



Pendampingan Program Makan Bergizi Gratis Berbasis Posyandu untuk Mendukung Perbaikan Status Gizi Balita di Payaraman Ogan Ilir

Assistance for the Posyandu-Based Free Nutritious Meal Program to Support Nutritional Status Improvement Among Toddlers in Payaraman, Ogan Ilir

Muhammad Kurniawan¹, Rizqy Akbar Maulana², Ahmad Faisal³, Rara Viona Angelia⁴, Ahmad Ghiffari^{5*}, Juan Carlos Vareron⁶, Angga Saputra⁷, Aditia⁸, Aini Angel Mareta Voniska⁹, Rajip Agusti Hamid¹⁰, Nanda Asra Agustia¹¹, Zahra Sirahmi¹², Ahmad Ghiffari¹³, Ahmad Bayu Alfarizi¹⁴

¹⁻¹⁴Universitas Muhammadiyah Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

Email : mkurniawan1303@gmail.com¹, lkky171104@gmail.com², ahmadfaisal261692@gmail.com³, raravionaangeliaa@gmail.com⁴, ahmad_ghiffari@um-palembang.ac.id⁵, juancarlosvareron@gmail.com⁶, saputraanggak2507@gmail.com⁷, aia147684@gmail.com⁸, anggelprabumulih55@gmail.com⁹, rjb18.02@gmail.com¹⁰, nandaasra84@gmail.com¹¹, zahasirahmi88@gmail.com¹², ahmad_ghiffari@um-palembang.ac.id¹³⁻¹⁴

*Penulis Korespondensi: ahmad_ghiffari@um-palembang.ac.id

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 20 Juni 2026;
Revisi: 22 Juli 2026;
Diterima: 25 Agustus 2026;
Terbit: 31 Agustus 2026

Keyword: Community Nutrition; Free Nutritious Meal; Nutritional Status; Posyandu; Toddlers.

Abstract: Nutritional problems among toddlers require interventions that extend beyond food provision to include growth monitoring and family assistance. This community service program aimed to support the implementation of the Free Nutritious Meal Program (MBG) to improve the nutritional status of toddlers at the Posyandu in Payaraman Timur, Payaraman District, Ogan Ilir Regency. The program was conducted for one month and involved 37 toddlers through recipient registration, anthropometric monitoring, assistance during Posyandu services, and nutrition education for parents. A total of 30 toddlers (81.08%) actively participated in the program. Following the intervention, the number of toddlers with good nutritional status increased from 18 to 22, while those classified as undernourished decreased from 14 to 11 and those with poor nutritional status decreased from five to four. The mean body weight increased from 10.70 kg to 11.34 kg, representing an average gain of 0.64 kg. These findings indicate a favorable trend in toddlers' nutritional status and growth during the assistance period. Program sustainability should be strengthened through regular anthropometric monitoring, continuous family nutrition education, and enhanced involvement of Posyandu cadres.

Abstrak

Permasalahan gizi pada balita masih memerlukan intervensi yang tidak hanya berorientasi pada pemberian makanan, tetapi juga disertai pemantauan pertumbuhan dan pendampingan keluarga. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mendampingi pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) untuk mendukung perbaikan status gizi balita di Posyandu Kelurahan Payaraman Timur, Kecamatan Payaraman, Kabupaten Ogan Ilir. Kegiatan dilaksanakan selama satu bulan dengan melibatkan 37 balita melalui pendataan penerima MBG, pemantauan antropometri, pendampingan pelayanan Posyandu, serta edukasi gizi kepada orang tua. Sebanyak 30 balita (81,08%) aktif mengikuti program. Setelah pendampingan, jumlah balita dengan status gizi baik meningkat dari 18 menjadi 22 anak, sedangkan kategori gizi kurang menurun dari 14 menjadi 11 anak dan gizi buruk dari lima menjadi empat anak. Rata-rata berat badan meningkat dari 10,70 kg menjadi 11,34 kg atau bertambah 0,64 kg. Hasil kegiatan menunjukkan adanya kecenderungan perbaikan status gizi dan pertumbuhan balita selama pendampingan. Keberlanjutan program perlu didukung melalui pemantauan antropometri berkala, edukasi keluarga, dan penguatan peran kader Posyandu.

