

## Sosialisasi Pentingnya Konsumsi Protein Hewani Sejak Usia Dini Dalam Rangka Memperingati Hari Telur Sedunia Di TK Negeri Pembina Majene, Kec. Banggae Timur, Kab. Majene, Prov. Sulawesi Barat.

Ruth Dameria Haloho<sup>1\*</sup>  
Fauzul Azhimah<sup>2</sup>  
Irmayanti<sup>1</sup>  
Andi Sukma Indah<sup>1</sup>  
Khatifah<sup>1</sup>  
Weny Dwi Ningtyas<sup>1</sup>  
Besse Mahbuba We Tenri Gading<sup>1</sup>  
Jisril Palayukani<sup>1</sup>  
Siti Nurialiah<sup>1</sup>  
Nita Adillah<sup>3</sup>  
Irma Susanti S<sup>3</sup>  
Herikson Tampubolon<sup>3</sup>  
Agni Ayudha Mahanani<sup>3</sup>  
Adli Putra Ermanda<sup>3</sup>  
Masdi<sup>3</sup>  
<sup>1</sup>Prodi Peternakan, Fakultas Peternakan dan Perikanan, Majene, Sulawesi Barat, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Quality Berastagi, Berastagi, Sumatera Utara, Indonesia

<sup>3</sup>Universitas Pembinaan Masyarakat Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia

\*email: ruthdameria.haloho@unsulbar.ac.id

### Kata Kunci:

Protein Hewani,  
Anak Usia Dini,  
Telur,  
Edukasi Gizi,  
Stunting

### Keywords:

Animal Protein,  
Early Childhood,  
Eggs,  
Nutrition Education,  
Stunting

### Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilatarbelakangi oleh rendahnya pemahaman tentang pentingnya konsumsi protein hewani sejak usia dini, yang berdampak pada masalah gizi seperti stunting serta rendahnya daya tahan tubuh dan kemampuan kognitif anak. Kondisi ini ditemukan pada peserta didik di TK Negeri Pembina Majene, dimana masih terdapat anak yang sering sakit dan kurang optimal dalam menerima pembelajaran. Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa serta pihak sekolah mengenai pentingnya konsumsi protein hewani, khususnya telur, sebagai sumber gizi utama. Metode yang digunakan adalah sosialisasi edukatif melalui penyampaian materi menggunakan media power point, video animasi, banner, serta diskusi interaktif dan tanya jawab. Kegiatan juga dilengkapi dengan pembagian telur sebagai edukasi langsung kepada peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan antusiasme peserta terhadap pentingnya konsumsi protein hewani untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak, yang terlihat dari partisipasi aktif dalam sesi diskusi. Selain itu, telur dikenalkan sebagai sumber protein yang mudah diperoleh, bernilai gizi tinggi, dan terjangkau bagi masyarakat. Dengan demikian, kegiatan ini memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan konsumsi gizi seimbang sejak dini sebagai upaya pencegahan masalah gizi dan peningkatan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

### Abstract

*This community service activity was motivated by the low level of awareness regarding the importance of consuming animal protein from an early age, which contributes to nutritional problems such as stunting, immune systems, and suboptimal cognitive development in children. This condition was identified among students at TK Negeri Pembina Majene, where some children frequently experienced illness and had difficulties in learning. Therefore, this activity aimed to improve the knowledge and awareness of students and school stakeholders about the importance of animal protein consumption, particularly eggs, as a key nutritional source. The method used was an educational socialization approach through the delivery of materials using PowerPoint presentations, animated videos, banners, and interactive discussions with question-and-answer sessions. Furthermore, eggs are introduced as a readily available, highly nutritious, and affordable source of protein. Therefore, this activity plays a crucial role in fostering balanced nutritional habits from an early age, preventing nutritional problems and improving the quality of future human resources. The activity was also complemented by egg distribution as a practical educational reinforcement. The results showed an increase in participants' understanding and enthusiasm regarding the importance of animal protein intake to support children's physical growth and cognitive development, as indicated by their active participation during discussions. In addition, eggs were introduced as an affordable, accessible, and nutritionally rich source of protein. In conclusion, this activity plays an important role in fostering balanced nutritional habits from an early age as an effort to prevent malnutrition and improve the quality of future human resources.*

