



PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERDAYAAN MASYARAKAT : KAJIAN LITERATUR DI KABUPATEN TAPANULI SELATAN

Darman Syah Pulungan¹⁾, Irman Puansah²⁾, Rahmat Fauzi Siregar³⁾, Riski Baroroh⁴⁾

^{1,2)}Fakultas Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan

³⁾Fakultas Saintek, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan

⁴⁾Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan

e-mail: darmansyah.pulungan@um-tapsel.ac.id

Abstrak

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi fokus pembangunan nasional. Kabupaten Tapanuli Selatan termasuk daerah dengan prevalensi stunting yang memerlukan penanganan multisektoral melalui pendekatan pemberdayaan masyarakat. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji literatur terkait pencegahan stunting melalui pemberdayaan masyarakat serta menganalisis relevansinya dengan kondisi di Kabupaten Tapanuli Selatan. Kajian dilakukan dengan menelaah jurnal, laporan resmi pemerintah, dan dokumen organisasi internasional. Hasil kajian menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan pemahaman gizi, perilaku kesehatan ibu dan anak, serta kualitas pelayanan posyandu. Implementasi program pencegahan stunting di Tapanuli Selatan perlu memperkuat partisipasi masyarakat, kolaborasi lintas sektor, dan edukasi berkelanjutan.

Kata Kunci : *Pencegahan, Stunting, Pemberdayaan Masyarakat*

Abstract

Stunting is a public health issue that remains a focus of national development. South Tapanuli Regency is among the areas with a high prevalence of stunting, requiring multisectoral interventions through a community empowerment approach. This article aims to review the literature related to stunting prevention through community empowerment and analyze its relevance to conditions in South Tapanuli Regency. The review was conducted by examining journals, official government reports, and international organization documents. The results indicate that community empowerment is an effective strategy for improving nutritional understanding, maternal and child health behaviors, and the quality of integrated health post (Posyandu) services. Implementation of stunting prevention programs in South Tapanuli requires strengthening community participation, cross-sector collaboration, and ongoing education.

Keywords : *Prevention, Stunting, Community Empowerment*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia, termasuk di Kabupaten Tapanuli Selatan. Stunting tidak hanya berkaitan dengan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, tetapi juga berdampak pada perkembangan kognitif, tingkat pendidikan, produktivitas ekonomi, serta kualitas sumber daya manusia di masa depan. Oleh karena itu, penurunan prevalensi stunting menjadi fokus utama pemerintah sebagaimana ditegaskan dalam *Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting*, yang menekankan pentingnya intervensi konvergensi secara multisektor dan berbasis masyarakat.

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2021), stunting terjadi akibat akumulasi kekurangan gizi dalam waktu lama, yang disebabkan oleh pola makan tidak bergizi seimbang, sanitasi buruk, rendahnya pengetahuan pengasuhan, serta akses layanan kesehatan yang terbatas. Faktor lain yang berperan adalah berat badan lahir rendah (BBLR), kurangnya konsumsi makanan kaya protein hewani, dan ketidakcukupan

suplementasi zat gizi mikro seperti zat besi, zinc, dan vitamin A.

Stunting pada balita merupakan permasalahan multidimensional yang tidak hanya disebabkan oleh kekurangan gizi, tetapi juga dipengaruhi oleh interaksi faktor sosial, budaya, ekonomi, dan kelembagaan masyarakat. Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang tidak tepat menjadi faktor dominan penyebab stunting, terutama terkait praktik pemberian makan seperti penyapihan dini, pemberian makanan padat sebelum usia 6 bulan, dan pemberian MP-ASI yang tidak memenuhi kebutuhan mikronutrien balita. Kurangnya pengetahuan ibu tentang prinsip gizi seimbang menyebabkan kualitas asupan anak tidak memadai, sehingga berpengaruh langsung pada proses pertumbuhan dan perkembangan mereka.(Harahap, 2025)