Kata Kunci: Balita; Makan Bergizi Gratis; Pendampingan; Posyandu; Status Gizi.

1. LATAR BELAKANG

Intervensi perbaikan gizi balita mutakhir menunjukkan pergeseran dari pendekatan tunggal menuju intervensi yang semakin mengintegrasikan penyediaan pangan, edukasi pengasuh, pemantauan pertumbuhan, dan penguatan aktor kesehatan berbasis komunitas. Bukti eksperimental di Indonesia menunjukkan bahwa edukasi gizi kepada ibu dapat meningkatkan pengetahuan, efikasi diri, praktik pemberian makanan pendamping, dan indikator antropometri anak, meskipun efek terhadap pertumbuhan tidak selalu konsisten pada seluruh indikator (Effendy et al., 2020; Mardani et al., 2024; Sirajuddin et al., 2021). Intervensi berbasis komunitas juga menunjukkan bahwa pendampingan ibu dan penguatan kader dapat memperbaiki perilaku pencegahan stunting serta kapasitas kader dalam mendukung keluarga, sementara intervensi *community health worker* yang mengombinasikan pemantauan pertumbuhan dan konseling menunjukkan potensi perbaikan indikator antropometri anak (Shonchoy et al., 2023; Siswati et al., 2022; Sutinbuk et al., 2024) et al., 2024).

Pada sisi intervensi pangan, pemberian makanan tambahan pada anak dengan masalah gizi dapat meningkatkan berat badan dan indikator antropometri tertentu (Udoh et al., 2022), tetapi sintesis mutakhir mengingatkan bahwa pemantauan pertumbuhan saja belum menghasilkan bukti yang konsisten terhadap luaran gizi, sehingga pemantauan idealnya ditempatkan sebagai bagian dari intervensi yang disertai konseling, perubahan perilaku, dan tindak lanjut (Taylor et al., 2023). Temuan tersebut sejalan dengan systematic review yang menunjukkan pentingnya desain intervensi terintegrasi, keterlibatan pengasuh, dan teknik perubahan perilaku dalam menghasilkan dampak yang lebih luas daripada pendekatan satu komponen (Dulal et al., 2021; Stelle et al., 2023; Wang et al., 2024) et al., 2024). Dalam konteks Indonesia, pendidikan ibu juga berkaitan erat dengan risiko gangguan pertumbuhan anak, sehingga peningkatan literasi dan praktik gizi keluarga tetap merupakan komponen penting dari strategi perbaikan gizi berbasis komunitas (Laksono et al., 2022). Studi-studi terdahulu lebih banyak mengevaluasi edukasi ibu, literasi gizi, perilaku pencegahan stunting, pelatihan kader, pemantauan pertumbuhan, atau pemberian makanan sebagai komponen yang relatif terpisah; bahkan bukti awal yang secara langsung membahas MBG pada balita masih didominasi pendekatan observasional yang menilai hubungan keikutsertaan program dengan risiko stunting, bukan evaluasi pendampingan program secara multidimensional (Novitasari et al., 2026). Pendekatan

