EDUKASI GIZI TENTANG PROTEIN HEWANI, LITERASI LABEL PANGAN, DAN PEMBERIAN SUSU UNTUK MENDUKUNG PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK USIA PRA-SEKOLAH

NUTRITION EDUCATION ON ANIMAL-SOURCE PROTEIN, FOOD LABEL LITERACY, AND MILK PROVISION TO SUPPORT STUNTING PREVENTION IN PRESCHOOL CHILDREN

Holif Fitriyah[1*], Dicka Indo Putri Priyono[2], Erwina Safitri[1], Ellanda Rima Ervyanna[1], Baiq Dewi Sukma Septiani[1], Desi Anggira[3], Eka Nur Maulidia[3]

[1]Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM), Universitas Jember
[2]Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan (FIK), Universitas Nazhatut Thullab Al-Muafa Sampang
[3]Mahasiswa Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM), Universitas Jember

*Corresponding author's email: holiffitriyah@unej.ac.id

ABSTRACT

Stunting remains a public health challenge in Indonesia, partly driven by limited nutrition knowledge and poor dietary choices among preschool children. This community service activity aimed to increase nutrition awareness related to animal-source protein consumption, food label literacy, and milk intake to support early stunting prevention. The program was delivered through a one-time, face-to-face nutrition education session at a preschool in Jember, East Java. Educational activities included interactive explanations of the "My Plate" concept, guidance on reading nutrition facts labels, and practical demonstrations through milk provision. Evaluation using oral post-test and observation showed high participant enthusiasm and improved understanding of balanced meals, protein-rich foods, and healthier packaged food choices. Teachers responded positively and showed interest in reinforcing nutrition messages in daily learning activities. In conclusion, a single-session nutrition education activity can support stunting prevention by improving nutrition awareness among preschool children. Regular integration of similar education into school routines is recommended to enhance sustainability.

Keywords: *Animal-source Protein, Food Label Literacy, Nutrition Education, Preschool Children, Stunting*

ABSTRAK

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan gizi dan pemilihan pangan yang kurang tepat pada anak usia prasekolah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan kesadaran gizi terkait konsumsi protein hewani, literasi label pangan, dan konsumsi susu sebagai upaya mendukung pencegahan stunting sejak dini. Kegiatan dilaksanakan melalui satu kali sesi edukasi gizi tatap muka di sekolah prasekolah di Kabupaten Jember, Jawa Timur. Edukasi meliputi penjelasan interaktif konsep Isi Piringku dengan penekanan pada pentingnya protein hewani, pengenalan cara membaca label informasi nilai gizi pada pangan kemasan, serta demonstrasi melalui pemberian susu. Evaluasi dilakukan menggunakan post-test lisan dan observasi terhadap keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Hasil menunjukkan antusiasme tinggi dari anak-anak serta peningkatan pemahaman mengenai gizi seimbang, pangan sumber protein hewani, dan pemilihan pangan kemasan yang lebih sehat. Disimpulkan bahwa edukasi gizi satu kali kunjungan dapat mendukung pencegahan stunting melalui peningkatan kesadaran gizi anak usia prasekolah.

Keywords: *Anak Prasekolah, Edukasi Gizi, Stunting; Protein Hewani, Literasi Label Pangan*

PENDAHULUAN

Stunting pada anak usia prasekolah, yang ditandai dengan nilai tinggi badan menurut umur berada di bawah standar, merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian global, khususnya di negara berpendapatan rendah dan menengah. Kondisi ini mencerminkan kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam jangka waktu lama dan berimplikasi terhadap gangguan perkembangan fisik, kognitif, serta produktivitas di masa mendatang. Artikel ini bertujuan untuk mensintesis temuan-temuan penelitian terbaru terkait stunting pada anak prasekolah dengan meninjau prevalensi, faktor risiko yang berhubungan, serta strategi intervensi yang telah dilaporkan.

Stunting masih menunjukkan prevalensi yang bervariasi antarwilayah dan negara. Di Yordania, prevalensi nasional stunting pada anak prasekolah dilaporkan sebesar 7,4%, yang tergolong lebih rendah dibandingkan dengan Indonesia, di mana prevalensi stunting masih relatif tinggi, yaitu sekitar 30% [1]. Studi berbasis komunitas di Irak menunjukkan bahwa kejadian stunting berkaitan erat dengan kondisi sosial ekonomi yang rendah dan lingkungan tempat tinggal yang kurang memadai, yang secara signifikan memengaruhi status gizi anak [2]. Di Ethiopia, prevalensi stunting tercatat lebih tinggi pada anak dengan ibu yang bekerja (42,59%) dibandingkan anak dengan ibu yang tidak bekerja (36,88%) [3]. Perbedaan ini menunjukkan bahwa karakteristik sosial ekonomi dan kondisi kerja ibu dapat berkontribusi terhadap status gizi anak, meskipun pengaruhnya dapat berbeda antar konteks sosial dan budaya.

