

PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU DALAM EDUKASI GIZI SEIMBANG DI DESA SUMBUL TAHUN 2026

EMPOWERMENT OF POSYANDU CADRES IN BALANCED NUTRITION EDUCATION IN SUMBUL VILLAGE, 2026

Rianita Siagian¹, Rizka Sititah Rambe², Rio Jenita Sipayung³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Arta Kabanjahe

Email : rianitasiagian14@gmail.com

Article History:

Received: Mei 10 2026;

Revised: Mei 18, 2026;

Accepted: Mei 27, 2026;

Online Available: Mei 30, 2026;

Published: Mei 30, 2026;

Keywords: Health Volunteers, Integrated Health Posts (Posyandu), Balanced Nutrition

Abstract: Data from the 2023 Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI) indicates that the stunting prevalence in Indonesia stands at 21.5%, a figure far from the national target of reducing stunting to 14% by 2025, as outlined in the National Medium-Term Development Plan (RPJMN). Posyandu (Integrated Health Posts) serve as the frontline of public health services, particularly in efforts to reduce stunting rates. Empowering Posyandu cadres is a strategic approach to enhancing the quality of public health services, specifically regarding balanced nutrition. These cadres act as agents of change within the community, tasked with providing information, education, and support to mothers. The concept of empowerment emphasizes enhancing the capacity of individuals, communities, and organizations to take control of their own lives. This community service initiative aimed to assess the empowerment of Posyandu cadres regarding balanced nutrition education in Sumbul Village. Implementation involved conducting outreach and counseling sessions for the local community, with active participation from community leaders and residents. The results demonstrated success in improving the knowledge and skills of both cadres and mothers regarding stunting prevention through balanced nutrition education. Improvements were observed in knowledge levels, child-feeding behaviors, and community participation in Posyandu activities. The initiative highlights that empowering cadres and mothers is an effective strategy to support community-based efforts to reduce stunting.

Abstrak

Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,5%, yang berarti masih jauh dari target penurunan 59 stunting nasional sebesar 14% pada tahun 2025 sesuai dengan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN).

Posyandu merupakan garda terdepan dalam pelayanan kesehatan masyarakat, khususnya dalam upaya penurunan angka stunting. Pemberdayaan kader Posyandu merupakan upaya strategis untuk meningkatkan kualitas

* Rianita Siagian, rianitasiagian14@gmail.com

pelayanan kesehatan masyarakat, khususnya dalam konteks gizi seimbang. Kader Posyandu berperan sebagai agen perubahan di tingkat masyarakat, yang bertugas memberikan informasi, edukasi, dan dukungan kepada para ibu. Konsep pemberdayaan menekankan pada peningkatan kapasitas individu, komunitas, dan organisasi untuk mengendalikan kehidupan mereka sendiri. Kegiatan Pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui pemberdayaan kader posyandu dalam edukasi gizi seimbang di desa Sumbul. Metode pelaksanaan berupa penyuluhan dan konseling kepada masyarakat di wilayah posyandu, dengan partisipasi aktif dari tokoh masyarakat dan warga. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader serta ibu dalam pencegahan stunting melalui edukasi gizi seimbang. Terjadi peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku pemberian makan anak, serta peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pemberdayaan kader dan ibu merupakan strategi efektif untuk mendukung upaya penurunan stunting berbasis komunitas.

Kata Kunci: Kader, Posyandu, Gizi Seimbang

1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling mendesak di Indonesia. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam waktu lama, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan di bawah standar usianya, serta berisiko mengalami gangguan perkembangan kognitif, penurunan imunitas, dan produktivitas rendah di masa dewasa (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,5%, yang berarti masih jauh dari target penurunan 59 stunting nasional sebesar 14% pada tahun 2025 sesuai dengan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN). Meskipun terjadi tren penurunan dari tahun-tahun sebelumnya, angka tersebut tetap mengindikasikan adanya tantangan serius dalam penanganan gizi di tingkat masyarakat, terutama daerah desa Sumbul kabupaten karo

Stunting disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik secara langsung maupun tidak langsung (Tomi Jepisa, 2023). Faktor langsung meliputi kurangnya asupan gizi dan infeksi berulang, sedangkan faktor tidak langsung meliputi pola asuh yang kurang tepat, rendahnya pengetahuan gizi ibu, keterbatasan akses pelayanan kesehatan, sanitasi yang buruk, serta rendahnya peran kader Posyandu dalam memantau tumbuh kembang anak. Dalam konteks ini, upaya pencegahan stunting tidak cukup hanya dilakukan melalui intervensi medis, tetapi juga memerlukan pendekatan edukatif dan pemberdayaan masyarakat (Maghfiroh, Utami, & Saputri, 2024)