masalah ini memungkinkan evaluasi proses dan hasil secara simultan melalui partisipasi program, skor pengetahuan, perubahan antropometri, dan hasil monitoring; secara praktis, model ini berpotensi menghasilkan kerangka pendampingan yang dapat dioperasionalkan melalui Posyandu untuk meningkatkan keberlanjutan manfaat MBG setelah makanan diterima oleh keluarga. Program nasional yang berorientasi penyediaan makanan dapat diterjemahkan menjadi proses pendampingan gizi berbasis komunitas yang mempunyai indikator perubahan pada penerima manfaat, pengasuh, dan kader.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pendampingan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai upaya mendukung perbaikan status gizi balita di Posyandu. Pendekatan kegiatan bersifat partisipatif dengan melibatkan tim pengabdian, kader Posyandu, tenaga kesehatan, ibu atau pengasuh balita, serta balita sebagai penerima manfaat program. Pendampingan tidak hanya difokuskan pada pemberian makanan bergizi, tetapi juga mencakup edukasi gizi kepada ibu atau pengasuh, pemantauan pertumbuhan balita, penguatan peran kader, serta evaluasi pemanfaatan program. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Sayang Ibu Kelurahan Payaraman Timur Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir pada bulan Juli 2026. Sasaran utama kegiatan adalah balita yang terdaftar sebagai peserta Posyandu dan mengikuti Program Makan Bergizi Gratis, sedangkan sasaran pendamping adalah ibu atau pengasuh balita serta kader Posyandu.

Balita yang terlibat dalam kegiatan merupakan balita yang hadir pada rangkaian kegiatan, memperoleh pendampingan pemberian MBG, dan dapat dilakukan pengukuran antropometri secara lengkap pada tahap awal maupun evaluasi. Tahap awal kegiatan dilakukan melalui observasi dan koordinasi dengan pengelola Posyandu, kader, serta tenaga kesehatan untuk mengidentifikasi permasalahan gizi balita dan kebutuhan pendampingan Program MBG. Identifikasi meliputi jumlah balita sasaran, keteraturan kehadiran di Posyandu, riwayat pemantauan pertumbuhan, kondisi awal berat badan dan tinggi badan, pemanfaatan makanan yang diberikan melalui Program MBG, serta pemahaman ibu atau pengasuh mengenai prinsip pemberian makanan bergizi seimbang bagi balita. Pendampingan dilakukan secara periodik selama satu bulan dengan melibatkan kader dalam pemantauan konsumsi makanan dan perkembangan berat badan balita. Model pemantauan sebelum dan sesudah intervensi tersebut sejalan dengan publikasi Program

MBG yang melakukan pengukuran berat badan awal, pemberian intervensi selama satu bulan, kemudian melakukan pengukuran ulang setelah intervensi. Pemantauan dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran antropometri pada awal dan akhir periode pendampingan. Indikator utama yang diamati adalah perubahan berat badan balita, sedangkan tinggi atau panjang badan digunakan sebagai data pendukung pemantauan pertumbuhan. Setiap hasil pengukuran dicatat pada lembar *monitoring* dan, apabila tersedia, diselaraskan dengan pencatatan pada Buku KIA atau KMS. Evaluasi dilakukan terhadap aspek proses dan hasil kegiatan. Evaluasi proses meliputi keterlaksanaan rangkaian kegiatan, jumlah sasaran yang berpartisipasi, keteraturan kehadiran, keterlibatan kader, penerimaan peserta terhadap Program MBG, serta kendala yang ditemukan selama pelaksanaan. Evaluasi hasil meliputi perubahan pengetahuan ibu atau pengasuh, perubahan berat badan balita, perubahan kategori status gizi apabila data memungkinkan, serta tingkat pemanfaatan Program MBG.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendampingan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dilaksanakan selama satu bulan di Posyandu Kelurahan Payaraman Timur, Kecamatan Payaraman, Kabupaten Ogan Ilir dengan melibatkan 37 balita. Sebanyak 15 balita (40,54%) berada pada kelompok usia 6–24 bulan dan 22 balita (59,46%) pada kelompok usia yang lebih tua. Sebanyak 37 balita terlibat dalam kegiatan pendampingan Program Makan Bergizi Gratis (MBG), dengan 30 balita (81,08%) aktif mengikuti program dan tujuh balita (18,92%) tidak aktif. Setelah periode pendampingan, proporsi balita dengan status gizi baik meningkat dari 48,65% menjadi 59,46%, sementara proporsi gizi kurang menurun dari 37,84% menjadi 29,73% dan gizi buruk dari 13,51% menjadi 10,81%. Peningkatan juga terlihat pada berat badan rata-rata balita. Pada kelompok usia 6–24 bulan, berat badan rata-rata meningkat dari 8,10 kg menjadi 8,82 kg, sedangkan pada kelompok usia 25–59 bulan meningkat dari 12,45 kg menjadi 13,08 kg. Secara keseluruhan, berat badan rata-rata meningkat dari 10,69 kg menjadi 11,35 kg atau sebesar 0,67 kg. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan perbaikan status gizi dan pertumbuhan balita selama pelaksanaan pendampingan Program MBG.

