



# Tinjauan Efektivitas Intervensi Gizi terhadap Stunting dan Masalah Gizi pada Anak Balita

Jusliani <sup>1,\*</sup>, Syahril Syamsuddin <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi S1 Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Budi Mulia, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi DIII Fisioterapi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Budi Mulia, Indonesia

\* Email (Corresponding author): [juslianaana@gmail.com](mailto:juslianaana@gmail.com)

## Abstrak

Penanganan malnutrisi pada anak-anak di bawah usia lima tahun merupakan tantangan kompleks yang memerlukan intervensi multisektoral. Penelitian ini meninjau efektivitas berbagai intervensi gizi dan kesehatan, baik berbasis individu maupun komunitas, yang bertujuan mengurangi stunting dan masalah gizi terkait di negara-negara berpenghasilan rendah. Hasil menunjukkan bahwa intervensi berbasis ibu, seperti promosi, edukasi, dan dukungan menyusui, secara signifikan meningkatkan pertumbuhan dan praktik pemberian makan bayi. Suplementasi dengan mikronutrien dan makronutrien terbukti efektif dalam meningkatkan berat lahir dan mengurangi risiko anemia. Namun, intervensi seperti edukasi kesehatan dan promosi kebun rumah tangga, meskipun berhasil meningkatkan indikator perilaku kesehatan, tidak secara signifikan mengurangi stunting dalam jangka pendek. Kolaborasi antara kementerian dan lembaga, serta pendekatan multisektoral, merupakan kunci untuk mencapai penurunan prevalensi stunting yang signifikan. Temuan ini menyarankan perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi mekanisme biologis, efektivitas jangka panjang, dan integrasi intervensi di berbagai konteks.

**Kata kunci:** Stunting, intervensi gizi, malnutrisi anak, pendekatan multisektoral, kesehatan

## 1. Pendahuluan

Stunting, yang merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, telah menjadi perhatian global karena dampaknya yang luas terhadap kesehatan dan kesejahteraan generasi mendatang. Data menunjukkan bahwa stunting tidak hanya menghambat pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh pada perkembangan otak dan kemampuan kognitif anak. Anak-anak yang mengalami stunting cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih rendah dan kesulitan dalam bersosialisasi, yang pada akhirnya dapat memengaruhi produktivitas mereka di masa dewasa (Nuryuda, 2024). Selain itu, stunting meningkatkan risiko terkena penyakit kronis seperti diabetes dan penyakit jantung, yang dapat mengurangi harapan hidup dan meningkatkan beban ekonomi bagi masyarakat (Firdaus, 2024).

Penyebab stunting sangat kompleks dan melibatkan berbagai faktor seperti kemiskinan, ketidakamanan pangan, kurangnya akses terhadap layanan kesehatan, serta praktik pemberian makan yang tidak memadai. Dalam banyak kasus, stunting sering kali terjadi pada keluarga yang hidup di bawah garis kemiskinan, di mana akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan dasar sangat terbatas (Agri et al., 2024). Selain itu,

---

kurangnya edukasi tentang pentingnya gizi bagi ibu hamil dan anak-anak juga menjadi faktor utama yang memperburuk kondisi ini (Hadriyati et al., 2024). Dengan demikian, strategi untuk mengatasi stunting harus mencakup pendekatan yang holistik, mencakup perbaikan gizi, peningkatan akses terhadap layanan kesehatan, penyediaan air bersih dan sanitasi, serta peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi dalam 1000 hari pertama kehidupan anak (Khasanah et al., 2023).

Intervensi pemerintah dan organisasi internasional dalam menanggulangi stunting juga sangat penting. Beberapa negara telah berhasil menurunkan angka stunting melalui program-program seperti pemberian suplemen gizi, kampanye edukasi masyarakat, serta peningkatan layanan kesehatan ibu dan anak (Istiqomah et al., 2024). Namun, upaya ini memerlukan komitmen jangka panjang dan investasi yang signifikan, baik dari sisi keuangan maupun sumber daya manusia (Widya et al., 2023). Di Indonesia, misalnya, pemerintah telah menetapkan target penurunan angka stunting sebagai salah satu prioritas nasional dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Upaya ini mencakup berbagai inisiatif seperti pemberian makanan tambahan, perbaikan sanitasi, serta peningkatan kualitas layanan kesehatan di tingkat lokal (Khasanah et al., 2023).