Posyandu merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan dasar yang memiliki potensi besar dalam upaya pencegahan stunting (Latip & Malahayati, 2024). Kader Posyandu merupakan garda terdepan dalam pelayanan kesehatan masyarakat, khususnya dalam upaya penurunan angka stunting. Mereka memiliki peran penting dalam memberikan edukasi, konseling, dan pendampingan kepada para ibu. Namun, seringkali kader Posyandu menghadapi keterbatasan pengetahuan dan akses informasi yang memadai terkait gizi, khususnya informasi yang terbaru dan berbasis bukti. Hal ini dapat menghambat efektivitas mereka dalam memberikan pelayanan yang optimal kepada masyarakat. Keterbatasan ini meliputi kurangnya pemahaman tentang prinsip gizi seimbang serta informasi tentang makanan yang aman dan sesuai untuk usi.

Berdasarkan uraian diatas, perlu dilakukan upaya memberdayakan kader posyandu dengan upaya meningkatkan pengetahuan kader tentang gizi seimbang dan upaya menurunkan stunting dalam jangka panjang. Meningkatkan kualitas sumber daya manusia terutama kader yang merupakan perpanjangan tangan posyandu dan puskesmas untuk memutus rantai stunting, sehingga dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan memberikan memberdayakan kader posyandu terpilih (Indraswari & Kusumawati, 2018).

2. TINJAUAN PUSTAKA

Pemberdayaan kader Posyandu merupakan upaya strategis untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan masyarakat, khususnya dalam konteks gizi seimbang. Kader Posyandu berperan sebagai agen perubahan di tingkat masyarakat, yang bertugas memberikan informasi, edukasi, dan dukungan kepada para ibu. Konsep pemberdayaan menekankan pada peningkatan kapasitas individu, komunitas, dan organisasi untuk mengendalikan kehidupan mereka sendiri. Dalam konteks ini, pemberdayaan kader Posyandu melibatkan peningkatan pengetahuan, keterampilan, kepercayaan diri, dan akses terhadap sumber daya yang dibutuhkan untuk menjalankan tugasnya secara efektif.

Teori pemberdayaan yang relevan dalam konteks ini adalah teori pemberdayaan psikologis, yang menekankan pada pentingnya peningkatan rasa percaya diri, kontrol diri, dan motivasi internal. Kader Posyandu yang merasa memiliki kemampuan dan kontrol terhadap pekerjaannya akan lebih termotivasi untuk memberikan pelayanan yang terbaik kepada masyarakat. Selain itu, teori pemberdayaan struktural juga relevan, yang menekankan pada

pentingnya akses terhadap sumber daya, informasi, dan dukungan dari pihak lain, seperti pemerintah, organisasi masyarakat, dan tenaga Kesehatan

Prinsip gizi seimbang sangat penting untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal. Gizi seimbang yang berkualitas harus memenuhi prinsip 4T, yaitu: tepat waktu (diberikan pada usia yang tepat), tepat jumlah (sesuai dengan kebutuhan bayi), tepat jenis (mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan), dan tepat cara (disiapkan dan diberikan dengan cara yang higienis). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian gizi seimbang berkualitas meliputi: pengetahuan dan sikap ibu tentang gizi, ketersediaan bahan makanan yang bergizi, kondisi ekonomi keluarga, dukungan dari keluarga dan masyarakat, serta akses terhadap informasi dan layanan kesehatan.

Teknologi informasi, khususnya sistem informasi, memiliki peran yang sangat penting dalam peningkatan kapasitas kader Posyandu. Sistem informasi dapat digunakan untuk menyediakan informasi gizi yang relevan, akurat, dan mudah diakses oleh kader. Sistem informasi juga dapat digunakan untuk memfasilitasi komunikasi antara kader, para ibu, dan tenaga kesehatan. Beberapa contoh sistem informasi yang dapat digunakan adalah aplikasi mobile, website, dan platform digital lainnya yang berisi informasi tentang gizi seimbang, serta alat bantu untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan efektivitas pemberdayaan kader Posyandu dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan masyarakat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pelatihan dan pendampingan yang intensif dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader tentang gizi. Penelitian lain menunjukkan bahwa penggunaan media informasi, seperti leaflet, poster, dan video, dapat meningkatkan efektivitas edukasi gizi kepada ibu. Selain itu, beberapa penelitian telah mengevaluasi efektivitas sistem informasi dalam meningkatkan efisiensi kerja kader dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh (Intan et al., 2023) menyoroti pentingnya literasi tentang stunting pada anak usia dini. Penelitian ini menggaris bawahi peran penting pendidik dan orang tua dalam memberikan pemahaman yang tepat tentang gizi dan pencegahan stunting pada anak-anak. Hal ini sejalan dengan upaya pemberdayaan kader Posyandu, yang juga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang gizi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat peningkatan pengetahuan kader Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukatif dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi praktik sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta.

