

Efektivitas Pemberdayaan Masyarakat terhadap Pencegahan Stunting pada Balita: Literature Review.

Bachtiar Safrudin¹, Kartika Setia Purdani², Imelda Zalukhu³, Desta Reinita⁴, Nova Kurniawan⁵, Karinda Anastasya⁶, Royana Ainurrohmah⁷, Salma Nur Nayla⁸, Dara Dienanty Lubis⁹, Indah Regina¹⁰, Ulyy Fitria Sari¹¹, Amanda Putri Rahayu¹²
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (SI Keperawatan, Ilmu Keperawatan)
**Email : Mbs143@umkt.ac.id, 2311102411099@umkt.ac.id*

ABSTRAK

Stunting tetap menjadi masalah kesehatan global yang kritis, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Pemberdayaan masyarakat memainkan peran penting dalam memastikan keberlanjutan intervensi gizi. Studi ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas model pemberdayaan masyarakat, khususnya melalui kader kesehatan (Posyandu) dan program gizi berbasis masyarakat, dalam mencegah stunting pada balita. Tinjauan literatur dilakukan menggunakan kerangka kerja PICOS. Data diperoleh dari basis data Google Scholar, PubMed, dan Garuda untuk periode 2022–2025. Sepuluh artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis. Tinjauan tersebut mengidentifikasi bahwa pemberdayaan masyarakat secara signifikan berkontribusi pada pengurangan stunting melalui tiga mekanisme utama: peningkatan kapasitas kader kesehatan, pemanfaatan sumber daya pangan lokal untuk pemberian makanan tambahan (PMT), dan peningkatan perilaku sanitasi. Pemberdayaan masyarakat merupakan intervensi yang efektif untuk pencegahan stunting. Penguatan pelatihan kader dan pengintegrasian kearifan lokal ke dalam program gizi direkomendasikan.

Kata kunci : Pemberdayaan Masyarakat, Stunting, Kader Posyandu, Pendidikan Gizi, Balita.

ABSTRACT

Stunting remains a critical global health problem, particularly in developing countries like Indonesia. Community empowerment plays a crucial role in ensuring the sustainability of nutrition interventions. This study aims to evaluate the effectiveness of community empowerment models, particularly through health cadres (Posyandu) and community-based nutrition programs, in preventing stunting in toddlers. A literature review was conducted using the PICOS framework. Data were obtained from Google Scholar, PubMed, and Garuda databases for the period 2022–2025. Ten articles that met the inclusion criteria were analyzed. The review identified that community empowerment significantly contributes to stunting reduction through three main mechanisms : increasing the capacity of health cadres, utilizing local food resources for supplementary feeding (PMT), and improving sanitation behavior. Community empowerment is an effective intervention for stunting prevention. Strengthening cadre training and integrating local wisdom into nutrition programs is recommended.

Keywords : Community Empowerment, Stunting, Posyandu Cadres, Nutrition Education, Toddlers.

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang umumnya diidentifikasi dengan skor Z panjang untuk usia atau tinggi untuk usia di bawah -2 standar deviasi (SD) menurut standar Organisasi Kesehatan Dunia. Secara global, stunting memengaruhi jutaan anak di bawah usia lima tahun dan tetap menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang paling serius, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Konsekuensi stunting meluas melampaui kegagalan pertumbuhan fisik, meliputi defisit kognitif jangka panjang, penurunan pencapaian pendidikan, produktivitas yang lebih rendah di masa dewasa, dan peningkatan kerentanan terhadap morbiditas dan mortalitas.

Di Indonesia, stunting terus menjadi masalah kesehatan nasional yang kritis meskipun terjadi penurunan prevalensi secara bertahap dalam beberapa tahun terakhir. Pemerintah Indonesia telah memprioritaskan pengurangan stunting sebagai bagian dari agenda pembangunan nasionalnya, dengan menetapkan target ambisius untuk menurunkan prevalensinya menjadi 14% pada tahun 2024. Namun, kesenjangan regional yang terus berlanjut, ketidaksetaraan sosial ekonomi, akses terbatas terhadap makanan bergizi, dan perilaku kesehatan yang suboptimal menunjukkan bahwa stunting tetap merupakan masalah yang kompleks dan multifaktorial yang membutuhkan intervensi komprehensif dan berkelanjutan.

