Providing additional food based on local food is one of the ways to deal with the problem of malnutrition in toddlers. The low knowledge of mothers of toddlers will certainly affect the nutritional status of toddlers.

Objective: Increasing The Knowledge Of Mothers Of Toddlers About Local Food-Based PMT Menus In Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta.

Method: This community service activity was a CBR (Community Based Research) activity. The activity was the provision of supplementary food based on local food in Bali, Gunungkidul, Yogyakarta. The instrument used was a questionnaire on knowledge about providing supplementary food based on local food. The number of respondents in this service activity was 44 mothers of toddlers. This community service activity began by assessing the knowledge of mothers of toddlers about local food-based before providing education on the menu for providing supplementary food local food (pretest). Then, health education activities were carried out using a question-and-answer lecture method and booklet media for 40 minutes. After that, knowledge was assessed again (posttest).

Results: The results showed that the average pretest score was 7.704 and the average posttest score was 17.97. There was an increase in the average knowledge score of 10.26. The comparative test using the Wilcoxon test yielded a p-value of 0.000 (p-value <0.05).

Conclusion: This community service activity was effective in increasing the knowledge of mothers of toddlers about the additional food menu based on local food in Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta.

ABSTRAK

Latar belakang: Pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis pangan lokal merupakan salah satu penanganan masalah kekurangan gizi balita. Rendahnya pengetahuan ibu balita tentunya akan berpengaruh terhadap status gizi balita.

Tujuan: Meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang menu PMT berbasis pangan lokal di Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta.

Metode: Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjenis CBR (Community Based Research). Kegiatannya adalah pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal di Bali Gunungkidul Yogyakarta. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal. Jumlah responden dalam kegiatan pengabdian ini sejumlah 44 ibu balita. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan menilai pengetahuan ibu balita tentang PMT berbasis pangan lokal sebelum diberikan edukasi tentang menu pemberian makanan tambahan pangan lokal (pretest). Kemudian melakukan kegiatan pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode ceramah tanya jawab dan media booklet selama 40 menit. Setelahnya dilakukan penilaian pengetahuan kembali (posttest).

Hasil: Hasil menunjukkan bahwa nilai rata-rata pretest sebesar 7,704 dan nilai rata-rata posttest 17,97. Terjadi kenaikan rata-rata skor pengetahuan sebanyak 10,26. Dari hasil uji komparasi dengan menggunakan uji Wilcoxon didapatkan hasil nilai $p=0,000$ (nilai $p<0,05$).

Simpulan: Kegiatan pengabdian masyarakat ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang menu PMT berbasis pangan lokal di Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Menurut pernyataan Menteri Kesehatan Republic Indonesia pada tahun 2018. Kunci utama dari majunya suatu bangsa adalah tercapainya pertumbuhan serta perkembangan yang terbaik khususnya pada anak-anak. Setiap individu memiliki periode pertumbuhan serta perkembangan yang sangat penting di setiap tahun pertama kehidupannya, di mulai dari sejak janin masih di dalam rahim sampai ia berumur 2 tahun. Perkembangan fisik anak merujuk pada peningkatan dimensi tubuh seperti halnya berat badan, tinggi badan, serta juga lingkaran kepala anak seiring dengan penambahan usianya.