METODE PENELITIAN

Metodologi yang digunakan dalam jurnal ini merupakan pendekatan kualitatif ,Penelitian tidak melakukan pengumpulan data lapangan secara langsung, tetapi mengandalkan data sekunder dari berbagai sumber laporan pemeritah, buku serta artikel dan

literatur akademik, metodologi penelitian ini dapat disimpulkan sebagai kombinasi antara kajian literatur, analisis data sekunder, menghasilkan pemahaman komprehensif mengenai fenomena yang sedang diteliti. (Pulungan et al., 2025)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberdayaan Masyarakat Sebagai Strategi pencegahan Stunting

Pemberdayaan masyarakat merupakan salah satu pendekatan paling efektif dalam upaya pencegahan stunting karena mampu meningkatkan kapasitas individu dan komunitas untuk berperilaku sehat, memenuhi kebutuhan gizi, dan memanfaatkan layanan kesehatan dasar secara optimal. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa ketika masyarakat diberi pengetahuan, keterampilan, dan peran dalam program kesehatan, kemampuan mereka untuk mencegah stunting meningkat secara signifikan. pemberdayaan melalui pelatihan kader dan edukasi gizi terbukti meningkatkan kemampuan keluarga dalam memahami faktor risiko stunting serta praktik perawatan anak yang lebih baik. (Adistie et al., 2020).

Di tingkat lokal, peran kader posyandu menjadi inti dari pemberdayaan masyarakat di desa. Kader tidak hanya menjadi penyampai informasi tetapi juga penggerak perubahan perilaku keluarga. posyandu yang aktif dan didukung oleh kader terlatih mampu meningkatkan cakupan penimbangan balita, pemberian makanan tambahan, dan edukasi langsung kepada ibu. Hal ini berdampak pada meningkatnya kemampuan orang tua mendeteksi masalah gizi lebih awal. . (Widayanti & Rahayu, 2021)

Secara keseluruhan, kajian literatur memperlihatkan bahwa pemberdayaan masyarakat merupakan faktor kunci pencegahan stunting karena menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan, meningkatkan pemanfaatan layanan kesehatan, memperkuat peran kader, serta menumbuhkan kesadaran kolektif mengenai pentingnya gizi dan kesehatan anak. Dengan kata lain, pencegahan stunting akan lebih efektif apabila masyarakat diberikan ruang untuk berpartisipasi aktif, diberi edukasi, dan dilibatkan secara langsung dalam seluruh tahapan program kesehatan.

Edukasi Gizi Berbasis Komunitas Mampu Mengubah Perilaku

Edukasi gizi berbasis komunitas merupakan salah satu strategi paling efektif dalam mengubah perilaku kesehatan masyarakat, terutama dalam pencegahan stunting. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan secara langsung di tingkat komunitas, seperti melalui posyandu, kelas ibu hamil, kelompok dasawisma, dan forum kesehatan desa, mampu meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat dalam pemenuhan gizi anak. edukasi yang diberikan secara berkelanjutan mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai kebutuhan gizi balita, termasuk pentingnya ASI eksklusif, waktu pemberian MPASI yang tepat, serta komposisi makanan yang seimbang. Astuti & Purwaningsih, 2017).

Pemahaman Masyarakat tentang pencegahan stunting juga masih rendah pada laporan nasional yang menyebutkan bahwa kurangnya pemahaman mengenai 1.000 HPK menyebabkan tingginya risiko stunting di berbagai daerah, termasuk Tapanuli Selatan (Pusdatin Kemenkes RI, 2020).

Dalam konteks lokal, edukasi gizi berbasis komunitas juga harus mempertimbangkan budaya dan kebiasaan masyarakat. menunjukkan bahwa partisipasi tokoh adat dan tokoh agama dalam mendukung edukasi gizi membuat pesan kesehatan lebih mudah diterima masyarakat. Oleh karena itu, pendekatan edukasi berbasis komunitas menjadi kunci penting dalam mengubah perilaku keluarga, memperbaiki pola asuh, meningkatkan konsumsi makanan sehat, dan pada akhirnya menurunkan risiko stunting. (Salim & Effendi, 2022)

Posyandu sebagai Basis Pencegahan Stunting di Tingkat Desa

Kegiatan posyandu juga mampu mendorong peningkatan kesadaran ibu terhadap pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak. deteksi dini yang dilakukan di posyandu berperan penting dalam mencegah stunting karena masalah gizi dapat segera ditangani sebelum menjadi kronis. (Ni'mah & Nadhiroh 2015)