Stunting merupakan kondisi multifaktorial yang dipengaruhi oleh interaksi antara faktor maternal, sosial ekonomi, lingkungan, dan asupan gizi. Berat badan lahir rendah (BBLR) dan status gizi ibu selama kehamilan telah diidentifikasi sebagai determinan utama stunting. Di India, BBLR berhubungan signifikan dengan kejadian stunting, yang diperkuat oleh kondisi anemia ibu serta rendahnya pemanfaatan layanan antenatal [4].

Asupan zat gizi, terutama mikronutrien esensial seperti seng dan kalsium, memiliki peran penting dalam pertumbuhan anak. Penelitian di Filipina melaporkan bahwa sebagian besar anak prasekolah yang mengalami stunting memiliki tingkat asupan kalsium yang tidak mencukupi, padahal kalsium merupakan komponen penting dalam pertumbuhan tulang [5]. Selain itu, pola konsumsi pangan dengan keragaman rendah dan ketergantungan pada pangan pokok tertentu berkontribusi terhadap defisiensi zat gizi dan peningkatan risiko stunting [6]. Faktor lingkungan turut memengaruhi kejadian stunting. Akses terhadap air bersih dan sanitasi yang layak berperan penting dalam pencegahan infeksi berulang. Lingkungan dengan sanitasi buruk meningkatkan risiko penyakit infeksi, yang selanjutnya dapat memperburuk status gizi dan meningkatkan kejadian stunting, sebagaimana dilaporkan di berbagai negara berpendapatan rendah [7].

Penanggulangan stunting memerlukan pendekatan yang terintegrasi dan berkelanjutan. Program pendidikan anak usia dini yang mengintegrasikan edukasi gizi, seperti PAUD di Indonesia berkontribusi terhadap perbaikan status gizi anak melalui peningkatan pengetahuan dan praktik gizi yang lebih sehat [8]. Selain itu, intervensi berbasis komunitas yang mencakup peningkatan kesehatan ibu, edukasi gizi, serta diversifikasi pangan memiliki potensi besar dalam menurunkan prevalensi stunting. Partisipasi dalam program kesehatan, termasuk pemantauan pertumbuhan dan pemberian obat cacing, juga terbukti efektif dalam menurunkan kejadian stunting dan status gizi kurang pada anak prasekolah [9].

Upaya pencegahan stunting umumnya difokuskan pada periode 8000 Hari Pertama Kehidupan. Namun demikian, anak usia prasekolah tetap merupakan kelompok strategis untuk intervensi promotif melalui edukasi gizi, mengingat fase ini merupakan periode pembentukan kebiasaan makan dan preferensi pangan jangka panjang. Pada usia prasekolah, pengetahuan dasar mengenai gizi seimbang, konsumsi protein hewani, serta pemilihan pangan yang sehat dapat

diperkenalkan secara sederhana dan aplikatif sesuai dengan tahap perkembangan anak. Rendahnya pengetahuan gizi sejak usia dini diketahui berkontribusi terhadap pola konsumsi yang kurang seimbang, yang ditandai dengan rendahnya asupan protein hewani serta tingginya konsumsi pangan tinggi gula, garam, dan lemak.

Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Yayasan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Adh-Dhuha Jember, sebuah lembaga pendidikan yang bergerak di bidang layanan pendidikan anak usia dini di Kabupaten Jember, Jawa Timur. Sebagai institusi pendidikan prasekolah, yayasan ini memiliki peran penting dalam mendukung tumbuh kembang anak, termasuk dalam pembentukan perilaku makan dan peningkatan kesadaran gizi. Hasil observasi awal dan diskusi dengan pihak yayasan menunjukkan bahwa sebagian besar anak belum memahami konsep gizi seimbang, pentingnya konsumsi protein hewani, serta cara memilih pangan kemasan yang lebih sehat. Selain itu, pemahaman anak terhadap informasi nilai gizi yang tercantum pada label pangan masih terbatas, sehingga diperlukan upaya edukasi gizi yang sesuai dengan karakteristik anak usia prasekolah.