## PENDAHULUAN

Perguruan tinggi memiliki peran strategis dalam menjalankan Tri Dharma, salah satunya melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan meningkatkan kualitas hidup masyarakat berbasis ilmu pengetahuan. Salah satu isu penting yang masih menjadi perhatian global dan nasional adalah masalah gizi pada anak usia dini, khususnya kekurangan asupan protein hewani yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak. Masalah kekurangan gizi pada anak usia dini masih menjadi tantangan global yang signifikan, terutama di negara berkembang dengan tingkat konsumsi protein hewani yang masih rendah[1][2]. Anak usia dini merupakan kelompok rentan yang berada pada fase golden age, sehingga membutuhkan asupan gizi seimbang untuk mendukung perkembangan fisik dan otak secara optimal[3]. Asupan protein dan zat gizi mikro yang cukup pada usia dini berperan penting dalam meningkatkan fungsi kognitif dan performa belajar anak[4]. Kurangnya asupan gizi, terutama protein, dapat menyebabkan berbagai masalah seperti stunting, rendahnya daya tahan tubuh, serta gangguan perkembangan kognitif yang berimplikasi pada kualitas sumber daya manusia di masa depan[5]. Periode usia dini merupakan fase kritis yang menentukan kualitas kesehatan dan kecerdasan individu di masa depan, dimana intervensi gizi yang tepat terbukti mampu meningkatkan perkembangan kognitif dan status kesehatan anak secara signifikan[6].

Permasalahan tersebut juga ditemukan pada mitra kegiatan, yaitu TK Negeri Pembina Majene, dimana masih terdapat anak yang sering mengalami sakit dan kurang optimal dalam menerima pembelajaran akibat rendahnya pemahaman tentang pentingnya konsumsi protein hewani sejak dini. Selain itu, pola konsumsi yang kurang seimbang serta minimnya edukasi terkait

sumber pangan bergizi menjadi faktor utama yang memperburuk kondisi tersebut. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang efektif dan aplikatif guna meningkatkan kesadaran sejak dini tentang pentingnya konsumsi protein hewani, khususnya telur sebagai sumber protein yang mudah diperoleh, terjangkau, dan memiliki kandungan gizi tinggi. Menurut laporan global, kekurangan asupan protein dan zat gizi esensial merupakan salah satu faktor utama penyebab stunting yang masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di berbagai negara berkembang[7]. Stunting tidak hanya berdampak pada tinggi badan, tetapi juga berpengaruh terhadap produktivitas dan kualitas sumber daya manusia di masa depan[8].

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kebiasaan makan yang tidak sehat pada usia dini cenderung berlanjut hingga remaja dan dewasa, sehingga intervensi pada tahap ini menjadi sangat penting[9]. Studi lain juga mengungkapkan bahwa pemberian edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan sehat pada anak dan lingkungan sekitarnya[10]. Namun, sebagian besar kegiatan sebelumnya masih berfokus pada penyuluhan umum tanpa pendekatan edukatif yang interaktif dan kontekstual sesuai karakteristik anak usia dini.

Berdasarkan hal tersebut, tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa serta pihak sekolah mengenai pentingnya konsumsi protein hewani sejak usia dini melalui metode sosialisasi yang interaktif dan edukatif. Kebaruan (novelty) dari kegiatan ini terletak pada penggunaan pendekatan pembelajaran berbasis multimedia (video animasi, visual interaktif, dan praktik langsung melalui pembagian telur) yang disesuaikan dengan karakteristik anak usia dini,

sehingga mampu meningkatkan daya tarik, pemahaman, serta keterlibatan peserta secara aktif. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk kebiasaan konsumsi gizi seimbang sejak dini sebagai upaya preventif terhadap masalah gizi dan peningkatan kualitas generasi masa depan.

## **METODOLOGI**

Alat yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini meliputi perangkat presentasi berupa laptop dengan spesifikasi minimal prosesor Intel Core i3, RAM 4 GB, dan sistem operasi Windows 10, LCD proyektor dengan resolusi minimal 1024×768 piksel, layar proyeksi, serta sound system (speaker aktif dan mikrofon) untuk mendukung penyampaian materi. Selain itu, digunakan media edukasi berupa banner berukuran 60 × 160 cm dengan bahan flexi, serta video animasi edukatif tentang pentingnya konsumsi protein hewani dalam format MP4 dengan resolusi minimal 720p.