Posyandu juga menjadi ruang pemberdayaan masyarakat di tingkat desa. Melalui kegiatan rutin posyandu, masyarakat terlibat langsung dalam pemantauan tumbuh kembang anak,

diskusi kesehatan, serta berbagai program sosial yang mendukung keluarga sadar gizi. Studi menunjukkan bahwa posyandu yang mengintegrasikan edukasi gizi dengan penyuluhan keluarga berisiko dapat meningkatkan perubahan perilaku dalam pemenuhan makanan bergizi dan pola asuh anak.(Hitman et al,2021)

Hambatan dalam Implementasi Pemberdayaan Masyarakat

Beberapa hambatan ditemukan dalam literatur, seperti:

1. rendahnya tingkat pendidikan keluarga
2. kepercayaan budaya bahwa stunting adalah faktor keturunan
3. keterbatasan fasilitas posyandu
4. pelatihan kader yang belum merata

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur, dapat disimpulkan bahwa pemberdayaan masyarakat merupakan faktor kunci dalam upaya pencegahan stunting di Kabupaten Tapanuli Selatan. Upaya pencegahan yang melibatkan masyarakat secara aktif terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan

perilaku keluarga dalam menjaga kesehatan dan gizi anak. Edukasi gizi berbasis komunitas, melalui posyandu, kader kesehatan, kelas ibu hamil, serta forum desa, memainkan peran sentral dalam membentuk perilaku positif, seperti pemberian ASI eksklusif, penyediaan MPASI berkualitas, kebiasaan hidup bersih, dan pemanfaatan layanan kesehatan.

Posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan desa menjadi basis utama pencegahan stunting karena menyediakan pemantauan pertumbuhan, imunisasi, penyuluhan gizi, dan pemberian makanan tambahan. Keberhasilan posyandu sangat dipengaruhi oleh kompetensi kader serta partisipasi masyarakat. Desa yang memiliki kader aktif dan dukungan pemerintah desa cenderung menunjukkan angka stunting yang lebih rendah. Secara keseluruhan, keberhasilan pencegahan stunting di Kabupaten Tapanuli Selatan sangat ditentukan oleh penguatan kapasitas masyarakat, dukungan sistem kesehatan desa, keberlanjutan edukasi, serta sinergi berbagai sektor. Pemberdayaan masyarakat yang dilakukan secara terstruktur dan konsisten menjadi

fondasi utama untuk menurunkan prevalensi stunting dan mewujudkan generasi yang lebih sehat dan berkualitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adistie, F., Belinda, V., Lumbantobing, M., Nur, N., & Maryam, A. (2020). Pemberdayaan kader kesehatan dalam deteksi dini stunting dan stimulasi tumbuh kembang anak. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 1(2), 173–184.
- Astuti, F. P., & Purwaningsih, H. (2017). Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang stunting dan gizi balita. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 19–24.
- Harahap, F. S. , G. N. , N. N. , S. E. M. , P. D. S. , B. R. , F. F. , & S. B. S. (2025). *EKSAKTA : Jurnal Penelitian dan Pembelajaran MIPA* | 128 (Vol. 10, Issue 1).
- Hitman, R., et al. (2021). Penyuluhan pencegahan stunting pada anak. *Community Development Journal*, 2(3), 624–628.
- Ni'mah, K., & Nadhiroh, S. R. (2015). Faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Media Gizi Indonesia*, 10(1), 1–10.
- Pulungan, D., Tri, B., Adi, S., Sukmana, O., Salviana, V., Soedarwo, D., Sosial, J. I., & Humaniora, D. (2025). *Membangun Kesenjangan: Kajian Partisipasi Perempuan dalam Pembangunan di Sumatera Utara dengan Pendekatan Kritis*. http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/muqoddi_mah347
- Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. (2020). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*.
- Salim, I. N., & Effendi, B. (2022). Pelatihan UMKM dan pemberdayaan masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3), 222–226.
- Widayanti, S., & Rahayu, S. (2021). Peran posyandu dalam pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 55–63.