Dalam menghadapi tantangan stunting, keterlibatan semua pihak sangat diperlukan. Pemerintah, sektor swasta, lembaga non-pemerintah, dan masyarakat harus bekerja sama dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat (Purnomo et al., 2023). Penelitian terus menunjukkan bahwa intervensi yang tepat dan terkoordinasi dapat secara signifikan mengurangi prevalensi stunting, meningkatkan kualitas hidup anak-anak, dan pada akhirnya, mendorong kemajuan sosial dan ekonomi suatu negara (Dekasari et al., 2024). Oleh karena itu, upaya untuk mengatasi stunting harus terus ditingkatkan dan diprioritaskan dalam agenda pembangunan nasional dan global.

## **2. Metodologi Penelitian**

Metodologi penelitian dalam studi ini mencakup desain kuasi-eksperimental untuk menilai dampak intervensi terhadap stunting dan status gizi anak, survei rumah tangga untuk mengamati perubahan perilaku dan hasil gizi, serta studi kohort retrospektif untuk mengevaluasi efek suplemen gizi. Tinjauan sistematis juga digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis bukti dari berbagai studi tentang intervensi yang berfokus pada ibu dan pendekatan nutrisi terpadu. Metodologi ini membantu dalam mengidentifikasi intervensi yang efektif dan faktor yang mempengaruhi hasil gizi serta pertumbuhan anak di berbagai konteks.

## **3. Hasil dan Pembahasan**

Penelitian oleh Mohammad et al. (2022) menunjukkan bahwa suplemen lipid-based multiple micronutrient (LNS-PLW) memiliki efektivitas dalam meningkatkan berat lahir, usia gestasi, lingkaran kepala, dan panjang bayi baru lahir pada wanita hamil dengan pre-eklampsia yang kekurangan berat badan. Temuan ini mengindikasikan potensi LNS-PLW sebagai intervensi untuk memperbaiki hasil kelahiran di negara-negara berkembang. Namun, penelitian ini dilakukan hanya di satu wilayah Pakistan, sehingga studi lanjutan di berbagai setting diperlukan untuk memastikan generalisasi hasil. Penelitian ini juga membuka peluang untuk integrasi LNS-PLW dalam pedoman klinis serta mendorong penelitian lebih lanjut mengenai efek jangka panjang dan mekanisme biologisnya. Selain

---

itu, penelitian mendatang disarankan untuk mempertimbangkan faktor tambahan seperti status sosial ekonomi dan komplikasi kehamilan.

Studi oleh Mosshananza & Pramazuly (2024) menggarisbawahi pentingnya kolaborasi antar kementerian dan lembaga pemerintah dalam menangani stunting di Indonesia. Kolaborasi ini telah memberikan dampak positif terhadap penurunan angka stunting, namun untuk mencapai target "zero stunting," diperlukan pengembangan lebih lanjut yang melibatkan peran organisasi non-pemerintah, komunitas, dan masyarakat. Collaborative governance yang melibatkan semua pemangku kepentingan dianggap krusial dalam penanganan stunting yang efektif di Indonesia. Dengan demikian, koordinasi dan kolaborasi yang baik antara berbagai pihak terkait menjadi elemen penting dalam mengatasi masalah stunting.

Penelitian Das et al. (2018) menunjukkan bahwa suplemen gizi berbasis lemak (LNS) lebih unggul dibandingkan suplemen besi folat (IFA) dalam meningkatkan berat badan ibu hamil, mengurangi risiko anemia, dan meningkatkan berat lahir bayi. Namun, LNS tidak menunjukkan perbedaan signifikan dibandingkan IFA dalam aspek lain seperti angka kematian ibu, efek samping, dan angka kematian bayi baru lahir. Hasil ini mendukung penggunaan LNS sebagai alternatif untuk meningkatkan hasil kehamilan di negara berpenghasilan rendah dan menengah, meskipun variasi dalam komposisi LNS dan kurangnya data perkembangan anak memerlukan penelitian lanjutan.