Meskipun intervensi klinis dan spesifik gizi seperti suplementasi dan pemberian makan terapeutik sangat penting, intervensi tersebut saja tidak cukup untuk mengatasi faktor-faktor penyebab stunting. Sifat stunting yang multifaset memerlukan pendekatan multisektoral dan berpusat pada masyarakat yang mengintegrasikan layanan kesehatan, gizi, sanitasi, pendidikan, dan tata kelola lokal. Dalam konteks ini, pemberdayaan masyarakat telah muncul sebagai strategi yang berkelanjutan dan efektif, menggeser masyarakat dari penerima pasif layanan kesehatan menjadi agen perubahan aktif yang mampu mengidentifikasi masalah, menerapkan solusi, dan mempertahankan perilaku yang meningkatkan kesehatan.

Inisiatif pemberdayaan masyarakat di Indonesia seringkali bergantung pada kader Posyandu (relawan Pos Kesehatan Terpadu),

yang berperan sebagai garda terdepan pelayanan kesehatan ibu dan anak di tingkat desa. Kader-kader ini memainkan peran penting dalam deteksi dini gangguan pertumbuhan, pendidikan gizi bagi ibu dan pengasuh, promosi praktik pemberian makan bayi dan anak usia dini yang tepat, dan fasilitasi partisipasi masyarakat dalam program kesehatan. Penguatan kapasitas kader-kader ini melalui pelatihan, supervisi, dan dukungan kelembagaan dianggap sebagai komponen kunci pencegahan stunting yang efektif.

Namun demikian, implementasi dan hasil program pemberdayaan masyarakat sangat bervariasi di berbagai wilayah, dipengaruhi oleh perbedaan kapasitas lokal, ketersediaan sumber daya, desain program, dan struktur tata kelola. Akibatnya, efektivitas intervensi tersebut harus terus dievaluasi untuk memastikan bahwa intervensi tersebut menghasilkan dampak yang bermakna dan berkelanjutan pada hasil gizi anak.

Oleh karena itu, tinjauan literatur ini bertujuan untuk mensintesis bukti terkini yang dipublikasikan antara tahun 2022 dan 2025 tentang efektivitas intervensi pemberdayaan masyarakat, mulai dari pelatihan kader dan pendidikan gizi hingga pemanfaatan makanan tambahan yang bersumber dari lokal dalam mencegah stunting pada anak di bawah usia lima tahun. Dengan secara sistematis meneliti temuan terkini, tinjauan ini berupaya memberikan wawasan berbasis bukti untuk menginformasikan pengembangan kebijakan, implementasi program, dan penelitian masa depan tentang strategi berbasis masyarakat untuk pencegahan stunting.

2. METODE PENELITIAN

Studi ini menggunakan desain tinjauan literatur yang dipandu oleh kerangka kerja PICOS untuk menguji efektivitas intervensi pemberdayaan masyarakat dalam mencegah stunting pada anak-anak di bawah usia lima tahun.

Populasi (P) yang diteliti meliputi anak-anak di bawah usia lima tahun, ibu atau keluarga dengan anak kecil, dan aktor kesehatan masyarakat seperti kader Posyandu atau relawan kesehatan masyarakat yang terlibat dalam program pencegahan stunting. Intervensi (I) yang ditinjau meliputi berbagai bentuk strategi pemberdayaan masyarakat, termasuk pelatihan kader Posyandu, pendidikan gizi untuk ibu, promosi kesehatan berbasis keluarga dan masyarakat, pemanfaatan makanan tambahan yang bersumber dari lokal, dan inisiatif kesehatan yang dipimpin masyarakat yang

bertujuan untuk meningkatkan gizi anak.

Pembandingan atau comparators (C) terdiri dari kondisi sebelum intervensi, layanan kesehatan standar, atau kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi pemberdayaan masyarakat yang terstruktur. Hasil utama (O) yang dinilai adalah penurunan prevalensi stunting dan peningkatan indikator status gizi anak, khususnya pengukuran tinggi badan menurut usia. Hasil sekunder mencakup peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu atau pengasuh terkait nutrisi, serta peningkatan kapasitas teknis dan kinerja kader kesehatan masyarakat.

Desain studi (S) yang termasuk dalam tinjauan ini meliputi uji coba terkontrol secara acak, studi kuasi-eksperimental, survei lintas sektoral, studi kualitatif, penelitian metode campuran, dan tinjauan sistematis atau naratif.