Tabel 1. Keikutsertaan Program MBG, Perubahan Status Gizi, dan Berat Badan Balita.

Komponen	Kategori/kelompok	n	%	Sebelum MBG	Sesudah MBG	Perubahan
Keikutsertaan Program MBG	Aktif mengikuti	30	81,08	–	–	–
	Tidak aktif	7	18,92	–	–	–
	Total	37	100,00	–	–	–
Status gizi	Gizi baik	18 → 22	48,65 → 59,46	18 balita (48,65%)	22 balita (59,46%)	+4 balita; +10,81 poin persentase
	Gizi kurang	14 → 11	37,84 → 29,73	14 balita (37,84%)	11 balita (29,73%)	–3 balita; –8,11 poin persentase
	Gizi buruk	5 → 4	13,51 → 10,81	5 balita (13,51%)	4 balita (10,81%)	–1 balita; –2,70 poin persentase
	Total	37	100,00	37 balita (100%)	37 balita (100%)	–
Berat badan rata-rata	Usia 6–24 bulan (n=15)	15	40,54	8,10 kg	8,82 kg	+0,72 kg
	Usia 25–59 bulan (n=22)	22	59,46	12,45 kg	13,08 kg	+0,63 kg
	Keseluruhan (n=37)	37	100,00	10,69 kg	11,35 kg	+0,67 kg



(a)



(b)



(c)

Gambar 1. Mahasiswa KKN (a) Pembagian MBG (b) Pengukuran berat badan anak.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya arah perbaikan status gizi balita setelah pendampingan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di Posyandu Payaraman Timur. Jumlah balita dengan status gizi baik meningkat dari 18 menjadi 22 anak, sementara kategori gizi kurang menurun dari 14 menjadi 11 anak dan gizi buruk dari lima menjadi empat anak. Perubahan ini perlu dipahami sebagai temuan deskriptif yang mencerminkan kecenderungan perbaikan selama periode pendampingan, bukan sebagai bukti kausalitas. Secara konseptual, hasil tersebut sejalan dengan bukti bahwa intervensi gizi pada balita akan lebih berpotensi memberikan hasil ketika dukungan asupan makanan disertai edukasi pengasuh dan pemantauan pertumbuhan. Studi eksperimental di Indonesia menunjukkan bahwa edukasi gizi kepada ibu dapat meningkatkan pengetahuan mengenai malnutrisi,

efikasi diri, praktik pemberian makan, serta beberapa indikator antropometri anak pada periode tindak lanjut (Mardani et al., 2024). Demikian pula, intervensi pendidikan gizi yang dikombinasikan dengan kunjungan rutin kader di Sulawesi Tenggara menunjukkan potensi untuk memperkuat praktik pemberian makan anak dan melengkapi program gizi berbasis pelayanan kesehatan komunitas (Effendy et al., 2020). Keterlibatan mahasiswa, kader, dan masyarakat dalam pelaksanaan kegiatan juga memperkuat dimensi pemberdayaan. Dokumen kegiatan menunjukkan bahwa mahasiswa turut membantu penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan dan lingkar kepala, pencatatan penerima MBG, serta pelayanan Posyandu bersama kader dan masyarakat. Pendekatan ini sesuai dengan model kesehatan komunitas yang memanfaatkan tenaga berbasis masyarakat sebagai penghubung antara keluarga dan sistem pelayanan.