Bahan yang digunakan meliputi telur ayam ras segar sebagai sumber protein hewani dengan berat rata-rata 55–60 gram per butir dan kondisi layak konsumsi (tidak retak, bersih, dan tidak berbau), susu kemasan siap minum dengan volume 125–200 ml per kemasan, serta materi sosialisasi berupa slide presentasi (PowerPoint) yang memuat informasi kandungan gizi telur dan manfaatnya bagi pertumbuhan anak. Selain itu, digunakan lembar dokumentasi dan daftar hadir peserta sebagai bahan administrasi kegiatan.

### **Metode pelaksanaan**

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan sosialisasi edukatif yang bersifat partisipatif dan interaktif. Pendekatan edukasi berbasis partisipatif dan visual dinilai efektif dalam meningkatkan pemahaman anak usia dini terhadap materi kesehatan dan gizi[11]. Kegiatan diawali

dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi sosialisasi, serta penyiapan alat dan bahan yang dibutuhkan. Tahap pelaksanaan dilakukan secara langsung di lokasi mitra dengan rangkaian kegiatan berupa pembukaan, pengenalan tim pelaksana, serta penyampaian materi mengenai pentingnya konsumsi protein hewani sejak usia dini dengan memanfaatkan media visual seperti PowerPoint, banner, dan video animasi.

Selanjutnya, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman peserta serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk berinteraksi secara aktif. Metode ini dipilih untuk menyesuaikan dengan karakteristik anak usia dini yang cenderung lebih mudah memahami materi melalui pendekatan visual dan interaktif. Kegiatan diakhiri dengan pembagian telur dan susu kepada peserta sebagai bentuk edukasi langsung sekaligus upaya memperkenalkan konsumsi protein hewani dalam kehidupan sehari-hari. Tahap evaluasi dilakukan secara kualitatif melalui pengamatan terhadap tingkat partisipasi, antusiasme, dan respon peserta selama kegiatan berlangsung.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di TK Negeri Pembina Majene dengan sasaran utama anak usia dini. Kegiatan ini dikemas dalam bentuk sosialisasi edukatif mengenai pentingnya konsumsi protein hewani sejak usia dini, khususnya telur sebagai sumber protein yang mudah diperoleh dan bernilai gizi tinggi. Konsumsi protein hewani seperti telur diketahui berkontribusi signifikan terhadap peningkatan status gizi dan pertumbuhan anak usia dini[12]. Rangkaian kegiatan meliputi pembukaan, pengenalan tim, penyampaian materi menggunakan

media PowerPoint, banner, dan video animasi, serta diskusi interaktif dan pembagian telur kepada peserta. Antusiasme peserta terlihat dari keterlibatan aktif dalam sesi tanya jawab serta respon positif terhadap media pembelajaran visual yang digunakan. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan pengalaman langsung kepada peserta melalui pembagian telur sebagai bentuk edukasi praktis.

**Tabel 1. Rangkaian Kegiatan Pengabdian**

No	Kegiatan	Deskripsi Singkat
1	Pembukaan	Sambutan dan pengenalan kegiatan
2	Penyampaian materi	Edukasi pentingnya protein hewani
3	Media pembelajaran	Video animasi dan slide interaktif
4	Diskusi dan tanya jawab	Interaksi dengan peserta
5	Pembagian telur dan susu	Edukasi langsung konsumsi protein
6	Penutupan	Dokumentasi dan evaluasi kegiatan

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi pentingnya konsumsi protein hewani sejak usia dini yang dilaksanakan di TK Negeri Pembina Majene berlangsung secara interaktif dengan memanfaatkan media pembelajaran visual seperti slide presentasi dan video animasi untuk menarik perhatian peserta didik. Suasana penyampaian materi oleh tim pelaksana kepada peserta yang didominasi oleh anak usia dini, dimana mereka tampak antusias dan terlibat aktif selama proses pembelajaran berlangsung. Interaksi yang terjadi antara pemateri dan peserta, baik melalui penyampaian materi maupun sesi tanya jawab, mencerminkan efektivitas metode sosialisasi yang digunakan dalam meningkatkan pemahaman anak

terhadap pentingnya konsumsi protein hewani. Selain itu, penggunaan pendekatan visual dan komunikatif juga membantu peserta dalam memahami materi yang disampaikan secara lebih sederhana dan menyenangkan. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang diterapkan mampu menciptakan suasana belajar yang kondusif serta mendukung tercapainya tujuan kegiatan pengabdian.