Artikel disertakan jika diterbitkan antara tahun 2022 dan 2025, muncul di jurnal nasional atau internasional yang ditinjau oleh rekan sejawat, tersedia dalam bentuk teks lengkap, dan secara eksplisit membahas pendekatan pemberdayaan masyarakat terkait pencegahan stunting. Kriteria eksklusi meliputi artikel yang diterbitkan sebelum tahun 2022, editorial atau makalah opini tanpa data empiris, publikasi non-jurnal, dan studi yang tidak berfokus pada intervensi berbasis masyarakat atau berorientasi pemberdayaan.

Pencarian literatur dilakukan menggunakan basis data elektronik seperti yang ditentukan dalam manuskrip utama (misalnya, Google Scholar, PubMed, dan Garuda). Semua artikel yang memenuhi syarat dianalisis menggunakan pendekatan sintesis naratif deskriptif. Ekstraksi data difokuskan pada elemen-elemen kunci PICOS, karakteristik studi, jenis intervensi, ukuran hasil, dan temuan utama. Hasil tersebut kemudian disintesis secara naratif untuk mengidentifikasi pola yang konsisten, variasi, dan tren keseluruhan mengenai efektivitas strategi pemberdayaan masyarakat dalam mencegah stunting pada anak di bawah lima tahun.

3 HASIL

Bagian Berdasarkan analisis 10 artikel terpilih yang diterbitkan antara tahun 2022 dan 2025, temuan menunjukkan bahwa intervensi

pemberdayaan masyarakat memberikan kontribusi positif terhadap pencegahan stunting pada anak di bawah usia lima tahun. Secara keseluruhan, studi yang ditinjau menunjukkan bahwa pendekatan berbasis pemberdayaan dikaitkan dengan peningkatan kapasitas kesehatan masyarakat, pengetahuan pengasuh, dan perilaku terkait gizi, meskipun tingkat dampaknya terhadap prevalensi stunting bervariasi.

Beberapa studi melaporkan bahwa program pelatihan dan peningkatan kapasitas bagi kader Posyandu meningkatkan deteksi dini masalah pertumbuhan dan meningkatkan penyampaian pendidikan gizi di tingkat masyarakat. Intervensi ini memperkuat keterampilan teknis kader, kemampuan komunikasi, dan keterlibatan dalam layanan kesehatan ibu dan anak, yang mengarah pada perawatan berbasis masyarakat yang lebih terstruktur dan responsif.

Studi kuasi-eksperimental dan berbasis masyarakat menunjukkan bahwa pendidikan gizi dan inisiatif pemberdayaan secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu dan praktik pencegahan terkait pemberian makan dan kesehatan anak. Namun, meskipun peningkatan pengetahuan dan perilaku secara konsisten diamati, penurunan prevalensi stunting tidak selalu signifikan secara statistik dalam periode studi.

Bukti dari uji coba terkontrol secara acak dan tinjauan sistematis mengungkapkan hasil yang beragam mengenai efek langsung pemberdayaan masyarakat terhadap indikator antropometri. Meskipun beberapa intervensi meningkatkan hasil antara seperti praktik diet dan pemanfaatan layanan, perubahan terukur dalam tinggi badan menurut usia dipengaruhi oleh durasi intervensi, intensitas program, dan faktor kontekstual.

Selain itu, studi yang membahas pemberdayaan terkait tata kelola dan kebijakan menyoroti pentingnya dukungan kelembagaan dan tingkat desa dalam memperkuat implementasi dan keberlanjutan program pencegahan stunting berbasis masyarakat. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat memainkan peran penting dalam meningkatkan mekanisme pencegahan stunting, terutama bila diimplementasikan secara komprehensif dan berkelanjutan.