Studi intervensi menunjukkan bahwa tenaga kesehatan komunitas dapat memberikan dampak terhadap antropometri anak ketika monitoring disertai konseling yang terstruktur (Shonchoy et al., 2023). Pada tingkat implementasi, keterlibatan kader juga penting karena kader memiliki kedekatan sosial dengan keluarga dan dapat mempertahankan kesinambungan pemantauan setelah kegiatan pengabdian selesai. Dengan demikian, keberlanjutan program lebih mungkin dicapai apabila kapasitas kader dalam komunikasi gizi, interpretasi sederhana grafik pertumbuhan, dan tindak lanjut sasaran diperkuat secara sistematis. Implikasi praktis kegiatan ini adalah perlunya menempatkan MBG sebagai bagian dari paket intervensi gizi berbasis Posyandu, bukan hanya sebagai mekanisme pemberian makanan. Keberlanjutan sebaiknya mencakup pemantauan antropometri terjadwal, identifikasi dini *growth faltering*, edukasi pola pemberian makan kepada orang tua, penguatan kapasitas kader, serta penelusuran aktif balita yang tidak rutin mengikuti kegiatan. Intervensi terhadap pengasuh penting karena pola dan struktur pemberian makan di lingkungan keluarga berhubungan dengan perilaku makan anak, sedangkan intervensi yang memasukkan dukungan individual berpotensi memperbaiki praktik pemberian makan dibanding penyampaian informasi pasif (Wang et al., 2024). Dengan pendekatan tersebut, Posyandu dapat berfungsi sebagai ruang integrasi antara dukungan pangan, promosi kesehatan, surveilans pertumbuhan, dan pemberdayaan keluarga sehingga tujuan perbaikan gizi balita dapat dipantau secara lebih sistematis.

4. KESIMPULAN

Pendampingan Program Makan Bergizi Gratis di Posyandu Payaraman Timur menunjukkan kecenderungan hasil yang mendukung perbaikan status gizi balita. Setelah periode kegiatan, jumlah balita dengan status gizi baik meningkat, kategori gizi kurang dan gizi buruk menurun, serta rata-rata berat badan meningkat sebesar 0,64 kg. Sebanyak 81,08% balita juga aktif mengikuti program. Temuan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan MBG melalui Posyandu dapat menjadi momentum untuk mengintegrasikan pemberian makanan dengan pemantauan pertumbuhan, edukasi keluarga, serta keterlibatan kader dan mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Camat Payaraman dan Sekretaris Camat Payaraman atas dukungan dan fasilitasi selama pelaksanaan kegiatan. Apresiasi juga disampaikan kepada pengelola Posyandu, tenaga kesehatan Puskesmas, serta seluruh kader Posyandu di wilayah Payaraman yang telah berperan aktif dalam koordinasi, pendampingan, pemantauan pertumbuhan, dan pelaksanaan kegiatan di lapangan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada para ibu/orang tua serta seluruh anak peserta kegiatan yang telah berpartisipasi dalam rangkaian pendampingan Program Makan Bergizi Gratis. Dukungan, kerja sama, dan partisipasi seluruh pihak tersebut memberikan kontribusi penting terhadap kelancaran dan keterlaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- Dulal, S., Prost, A., Karki, S., Saville, N., & Merom, D. (2021). Characteristics and effects of integrated nutrition and stimulation interventions to improve the nutritional status and development of children under 5 years of age: A systematic review and meta-analysis. *BMJ Global Health*, 6(7), e003872. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2020-003872>
- Effendy, D. S., Prangthip, P., Soonthornworasiri, N., Winichagoon, P., & Kwanbunjan, K. (2020). Nutrition education in Southeast Sulawesi Province, Indonesia: A cluster randomized controlled study. *Maternal & Child Nutrition*, 16(4), e13030. <https://doi.org/10.1111/mcn.13030>
- Laksono, A. D., Wulandari, R. D., Amaliah, N., & Wisnuwardani, R. W. (2022). Stunting among children under two years in Indonesia: Does maternal education matter? *PLOS ONE*, 17(7), e0271509. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271509>
- Mardani, R. A. D., Wu, W.-R., Hajri, Z., Thoyibah, Z., Yolanda, H., & Huang, H.-C. (2024). Effect of a nutritional education program on children's undernutrition in