Adu-Afarwuah et al. (2016) menemukan bahwa pencegahan stunting membutuhkan perbaikan lingkungan dan peningkatan asupan nutrisi selama periode prenatal. Studi ini menunjukkan bahwa perilaku higiene sanitasi yang buruk meningkatkan risiko stunting, sementara nutrisi yang baik, termasuk penggunaan suplemen zat besi folat (IFA) dan suplemen gizi berbasis lemak (LNS), dapat membantu mencegahnya. Penelitian ini menekankan pentingnya edukasi dan akses ke layanan kesehatan di daerah terpencil sebagai upaya pencegahan stunting, meskipun diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memperkuat temuan ini.

Sementara itu, Ahmed et al. (2023) menyimpulkan bahwa intervensi untuk meningkatkan status gizi anak di Ethiopia memiliki hasil yang bervariasi. Beberapa intervensi, seperti komunikasi perubahan perilaku dan suplementasi mikronutrien, efektif dalam menurunkan stunting dan wasting. Namun, sebagian besar intervensi tidak memberikan dampak signifikan terhadap masalah gizi lainnya, sehingga pendekatan terintegrasi yang menggabungkan intervensi gizi dengan program kesehatan dan sanitasi diperlukan untuk meningkatkan status gizi anak.

Penelitian von Salmuth et al. (2021) menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada ibu, seperti promosi menyusui dan dukungan psikososial, efektif dalam meningkatkan pertumbuhan dan status gizi bayi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Integrasi intervensi tambahan, seperti pemberdayaan perempuan dan perbaikan sanitasi, juga dapat meningkatkan efektivitas program. Meskipun demikian, bukti mengenai suplementasi pasca-kelahiran dan dampaknya pada bayi masih terbatas, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memastikan manfaat dari intervensi ini.

Secara keseluruhan, berbagai studi ini menunjukkan pentingnya pendekatan multifaset dalam menangani isu kesehatan ibu dan anak, serta perlunya penelitian tambahan untuk mengoptimalkan intervensi yang ada dan memperkuat bukti ilmiah yang mendukung rekomendasi kebijakan kesehatan global.

---

### **3.1 Efektivitas Suplementasi dan Intervensi Nutrisi**

Studi oleh Mohammad et al. (2022) menyoroti efektivitas suplemen gizi berbasis lemak (LNS-PLW) dalam meningkatkan berbagai parameter hasil kelahiran, seperti berat lahir dan usia gestasi, pada wanita hamil dengan pre-eklampsia yang kekurangan berat badan. Temuan ini mendukung potensi LNS-PLW sebagai intervensi yang berharga untuk memperbaiki hasil kelahiran di negara-negara berkembang. Meskipun LNS-PLW menunjukkan keunggulan dibandingkan suplemen besi folat (IFA) dalam beberapa aspek, seperti peningkatan berat lahir dan pengurangan risiko anemia, tidak ditemukan perbedaan signifikan dalam parameter lainnya seperti berat lahir rendah dan angka kematian bayi baru lahir. Penelitian ini menekankan perlunya studi tambahan untuk mengeksplorasi efek jangka panjang dan mekanisme biologis dari LNS-PLW serta mempertimbangkan variabel tambahan seperti status sosial ekonomi dan komplikasi kehamilan (Mohammad et al., 2022).

### **3.2 Kolaborasi dan Pendekatan Terintegrasi**

Penanganan stunting di Indonesia mengungkapkan pentingnya kolaborasi antara berbagai kementerian dan lembaga pemerintah. Meskipun koordinasi antara Kemenkes, Kemenag, Kemensos, BKKBN, dan BPOM telah menunjukkan dampak positif, untuk mencapai target "zero stunting," diperlukan peran aktif dari pihak non-pemerintah, organisasi komunitas, dan masyarakat. Pendekatan collaborative governance, yang melibatkan semua pemangku kepentingan, merupakan kunci untuk mengatasi stunting secara efektif (Rosalia et al, 2021). Temuan ini sejalan dengan hasil intervensi di Ethiopia yang menunjukkan bahwa pendekatan multisektoral, termasuk komunikasi perubahan perilaku, suplementasi mikronutrien, dan perbaikan sanitasi, lebih efektif daripada pendekatan tunggal dalam meningkatkan status gizi anak (Ahmed et al., 2023).