**Gambar 1.** Kegiatan sosialisasi dan penyampaian materi kepada peserta

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya konsumsi protein hewani sejak usia dini. Hal ini terlihat dari meningkatnya respon peserta dalam menjawab pertanyaan yang diberikan selama sesi diskusi serta kemampuan mereka dalam menyebutkan manfaat konsumsi telur bagi tubuh.

Secara teoritis, protein hewani memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama dalam pembentukan jaringan tubuh dan perkembangan otak. Protein hewani memiliki kualitas biologis yang lebih tinggi dibandingkan protein nabati karena mengandung asam amino esensial yang lengkap dan mudah diserap oleh tubuh, sehingga sangat penting untuk mendukung pertumbuhan optimal anak[13]. Telur sebagai salah satu sumber protein hewani memiliki kandungan asam amino esensial yang lengkap serta mudah dicerna oleh

Haloho, R. D., Azhimah, F., Irmayanti, Indah, A. S., Khatifah, Ningtyas, W. D., Gading, B. M. W. T., Palayukani, J., Nuraliah, S., Adillah, N., Susanti, I. S., Tampubolon, H., Mahanani, A. A., Ermanda, A. P., & Masdi.2026. Socialization of the Importance of Consuming Animal Protein from an Early Age in Commemoration of World Egg Day

tubuh. Telur merupakan salah satu sumber protein hewani dengan kandungan nutrisi lengkap yang berperan dalam meningkatkan kualitas diet anak[14]. Oleh karena itu, pemberian edukasi mengenai konsumsi telur sejak dini dapat menjadi strategi efektif dalam mencegah masalah gizi seperti stunting dan gangguan perkembangan kognitif.

Penggunaan media visual seperti video animasi dan gambar interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan daya tarik dan pemahaman anak usia dini. Media pembelajaran berbasis audiovisual terbukti meningkatkan daya serap informasi hingga lebih dari 60% dibandingkan metode konvensional[15]. Pendekatan ini sesuai dengan karakteristik anak yang lebih mudah menerima informasi melalui stimulus visual dan pengalaman langsung dibandingkan metode ceramah konvensional. Pendekatan pembelajaran berbasis visual dan interaktif telah terbukti meningkatkan retensi informasi dan keterlibatan peserta didik, terutama pada anak usia dini yang memiliki gaya belajar dominan visual dan kinestetik[16].



**Gambar 2.** Pemaparan Materi oleh Narasumber

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi gizi sejak usia dini dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk kebiasaan konsumsi makanan sehat pada anak[3]. Selain itu, studi lain menunjukkan bahwa

kebiasaan makan yang terbentuk sejak usia dini cenderung berlanjut hingga dewasa, sehingga intervensi pada tahap ini menjadi sangat penting[4]. Temuan ini juga didukung oleh studi lain yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi berbasis sekolah dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi makanan sehat pada anak secara signifikan[17].

Dibandingkan dengan kegiatan pengabdian sebelumnya yang umumnya menggunakan metode penyuluhan konvensional, kegiatan ini memiliki keunggulan dalam penggunaan pendekatan interaktif berbasis multimedia dan praktik langsung. Program edukasi gizi berbasis sekolah terbukti mampu meningkatkan perilaku konsumsi makanan sehat secara berkelanjutan [18]. Pendekatan ini terbukti lebih efektif dalam meningkatkan partisipasi dan pemahaman peserta.



**Gambar 3.** Pembagian telur kepada siswa TI/I Pembina Harapan

Selain itu, adanya kombinasi antara edukasi teori dan praktik melalui pembagian telur memberikan pengalaman langsung yang memperkuat pemahaman peserta. Hal ini menjadi nilai tambah dibandingkan kegiatan sebelumnya yang hanya berfokus pada penyampaian materi tanpa implementasi langsung. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berpotensi

membentuk perilaku konsumsi gizi seimbang sejak dini. Intervensi berbasis komunitas menjadi strategi efektif dalam menurunkan prevalensi masalah gizi pada anak usia dini [19][20].