Prevalensi stunting di Indonesia berdasarkan RISKESDAS tahun 2018 mengalami penurunan sekitar 7,2 % dari 37,2 % prevalensi stunting secara Nasional tahun 2017 namun angka ini masih dibawah target yang ditetapkan oleh WHO yaitu dibawah 20 %. Menurut profil Kesehatan kabupaten Gunungkidul tahun 2022, ada 4 masalah gizi Masyarakat yaitu: kurang Energi Protein (KEP), anemia gizi besi (AGB), kurang vitamin A (KVA), dan gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY). Persentase gizi kurang pada Balita di Kabupaten Gunungkidul pada tahun 2022 sebesar 9,4% sedangkan balita pendek (BB/U) sebesar 15,4% dan balita Gizi buruk (BB/TB) sebesar 0,3% Angka gizi kurang, pendek dan kurus di Kabupaten Gunungkidul cukup tinggi, sehingga angka balita stunting perlu mendapatkan perhatian yang lebih baik. Balita yang mengalami gizi buruk di Kabupaten Gunungkidul Tahun 2022 sudah jauh menurun dibandingkan tahun sebelumnya dari 1,24 menjadi 0,31 serta dibawah target, demikian juga dengan gizi kurang dari 8,01 menjadi 3,94. Sedangkan gizi lebih meskipun masih melebihi target, namun sudah menurun dibanding tahun sebelumnya dari 6,48 menjadi 3,50. Trend masalah gizi balita di Kabupaten Gunungkidul memang sudah membaik, namun masih perlu upaya khususnya untuk gizi lebih agar dapat dibawah target.

Banyak faktor yang mempengaruhi status gizi anak, baik faktor langsung maupun faktor tidak langsung. Stunting disebabkan oleh masalah asupan gizi yang dikonsumsi selama kandungan maupun masa balita (Amaliah et al., 2019; Ismawati et al., 2021). Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum masa kehamilan, serta masa nifas, terbatasnya layanan kesehatan seperti pelayanan antenatal, pelayanan post natal dan rendahnya akses makanan bergizi, rendahnya akses sanitasi dan air bersih juga merupakan penyebab stunting (Yuwanti et al., 2021).

Pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada balita dan upaya pencegahan stunting. Kegiatan PMT lokal tersebut tidak hanya memberikan makanan tambahan saja tetapi disertai dengan edukasi, penyuluhan, konseling gizi dan kesehatan, melainkan dapat mempercepat proses perubahan pengetahuan dan sikap ibu serta keluarga dalam pemberian makanan yang tepat sesuai dengan umur, penyiapan makanan, pemilihan bahan makanan pangan. Pendekatan ini didasari pada prinsip utama bahwa penggunaan bahan pangan lokal dapat meningkatkan aksesibilitas, ketersediaan, dan keberlanjutan program gizi (Nabila & Astuti, 2024).

Menurut Kemenkes (2020), salah satu faktor utama yang menyebabkan kekurangan gizi balita adalah rendahnya pengetahuan ibu tentang pemberian makanan yang bergizi dan seimbang. Oleh karena itu, program edukasi mengenai PMT berbasis pangan lokal sangat diperlukan untuk mengubah perilaku ibu dalam memberikan asupan makanan yang tepat pada anak-anak mereka.

Menurut Harahap (2022), semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin mudah menerima informasi sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya, pendidikan yang kurang atau rendah akan menghambat perkembangan pengetahuan dan sikap seseorang terhadap nilai yang diperkenalkannya. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan seseorang berkaitan dengan kesempatan seseorang untuk mengakses informasi kesehatan. Selain itu juga berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi (Oktavianto et al., 2023; Timiyatun & Oktavianto, 2021).