Selain peningkatan pengetahuan, keterampilan kader Posyandu juga mengalami kemajuan pesat. Sebelum kegiatan, kader yang mampu melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan anak dengan benar. Setelah pelatihan dan pendampingan. Kader juga lebih terampil dalam mengisi KMS dan menafsirkan status gizi seimbang.

Dari sisi perilaku ibu balita, terdapat perubahan positif dalam praktik pemberian makan dan kebersihan diri anak. Sebanyak 75% ibu mulai menambahkan sumber protein hewani seperti telur, ikan, atau ayam dalam menu anak setiap hari. Sebelumnya hanya sekitar 30% yang melakukannya. Selain itu, 70% ibu kini telah menerapkan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun sebelum memberi makan anak, dibandingkan hanya 35% sebelum intervensi.

Partisipasi masyarakat dalam kegiatan Posyandu juga meningkat signifikan. Jumlah kehadiran ibu balita dalam kegiatan Posyandu bertambah dari rata-rata 20–25 orang menjadi lebih dari 40 orang per kegiatan. Hal ini menunjukkan meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak dan pencegahan stunting

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu membuktikan bahwa pendekatan pelatihan partisipatif berbasis praktik langsung efektif dalam membangun kapasitas kader di tingkat komunitas. Hal ini sejalan dengan penelitian Sari et al. (2021) yang menunjukkan bahwa pelatihan dengan metode simulasi meningkatkan kemampuan kader dalam pengukuran antropometri hingga 85%.

Kegiatan ini juga membuktikan pentingnya kolaborasi lintas sektor, melibatkan perguruan tinggi, Puskesmas, dan pemerintah desa. Menurut WHO (2021), pendekatan pemberdayaan masyarakat (community empowerment) merupakan strategi efektif untuk mengubah perilaku kesehatan jangka panjang karena menumbuhkan rasa kepemilikan (sense of ownership) dan tanggung jawab masyarakat terhadap kesehatannya sendiri

Kegiatan pengabdian masyarakat di Posyandu berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader serta ibu dalam pencegahan stunting melalui edukasi gizi seimbang. Terjadi peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku pemberian makan anak, serta peningkatan

partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pemberdayaan kader dan ibu merupakan strategi efektif untuk mendukung upaya penurunan stunting berbasis komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2022). Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting 2022–2024. Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- Indraswari, R., & Kusumawati, A. (2018). Gambaran pengetahuan kader kesehatan mengenai gizi ibu hamil. *Jurnal Promkes* Vol, 6(2), 201–212
- Intan, M. S., dkk. (2023). Pemberdayaan kader posyandu melalui sistem informasi gizi komplementer. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia*, 4(3), 148–154
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting 2021–2024. Jakarta: Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2023. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. [https://upk.kemkes.go.id/new/kementerian kesehatan-rilis-hasil-surveistatus-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2022](https://upk.kemkes.go.id/new/kementerian%20kesehatan-rilis-hasil-surveistatus-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2022)
- Latip, Latip, & Malahayati, Malahayati. (2024). Peran Masyarakat Dalam Upaya Mencegah Stunting: Studi Kasus Di Kampung Keluarga Berkualitas (KB) Kelurahan Laksamana. *Jurnal Pesat: Jurnal Pengabdian Masyarakat STIA LK*, 3(1), 156–161. Retrieved from <http://ejournal.stia-lk-dumai.ac.id/index.php/>
- Maghfiroh, Khoirin, Utami, Cahyaning Rini, & Saputri, Romadhiyana Kisno. (2024). Penerapan PMT Berbasis Bahan Herbal dalam Meningkatkan Pengetahuan Kader Posyandu Stunting di Desa Lemahbang Pasrepan Pasuruan. 5(4), 1143–1157.
- Sari, W., Nurhayati, & Handayani, T. (2021). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Anak. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 25–33.
- Tomi Jepisa, Linda Wati. (2023). Faktor Yang Beresiko Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(8), 96. Retrieved from <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- WHO. (2021). Community Empowerment for Health Promotion and Stunting Prevention. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2021). Community Empowerment for Health Promotion and Stunting Prevention. Geneva: World Health Organization.