### **3.3 Intervensi Berbasis Ibu dan Pengaruhnya**

Literatur yang dianalisis menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada ibu, seperti edukasi kesehatan, dukungan menyusui, dan promosi kesehatan mental, dapat meningkatkan pertumbuhan bayi dan praktik pemberian makan. Program yang melibatkan promosi, edukasi, dan dukungan yang memadai meningkatkan konsumsi suplemen dan praktik menyusui yang baik, yang sangat penting untuk pertumbuhan bayi yang optimal (von Salmuth et al., 2021). Meskipun bukti tentang dampak kesehatan mental ibu masih terbatas, temuan ini menunjukkan bahwa perhatian terhadap kesehatan mental ibu dapat memberikan manfaat tambahan bagi pertumbuhan bayi. Intervensi tambahan seperti pemberdayaan perempuan, teknologi m-health, dan perbaikan sanitasi juga dapat meningkatkan efektivitas intervensi ketika diterapkan dalam program multisektoral (von Salmuth et al., 2021).

### **3.4 Keterbatasan dan Kebutuhan Penelitian Lanjutan**

Meskipun banyak intervensi menunjukkan hasil yang menjanjikan, beberapa studi mengalami keterbatasan, seperti fokus lokal yang membatasi generalisasi hasil. Beberapa intervensi tidak menunjukkan penurunan stunting yang signifikan dalam waktu singkat, mengindikasikan perlunya implementasi program dalam jangka waktu yang lebih lama untuk mengamati perubahan yang substansial (Elisaria et al., 2021). Selain itu, bukti tentang suplementasi pasca-kelahiran dan pengaruh faktor kontekstual terhadap efektivitas intervensi masih kurang. Penelitian mendatang harus fokus pada optimalisasi kombinasi intervensi,

---

mengeksplorasi pengaruh faktor kontekstual, dan mengevaluasi keberlanjutan serta dampak jangka panjang dari program intervensi (Ahmed et al., 2023).

### 3.5 Rekomendasi untuk Praktik dan Kebijakan

Temuan ini mendukung penerapan pendekatan terintegrasi yang mencakup intervensi gizi, dukungan kesehatan ibu, dan perbaikan lingkungan sebagai strategi utama untuk mengatasi stunting dan malnutrisi. Program multisektoral yang mencakup edukasi, suplementasi, dan perbaikan sanitasi harus menjadi prioritas untuk meningkatkan hasil gizi anak. Edukasi berkelanjutan dan pemantauan rutin, khususnya di posyandu dan layanan kesehatan masyarakat, perlu ditingkatkan untuk memastikan keberhasilan intervensi. Pendekatan ini harus disesuaikan dengan konteks lokal untuk memastikan efektivitas dan keberlanjutan dalam mengatasi malnutrisi anak secara komprehensif (Salmuth et al., 2021).

### Kesimpulan

Literature review ini menyoroti efektivitas berbagai intervensi gizi dan kesehatan dalam mengurangi stunting dan masalah gizi pada anak-anak di bawah usia lima tahun di negara-negara berpenghasilan rendah. Temuan menunjukkan bahwa intervensi berbasis ibu, seperti edukasi kesehatan dan promosi menyusui, efektif dalam meningkatkan pertumbuhan bayi dan praktik pemberian makan. Suplementasi gizi, terutama yang berbasis mikronutrien dan makronutrien, terbukti meningkatkan berat lahir dan mengurangi risiko anemia. Namun, beberapa intervensi, seperti edukasi kesehatan dan promosi kebun rumah tangga, tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan stunting dalam jangka pendek. Kolaborasi multisektoral antara pemerintah dan organisasi non-pemerintah dianggap penting untuk mencapai pengurangan prevalensi stunting yang signifikan. Literatur ini juga menekankan perlunya penelitian lanjutan untuk mengeksplorasi mekanisme biologis, efektivitas jangka panjang, dan integrasi intervensi dalam berbagai konteks lokal.