Pangan lokal menjadi salah satu pendekatan upaya perbaikan gizi karena dapat dengan mudah diterima oleh masyarakat. Selain itu selaras dengan pola makan dan preferensi budaya pangan setempat (Longgupa et al., 2024). Pangan lokal yang berasal dari hasil pertanian dan perikanan di daerah setempat sebenarnya dapat dikembangkan menjadi sumber makanan yang bernilai gizi tinggi (Hidayanti & Maywati, 2019).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan metode wawancara, kepada pihak KADER di Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta didapatkan hasil bahwa terdapat 44 balita, dan di posyandu tersebut PMT sudah di jadwalkan dari kelurahan setiap bulan nya dan biasanya PMT yang di gunakan yaitu donat, jus, sayur sop dan buah-buahan. Dan untuk PMT yang berbasis pangan lokal sebelumnya belum pernah dilakukan, maka dari itu para orang tua dari balita tersebut belum mengetahui manfaat dan apa saja menu PMT berbahan pangan lokal. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang menu PMT berbasis pangan lokal di Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjenis CBR (*Community Based Research*). Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 26 Februari 2025 pada 44 ibu balita di Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta. Kegiatan ini dilakukan di Posyandu yang berada di Bali Gunungkidul Yogyakarta, Kegiatan dilakukan pada pagi hari. Pengabdian kali ini dilakukan, dengan menggunakan booklet tentang menu PMT berbasis pangan lokal sebagai media pendidikan kesehatan. Pengetahuan ibu balita tentang menu PMT berbasis pangan lokal diukur dengan menggunakan kuesioner pengetahuan PMT berbasis pangan lokal. Mitra kegiatan ini adalah Posyandu Bali Gunungkidul Yogyakarta. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan menilai pengetahuan ibu balita tentang PMT berbasis pangan lokal sebelum diberikan edukasi tentang menu pemberian makanan tambahan pangan lokal (*pretest*). Kemudian melakukan kegiatan pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode ceramah tanya jawab dan media *booklet* selama 40 menit. Setelahnya dilakukan penilaian pengetahuan kembali (*posttest*).

HASIL

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini tersaji pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Karakteristik usia ibu, usia balita dan pendidikan pada ibu balita (n=44 orang)

Karakteristik responden	N	%
Usia ibu		
20-25	6	13,6%
26-30	10	22,7%
31-35	17	38,6%
36-40	6	13,6%
41-45	5	11,4%
Usia balita		
<12 bulan	3	6,8%
12-24 bulan	12	27,3%
25-48 bulan	13	29,5%
49-58 bulan	16	36,4%
Pendidikan		
SD	5	11,4%
SMP	12	27,3%
SMA	21	47,7%
Diploma	2	4,5%
S1	4	9,1%
Jumlah	44	100%

Terlihat bahwa berdasarkan Tabel 1 tersebut karakteristik responden dengan dominan usia 31-35 tahun berjumlah 17 ibu balita (22,7%), usia balita dengan dominan 49-58 bulan berjumlah 16 balita (36,4%), pendidikan terakhir responden dominan SMA berjumlah 21 responden (47,7%).

Hasil pengabdian masyarakat ini menggambarkan tentang adanya perubahan pengetahuan ibu tentang menu PMT berbasis pangan lokal sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal. Pengetahuan ibu tentang menu PMT berbasis pangan lokal di Gunungkidul Yogyakarta sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal dapat dilihat pada Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2 Distribusi peningkatan pengetahuan ibu balita tentang menu PMT berbasis pangan lokal di Gunungkidul Yogyakarta (n=44 orang)

Variabel	Mean	Min-Maks	Δ Mean	Z	Nilai p
Pengetahuan ibu tentang menu PMT berbasis pangan lokal	7,704	3,00-15,00	10,26	-5,784	0,000

Berdasarkan Tabel 2 terlihat bahwa nilai rata-rata pengetahuan ibu tentang menu PMT berbasis pangan lokal sesudah diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal sebesar 17,97, lebih tinggi dibandingkan dengan nilai sebelum diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal yakni sebesar 7,704. Terdapat perubahan rata-rata sebesar 10,26. Hasil uji Wilcoxon didapatkan hasil nilai $p = 0,000$ (nilai $p < 0,05$). Dengan nilai $Z = -5,784$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan yang artinya ada perubahan bermakna pada pengetahuan ibu tentang menu PMT berbasis pangan lokal sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal.