## SIMPULAN

1. Kegiatan sosialisasi berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak tentang pentingnya konsumsi protein hewani sejak usia dini.
2. Penggunaan media visual dan metode interaktif efektif meningkatkan partisipasi dan pemahaman peserta.
3. Telur diperkenalkan sebagai sumber protein hewani yang terjangkau, bergizi, dan mudah dikonsumsi.
4. Kegiatan memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan masalah gizi dan peningkatan kualitas tumbuh kembang anak.

## SARAN

1. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dan melibatkan orang tua.
2. Penggunaan metode edukasi interaktif perlu terus dikembangkan.
3. Perlu evaluasi kuantitatif untuk mengukur dampak kegiatan secara lebih akurat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada TK Negeri Pembina Majene, pihak sekolah, serta seluruh peserta yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada Fakultas Peternakan dan Perikanan Universitas Sulawesi Barat atas dukungan yang diberikan.

## REFERENSI

1. UNICEF. 2021. *The State of the World's Children 2021*. New York: UNICEF.
2. FAO, IFAD, UNICEF, WFP, WHO. 2022. *The State of Food Security and Nutrition in the World*. Rome: FAO.
3. Peraturan Presiden Republik Indonesia. 2013. *Peraturan Presiden Nomor 60 Tahun 2013 tentang Pengembangan Anak Usia Dini Holistik-Integratif*. Jakarta: Sekretariat Negara Republik Indonesia.
4. Prado, E. L., & Dewey, K. G. 2021. Nutrition and brain development in early life. *Annual Review of Nutrition*, 41: 97–120.
5. Almtsier, S. 2002. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
6. Black, R. E., et al. 2013. Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890): 427–451.
7. World Health Organization (WHO). 2020. *Levels and Trends in Child Malnutrition*. Geneva: WHO.
8. World Bank. 2020. *Repositioning Nutrition as Central to Development*. Washington DC: World Bank.
9. Hovdenak, M., et al. 2019. Dietary habits and development in early childhood. *Journal of Nutrition and Child Health*.
10. Luoto, J., et al. 2019. Nutritional interventions and early childhood development. *Public Health Nutrition*.
11. Nurhayati, E., et al. 2022. Effectiveness of interactive learning in early childhood education. *Journal of Early Childhood Education*.
12. Iannotti, L. L., et al. 2020. Eggs and child nutrition: Evidence and implications. *The Journal of Nutrition*, 150(6): 1413–1420.
13. FAO. 2013. *Dietary Protein Quality Evaluation in Human Nutrition*. Rome: Food and Agriculture Organization.
14. USDA. 2021. *Egg Products & Food Nutrition Database*. United States Department of Agriculture.
15. Zhang, D., et al. 2020. Instructional video and learning effectiveness. *Educational Technology Research and Development*, 68: 123–145.

Haloho, R. D., Azhimah, F., Irmayanti, Indah, A. S., Khatifah, Ningtyas, W. D., Gading, B. M. W. T., Palayukani, J., Nuraliah, S., Adillah, N., Susanti, I. S., Tampubolon, H., Mahanani, A. A., Ermanda, A. P., & Masdi. 2026. Socialization of the Importance of Consuming Animal Protein from an Early Age in Commemoration of World Egg Day

---

16. Mayer, R. E. 2009. *Multimedia Learning*. New York: Cambridge University Press.
17. Contento, I. R. 2011. *Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice*. Jones & Bartlett Learning. [3] Hovdenak, M., et al. 2019. Dietary habits and development in early childhood. *Journal of Nutrition and Child Health*.
18. Prado, E. L., & Dewey, K. G. 2021. Nutrition and brain development in early life. *Annual Review of Nutrition*, 41: 97–120.
19. Ronto, R., et al. 2021. School-based nutrition education interventions. *Nutrients*, 13(2): 1–15.
20. Bhutta, Z. A., et al. 2020. Community-based nutrition interventions. *The Lancet Global Health*, 8(1): e1–e10.
21. WHO. 2023. *Guidelines on Community-Based Nutrition Interventions*. Geneva: WHO.