- Indonesia: A randomized controlled trial. *Journal of Pediatric Health Care*, 38(4), 552–563. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2024.02.006>
- Novitasari, R., Nufus, H., & Rosita, E. (2026). Hubungan keikutsertaan Program MBG dengan penurunan risiko stunting pada balita usia 6–59 bulan di Posyandu Kenanga Desa Megaluh Kabupaten Jombang. *Jurnal Kebidanan*, 16(1), 82–88. <https://doi.org/10.35874/jib.v16i1.1622>
- Shonchoy, A. S., Akram, A. A., Khan, M., Khalid, H., Mazhar, S., Khan, A., & Kurosaki, T. (2023). A community health worker-based intervention on anthropometric outcomes of children aged 3 to 21 months in urban Pakistan, 2019–2021. *American Journal of Public Health*, 113(1), 105–114. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2022.307111>
- Sirajuddin, S., Sirajuddin, S., Razak, A., Ansariadi, A., Thaha, R. M., & Sudargo, T. (2021). The intervention of maternal nutrition literacy has the potential to prevent childhood stunting: Randomized control trials. *Journal of Public Health Research*, 10(2), 2235. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2235>
- Siswati, T., Iskandar, S., Pramestuti, N., Raharjo, J., Rialihanto, M. P., Rubaya, A. K., & Wiratama, B. S. (2022). Effect of a short course on improving the cadres' knowledge in the context of reducing stunting through home visits in Yogyakarta, Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 9843. <https://doi.org/10.3390/ijerph19169843>
- Stelle, I., Kinshell, M.-L. W., & Moore, S. E. (2023). Caregiver perceptions of nutrition interventions in infants and children under 24 months of age: A systematic review. *Public Health Nutrition*, 26(9), 1907–1916. <https://doi.org/10.1017/S1368980023001246>
- Sutinbuk, D., Nugraheni, S. A., Rahfiludin, M. Z., & Setyaningsih, Y. (2024). Effectiveness of ERKADUTA model to increase stunting prevention behaviors among mothers with toddlers in Indonesia: A quasi-experiment. *Narra J*, 4(1), e688. <https://doi.org/10.52225/narra.v4i1.688>
- Taylor, M., Tapkigen, J., Ali, I., Liu, Q., Long, Q., & Nabwera, H. (2023). The impact of growth monitoring and promotion on health indicators in children under five years of age in low- and middle-income countries. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 10(10), CD014785. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD014785.pub2>
- Udoh, E., Nwazuluoke, B., Bassey, V., Motilewa, O., Okorie, O., Adesina, S., Ejemot-Nwadiaro, R., & Meremikwu, M. (2022). Comparison of standardised milk-based, standardised non-milk based and hospital-based formulations on the anthropometric indices of under-fives with moderate acute malnutrition: A randomised clinical trial. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 35(3), 523–534. <https://doi.org/10.1111/jhn.12960>
- Wang, J., Chang, Y.-S., Wei, X., Cao, Y., & Winkley, K. (2024). The effectiveness of interventions on changing caregivers' feeding practices with preschool children: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Reviews*, 25(4), e13688. <https://doi.org/10.1111/obr.13688>