Gambar 1. Pengisian kuesioner tentang pengetahuan ibu balita



Gambar 2. Dokumentasi setelah di lakukannya kegiatan terhadap ibu balita di Gunungkidul Yogyakarta

PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa karakteristik responden dengan dominan usia 31-35 tahun berjumlah 17 ibu balita (22,7%), usia balita dengan dominan 49-58 bulan berjumlah 16 balita (36,4%), pendidikan terakhir responden dominan SMA berjumlah 21 responden (47,7%). Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan salah satunya yaitu tingkat pendidikan, informasi, lingkungan, dan usia (Oktavianto et al., 2023)

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 2, didapatkan hasil bahwa rata-rata pengetahuan ibu tentang menu PMT berbasis pangan lokal sesudah diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal sebesar 17,97, lebih tinggi dibandingkan dengan nilai sebelum diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal yakni sebesar 7,704. Terdapat perubahan rata-rata sebesar 10,26. Hasil uji Wilcoxon didapatkan hasil nilai $p = 0,000$ (nilai $p < 0,05$). Dengan nilai $Z = -5,784$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan yang artinya ada perubahan bermakna pada pengetahuan ibu tentang menu PMT berbasis pangan

lokal sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Kusumasari et al., 2020) tentang Efektivitas Pelatihan Pembuatan PMT Menu Lokal Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Memberikan Pmt Pada Balita Dengan Gizi Kurang Di Desa Leyangan menyatakan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan tinggi mayoritas memiliki balita dengan status gizi yang baik.

Edukasi kesehatan adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut, maka masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Pengetahuan tersebut pada akhirnya diharapkan dapat berpengaruh pada perilaku (Timiyatun & Oktavianto, 2025; Yunita, 2023). Pada pengabdian masyarakat ini, edukasi yang diberikan berupa diskusi, tanya jawab dengan menggunakan *booklet* yang berisi tentang menu PMT berbasis pangan lokal. Pendidikan Kesehatan yang disampaikan dengan metode atau media yang ada, seperti ceramah, diskusi, demonstrasi, *booklet*, *slider* dan lain-lainnya dapat mempengaruhi individu, baik pengetahuan, perilaku atau sikap sesuai dengan tujuan dari Pendidikan Kesehatan tersebut. Akan tetapi memilih metode atau media yang paling efektif diperlukan dalam menyampaikan informasi melalui *booklet* yang berpengaruh signifikan meningkatkan pengetahuan (Jamaludin, 2022).

Peningkatan pengetahuan ini tidak hanya terlihat dari skor rata-rata pengetahuan yang lebih tinggi tetapi juga dari pemahaman yang lebih mendalam tentang gizi anak, pemanfaatan bahan lokal, hingga keterampilan dalam mengolah makanan yang sehat dan bergizi. Setelah dilakukan edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan ibu yang cukup signifikan. Ibu-ibu mulai mampu menyebutkan contoh menu PMT berbasis pangan lokal, memahami kandungan gizinya, serta mengetahui cara pengolahan yang tepat agar makanan tersebut aman dan menarik untuk dikonsumsi balita. yang melaporkan bahwa edukasi mengenai pangan lokal mampu meningkatkan keterampilan sekaligus pemahaman ibu terhadap pentingnya variasi dan kandungan gizi PMT (Nurmaningsih et al., 2023)