Matriks Tabel Hasil Tinjauan Pustaka

No	Judul Artikel	Nama Penulis	Tahun	Metode Penelitian	Hasil Utama	Kesimpulan
1	Evaluating the knowledge, roles, and skills of health cadres in preventing stunting.	Widiasih et al.	2025	Mixed methods evaluasi kompetensi kader	Menemukan kebutuhan peningkatan kapasitas kader terkait deteksi dini dan peran dalam pencegahan stunting.	Penguatan kompetensi kader diperlukan sebagai strategi penting pencegahan stunting di tingkat komunitas.
2	Effectiveness of Community-Based Nutrition Interventions in Preventing Stunting	Tiara & Tarigan	2025	Ulasan naratif (literatur 2021–2025)	Mengkonsolidasikan intervensi berbasis komunitas; banyak pendekatan menunjukkan potensi namun heterogenitas desain membatasi generalisasi temuan.	Intervensi berbasis komunitas menjanjikan, tetapi memerlukan standarisasi dan evaluasi yang lebih kuat.
3	A cluster randomized controlled trial of a community-based initiative to reduce stunting in rural Indonesia.	Beatty et al.	2024	RCT kluster (paket intervensi komunitas)	Meningkatkan beberapa perilaku gizi namun tidak menurunkan prevalensi stunting secara signifikan dalam periode studi.	Intervensi paket membutuhkan adaptasi kontekstual dan pemantauan jangka panjang untuk menghasilkan penurunan stunting.
4	Empowering Posyandu Cadres in Stunting Prevention (module training study)	Suarayasa et al.	2024	Penelitian tindakan / evaluasi modul pelatihan	Modul pelatihan spesifik meningkatkan kemampuan kader dalam pencegahan stunting.	Modul pelatihan terstruktur efektif meningkatkan kapasitas kader Posyandu.
5	Health education lecture method to increase posyandu cadres' knowledge about stunting prevention	Suprpto et al.	2024	Kuasi-eksperimental (ceramah dan audiovisual)	Pendidikan kesehatan menggunakan ceramah + audiovisual meningkatkan pengetahuan dan kemampuan deteksi kader.	Metode pendidikan terstruktur efektif untuk meningkatkan kapasitas teknis kader.

6	Evidence on the impact of community health workers in the prevention, identification, and management of undernutrition	Bridge & Lin	2024	Tinjauan sistematis	Bukti internasional menunjukkan kontribusi CHW pada pencegahan malnutrisi; efektivitas tergantung pada pelatihan, supervisi, dan integrasi sistem.	Penguatan CHW melalui pelatihan dan dukungan sistemik memperkuat kapasitas komunitas menurunkan risiko malnutrisi/stunting.
7	Strategi Pemerintah Desa dalam Upaya Percepatan Penurunan Stunting	Izzuddin & Widiyarta	2024	Studi kasus governance / alokasi Dana Desa	Pemanfaatan Dana Desa dan kebijakan lokal yang pro-kesehatan dapat mempercepat intervensi gizi apabila diinstitutionalisasi.	Integrasi kebijakan desa (alokasi anggaran) merupakan enabler penting untuk upaya pencegahan stunting di komunitas.
8	Effectiveness of Local Supplementary Feeding in Stunting Prevention	Munawarah et al.	2023	Kuasi-eksperimental (Pemberian PMT berbasis lokal)	Pemberian makanan tambahan berbasis bahan lokal efektif meningkatkan status gizi dan berpotensi menurunkan risiko stunting.	Pemanfaatan pangan lokal untuk PMT adalah pendekatan berkelanjutan dan kontekstual yang efektif untuk pencegahan stunting.
9	Delphi Study to Develop Training Materials to Detect Maternal Mental Disorder (relevant training methods)	Surjaningrum et al.	2023	R&D (Delphi) pengembangan materi pelatihan	Menghasilkan bahan pelatihan yang valid; pendekatan Delphi relevan sebagai model untuk pengembangan modul pelatihan kader.	Metode Delphi efektif untuk menyusun modul pelatihan yang dapat diadaptasi untuk deteksi dini masalah gizi dan stunting.
10	Empowering Community Health Volunteers in Indonesia's 3T Regions	Tampake et al.	2022	Kualitatif pemberdayaan relawan komunitas	Pemberdayaan relawan meningkatkan kapasitas deteksi dan pelayanan dasar; kendala logistik dan dukungan institusional masih ada.	Penguatan relawan komunitas efektif untuk menjangkau wilayah terpencil, tetapi memerlukan dukungan institusional berkelanjutan.

4 PEMBAHASAN

Sintesis dari 10 jurnal terpilih menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat merupakan elemen penting dalam strategi nasional untuk mempercepat pengurangan stunting.

Peningkatan Kapasitas Kader

Keefektifan pemberdayaan sangat bergantung pada kualitas sumber daya manusia. Widiyarti dkk. (2025) dan Suarayasa dkk. (2024) berpendapat bahwa "pemberdayaan" sering disalahpahami hanya sebagai pemberian tugas. Pemberdayaan sejati membutuhkan kompetensi. Temuan menunjukkan bahwa ketika kader dilatih dengan modul terstruktur dan alat bantu audiovisual (Suprpto dkk., 2024), kemampuan mereka untuk mendeteksi stunting meningkat, yang secara langsung berdampak pada keberhasilan intervensi dini.