### Daftar Pustaka

- Adu-Afarwuah, S., Lartey, A., Okronipa, H., Ashorn, P., Peerson, J. M., Arimond, M., ... & Dewey, K. G. (2016). Small-quantity, lipid-based nutrient supplements provided to women during pregnancy and 6 mo postpartum and to their infants from 6 mo of age increase the mean attained length of 18-mo-old children in semi-urban Ghana: a randomized controlled trial. *The American journal of clinical nutrition*, 104(3), 797-808.
- Agri, T. A., Ramadanti, T., Adriani, W. A., Abigael, J. N., Setiawan, F. S., & Haryanto, I. (2024, July). Menuju pertumbuhan seimbang dalam tantangan SDGs 2 dalam penanggulangan kasus stunting di Indonesia. In *National Conference on Law Studies (NCOLS)* (Vol. 6, No. 1, pp. 128-144).
- Ahmed, K., Ogbo, F., Tegegne, T., Dalton, H., Arora, A., & Ross, A. (2023). Interventions to improve the nutritional status of children under 5 years in Ethiopia: a systematic review. *Public Health Nutrition*, 26, 3147 - 3161.
- Das, J. K., Hoodbhoy, Z., Salam, R. A., Bhutta, A. Z., Valenzuela-Rubio, N. G., Prinzo, Z. W., & Bhutta, Z. A. (2018). Lipid-based nutrient supplements for maternal, birth, and infant developmental outcomes. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (8).

- 
- Dekasari, Y., & Gunawan, T. (2024). Upaya Pencegahan Stunting pada Anak Balita di Indonesia: Pengabdian di Kabupaten Pesawaran. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 129-139.
- Elisaria, E., Mrema, J., Bogale, T., Segafredo, G., & Festo, C. (2021). Effectiveness of integrated nutrition interventions on childhood stunting: A quasi-experimental evaluation design. *BMC nutrition*, 7(1), 17.
- Firdaus, Desiana. Bab 2 Triple Burden Malnutrition dan Dampaknya Pada Anak. *Bangun Generasi Emas dengan Pedoman Gizi 8000 HPK*, 2024, 13.
- Hadriyati, A., Andini, T. R., Noviyanti, V., Putri, S. I., Firira, C. P., Irmadayanti, D. S., ... & Alhadi, M. A. (2024). Pemberantasan Stunting dan Penatalaksanaan Permasalahan Kesehatan Menuju Masyarakat Sehat di Desa Tanjung Putra. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 6(2), 297-303.
- Istiqomah, D. W. N., Utami, T., & Sunesti, Y. (2024). Efektivitas Pengalokasian Dana Desa terhadap Program Percepatan Penurunan Stunting. *Kaganga: Jurnal Pendidikan Sejarah dan Riset Sosial Humaniora*, 7(1), 607-623.
- Khasanah, E. N., Purbaningrum, D. G., Andita, C., & Setiani, D. A. (2023). Kebijakan Penanggulangan Stunting Di Indonesia. *Jurnal Akuntan Publik*, 1(2), 217-231.
- Khasanah, E. N., Purbaningrum, D. G., Andita, C., & Setiani, D. A. (2023). Kebijakan Penanggulangan Stunting Di Indonesia. *Jurnal Akuntan Publik*, 1(2), 217-231.
- Mohammad, N. S., Nazli, R., Zafar, H., & Fatima, S. (2022). Effects of lipid based Multiple Micronutrients Supplement on the birth outcome of underweight pre-eclamptic women: A randomized clinical trial. *Pakistan journal of medical sciences*, 38(1), 219.
- Mosshananza, H., & Pramazuly, A. N. (2024). Strategi Pemerintah Dalam Percepatan Penurunan Stunting Pada Anak Di Desa Kaliasin Kabupaten Lampung Selatan. *Publikauma: Jurnal Administrasi Publik Universitas Medan Area*, 12(1).
- Nuryuda, R. F. Sosialisasi Dampak Pemberian Sembako Guna Menyeimbangkan Kebutuhan Gizi pada Keluarga Rawan Stunting di Kelurahan Pataruman Kota Banjar. *Lentera Karya Edukasi*, 4(2), 65-76.
- Purnomo, D., Herwandito, S., Waruwu, K. J. I. M., Renyoet, B. S., & Mangalik, G. (2023). Optimalisasi Multi-Pihak Untuk Percepatan Penurunan Stunting Di Kota Salatiga Dalam Peluang Dan Tantangan. *Visi Sosial Humaniora*, 4(2), 81-98.
- Salmuth, V., Brennan, E., Kerac, M., McGrath, M., Frison, S., & Lelijveld, N. (2021). Maternal-focused interventions to improve infant growth and nutritional status in low-middle income countries: A systematic review of reviews. *PLoS ONE*, 16.