Setelah diberikan edukasi tentang menu PMT berbasis pangan lokal ibu balita mengatakan bahwa baru mengetahui selain beras ada sumber karbohidrat lainnya yang dapat menggantikan sumber karbohidrat untuk balita seperti Ubi, Jagung, Kentang dll. Begitu halnya dengan sumber protein, lemak, vitamin dan mineral ibu mengatakan baru mengetahui pembagian sumbernya. Selanjutnya ibu mengatakan bahwa cara mengolah PMT untuk balita tidak sesusah yang dipikir ibu selama ini seperti takaran pembuatan, menu yang digunakan dan bentuknya yang menarik sehingga ibu mengatakan senang dengan adanya penyuluhan seperti ini dan ibu menjadi tahu cara pembuatan PMT yang tepat untuk balita.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas, pemberian edukasi mengenai menu PMT (Pemberian Makanan Tambahan) berbasis pangan lokal terbukti memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita di Gunungkidul, Yogyakarta. Dengan adanya pengabdian masyarakat ini diharapkan pengetahuan ibu semakin bertambah dalam memberikan makanan tambahan serta dapat mengaplikasikannya setiap hari melalui pemberian dan pemenuhan gizi untuk balitanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliah, F. U. N., Oktavianto, E., & Suryati, S. (2019). Studi Korelasi: Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 10(2), 7–15.
- Harahap, M. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Tumbuh Kembang Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Pangirkiran Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.
- Hidayanti, L., & Maywati, S. (2019). Program Kemitraan Masyarakat: Pmt Penyuluhan Pangan Lokal Di Desa Sukarame Kecamatan Sukarame Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat. *Warta Lpm*, 21(2), 31–39.
- Ismawati, V., Kurniati, F. D., Suryati, E. O., & Oktavianto, E. (2021). Kejadian Stunting Pada Balita Dipengaruhi Oleh Riwayat Kurang Energi Kronik Pada Ibu Hamil. *Syifa' Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(2), 126–138.
- Jamaludin, J. (2022). Pengaruh Edukasi Zat Gizi Melalui Booklet Pada Ibu Dengan Perilaku Pencegahan Balita Wasting Di Wilayah Puskesmas Gribig Kabupaten Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 11(3), 239–249.
- Kemenkes, R. I. (2020). Buku Saku Pencegahan dan Tata Laksana Gizi Buruk Pada Balita di Layanan Rawat Jalan Bagi Tenaga Kesehatan. *Kemenkes RI: Jakarta*.
- Kusumasari, G. A. K. D. R., Kristiningrum, W., & Afriyani, L. D. (2020). Efektivitas pelatihan pembuatan PMT menu lokal terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam memberikan PMT pada balita dengan gizi kurang di Desa Leyangan. *Journal of Holistics and Health Sciences (JHHS)*, 2(2), 22–36.
- Longgupa, L. W., Entoh, C., & Kuswanti, F. (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pentingnya Pemberian Makanan Tambahan Berbahan Pangan Lokal melalui Penyuluhan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(5), 4242–4250.
- Nabila, F. H., & Astuti, N. F. W. (2024). Implementasi Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pangan Lokal pada Balita Gizi Kurang di Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 5(1), 92–100.
- Nurmaningsih, N., Naelasari, D. N., & Arista, N. (2023). Inovasi Bahan Pangan Lokal Menjadi PMT Untuk Meningkatkan Keterampilan Pada Ibu Balita di Perumahan Lingkar Permai Mataram. *Abdinesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3 (1). *Abdinesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 15–20.
- Oktavianto, E., Saifudin, I. M. M. Y., Suryati, S., Supriyadi, S., & Setyaningrum, N. (2023). Eating behaviors related to nutritional status among adolescents: a cross-sectional study. *International Journal of Public Health*, 12(2), 647–653.
- Timiyatun, E., & Oktavianto, E. (2021). Dukungan Keluarga Berkorelasi Dengan Breastfeeding Self-Efficacy Pada Ibu Menyusui: Family Support Correlated With Breastfeeding Self-Efficacy In Breastfeeding Mothers. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 9(2), 24–35.
- Timiyatun, E., & Oktavianto, E. (2025). Pentingnya edukasi kesehatan dan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada wanita usia subur di Dukuh Balong Lor Potorono Banguntapan Bantul: The importance of health education and breast self-examination (SADARI) for women of childbearing age in Dukuh Balong Lor Potorono Banguntapan Bantul. *Cendekia Mengabdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 23–29.
- Yunita, N. (2023). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Vidio Terhadap Pengetahuan Orang Tua Dalam Pencegahan Diare Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmaslubuk Sanai Kabupaten Mukomukotahun 2022. *Student Scientific Journal*, 1(1), 27–34.
- Yuwanti, Y., Mulyaningrum, F. M., & Susanti, M. M. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi stunting pada balita di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 74–84.