Kearifan dan Sumber Daya Lokal

Terjadi pergeseran dari ketergantungan pusat ke ketergantungan lokal. Munawarah dkk. (2023) membuktikan bahwa makanan yang disiapkan masyarakat menggunakan bahan-bahan lokal efektif. Model pemberdayaan ini memastikan keberlanjutan, karena masyarakat tidak bergantung pada suplemen buatan luar.

Integrasi Kebijakan Desa

Peran tata kelola desa sangat penting. Izzuddin & Widiyarta (2024) dan Beatty et al. (2024) menyoroti bahwa pemberdayaan masyarakat harus diinstitutionalisasi melalui Dana Desa. Ketika masyarakat diberdayakan untuk menganggarkan prioritas kesehatan mereka sendiri (sanitasi dan gizi), pengurangan stunting akan lebih signifikan dibandingkan dengan program top-down.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberdayaan masyarakat efektif dalam mencegah stunting ketika melampaui pendidikan kesehatan dasar dan mencakup peningkatan keterampilan teknis dan pengelolaan sumber daya masyarakat. Model pemberdayaan yang paling efektif meliputi : (1) pelatihan berbasis kompetensi yang terstandarisasi untuk kader kesehatan masyarakat guna memastikan pemantauan pertumbuhan yang akurat dan deteksi dini masalah gizi, (2) pemanfaatan sumber daya pangan lokal untuk program pemberian makanan tambahan guna meningkatkan kecukupan gizi secara berkelanjutan dan sesuai budaya, dan (3) integrasi inisiatif

pemberdayaan dengan alokasi anggaran tingkat desa, khususnya untuk peningkatan sanitasi dan kesehatan lingkungan.

Lebih lanjut, penguatan dukungan kelembagaan dan mekanisme tata kelola sangat penting untuk memastikan keberlanjutan dan skalabilitas intervensi berbasis masyarakat. Oleh karena itu, direkomendasikan agar kebijakan di masa mendatang mewajibkan sertifikasi formal bagi kader Posyandu untuk menjamin kualitas dan keandalan pengukuran antropometri, meningkatkan akuntabilitas, dan mendukung efektivitas jangka panjang program pencegahan stunting.

6. REFERENSI

- Beatty, A., Borkum, E., Leith, W., Null, C., & Suriastini, W. (2024). A cluster-randomized controlled trial of a community-based initiative to reduce stunting in rural Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*, 20(1), e13593. <https://doi.org/10.1111/mcn.13593>
- Bridge, R., & Lin, T. K. (2024). Evidence on the impact of community health workers in the prevention, identification, and management of malnutrition. *Conflict and Health*, 18(1), 16. <https://doi.org/10.1186/s13031-024-00570-0>
- Izzuddin, P. R., & Widiyarta, A. (2024). Strategi pemerintah desa dalam upaya percepatan penurunan stunting di Desa Sruni. *NeoRespublica: Jurnal Ilmu Pemerintahan*, 5(2), 971–986.
- Munawarah, M., Rahman, N., & Putri, D.A. (2023). Effectiveness of local supplementary feeding in preventing stunting. *Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics*, 11(2), 85–94.
- Suprpto, S., Wahyuni, R., & Sari, N.L. (2024). Health education lecture method to improve knowledge of integrated health post (Posyandu) cadres on stunting prevention. *Sandi Husada Health Science Journal*, 13(1), 1–8.
- Surjaningrum, E.R., Leonardi, T., & Mujahadah, H. (2023). Delphi study to develop training materials to detect maternal mental disorders. *Journal of Public Health Research*, 12(2), 22799036231156310.

<https://doi.org/10.1177/22799036231156310>

- Suarayasa, K., Tiara, A.N., & Kalebbi, A. (2024). Empowering Posyandu cadres in preventing stunting. *Indonesian Health Promotion Publication Media*, 7(5), 1351–1358.
- Tampake, R., Arianty, R., Mangundap, S.A., & Ra'bung, A.S. (2022). Empowering community health volunteers in the 3T regions of Indonesia. *Journal of Qualitative Research and Health Promotion*, 4(1), 45–56.
- Tiara, A., & Tarigan, A.A. (2025). Effectiveness of community-based nutrition interventions in preventing stunting. *International Journal of Health Sciences*, 2(1), 12–20.
- Widiasih, R., Suryani, D., & Kurniawan, T. (2025). Evaluating the knowledge, roles, and skills of health cadres in stunting prevention: A mixed-methods study. *Belitung Nursing Journal*, 11(1), 45–54.