Protein hewani merupakan sumber zat gizi yang kaya akan asam amino esensial dengan tingkat ketersediaan hayati yang tinggi, sehingga berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa peningkatan konsumsi produk susu berhubungan dengan perbaikan pertumbuhan linear pada anak. Sebuah studi menunjukkan bahwa pemberian susu harian memberikan kontribusi signifikan terhadap pertumbuhan tinggi badan. Anak-anak yang mengonsumsi 245 mL susu per hari menunjukkan peningkatan pertumbuhan rata-rata, dengan estimasi penurunan risiko stunting sebesar sekitar 1,9 poin persentase pada kelompok anak usia 6–59 bulan di negara berpendapatan rendah dan menengah [10]. Temuan serupa dilaporkan oleh Limardi et al., yang menunjukkan bahwa konsumsi minimal 300 mL susu pertumbuhan (growing-up milk) per hari berkaitan dengan penurunan peluang terjadinya stunting secara signifikan pada anak usia 1–3 tahun, dengan odds ratio sebesar 0,28 [11].

Selain aspek asupan zat gizi, literasi label pangan menjadi bagian penting dari literasi gizi, terutama di tengah meningkatnya konsumsi pangan kemasan pada anak usia dini. Pengenalan sederhana mengenai informasi nilai gizi pada label pangan sejak usia prasekolah diharapkan dapat membentuk dasar perilaku memilih pangan yang lebih sehat di masa mendatang. Berdasarkan analisis situasi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan gizi anak usia prasekolah terkait konsumsi protein hewani, literasi label pangan, dan konsumsi susu sebagai upaya mendukung pencegahan stunting sejak dini. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk satu kali sesi edukasi gizi tatap muka yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak usia prasekolah. Perubahan sosial yang diharapkan dari kegiatan ini adalah meningkatnya kesadaran gizi anak serta menguatnya peran sekolah sebagai lingkungan pendukung dalam penyampaian pesan-pesan gizi secara berkelanjutan dan terintegrasi dalam aktivitas pembelajaran sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN PENGABDIAN

Subjek dan Lokasi Pengabdian

Subjek dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah anak usia prasekolah yang terdaftar sebagai peserta didik di Yayasan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Adh-Dhuha Jember, Kabupaten Jember, Jawa Timur. Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka di lingkungan sekolah mitra dengan melibatkan guru sebagai pendamping selama proses edukasi. Anak usia prasekolah dipilih sebagai subjek dampingan karena berada pada fase penting pembentukan kebiasaan makan dan kesadaran gizi.

Keterlibatan Mitra

Mitra berperan aktif dalam proses perencanaan dan pelaksanaan kegiatan. Pihak yayasan terlibat dalam penentuan waktu kegiatan, pengorganisasian peserta, serta pendampingan anak

selama sesi edukasi berlangsung. Guru juga berperan dalam membantu penyampaian materi agar sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia prasekolah, serta memberikan umpan balik terhadap pelaksanaan kegiatan. Keterlibatan mitra diharapkan dapat mendukung keberterimaan kegiatan dan memperkuat keberlanjutan pesan gizi di lingkungan sekolah.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan
Metode pelaksanaan pengabdian dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
   Tahap ini meliputi koordinasi awal dengan pihak Yayasan PAUD Adh-Dhuha Jember, identifikasi permasalahan mitra, serta penentuan kebutuhan materi edukasi. Pada tahap ini juga dilakukan penyusunan materi edukasi gizi yang disesuaikan dengan usia prasekolah, meliputi konsep Isi Piringku, pentingnya konsumsi protein hewani, literasi label pangan, dan konsumsi susu.

2. Tahap Pelaksanaan Edukasi
   Edukasi gizi dilaksanakan melalui satu kali sesi tatap muka menggunakan metode interaktif. Penyampaian materi dilakukan dengan pendekatan komunikatif dan visual, seperti penjelasan sederhana mengenai konsep Isi Piringku dengan penekanan pada protein hewani, pengenalan cara membaca label informasi nilai gizi pada pangan kemasan, serta demonstrasi melalui pemberian susu. Metode ini dipilih untuk meningkatkan pemahaman dan keterlibatan aktif anak selama kegiatan berlangsung.

3. Tahap Evaluasi
   Evaluasi kegiatan dilakukan secara sederhana melalui post-test lisan dan observasi partisipasi peserta. Post-test lisan digunakan untuk menilai pemahaman dasar anak terhadap materi yang telah disampaikan, sedangkan observasi dilakukan untuk melihat tingkat antusiasme, keterlibatan, dan respons anak selama kegiatan edukasi.

Strategi Pemberdayaan
Strategi pemberdayaan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendekatan edukatif-partisipatif, dengan melibatkan anak dan guru secara aktif dalam proses pembelajaran. Edukasi difokuskan pada peningkatan kesadaran dan pengetahuan gizi sebagai langkah awal perubahan perilaku. Guru sebagai pendamping diharapkan dapat melanjutkan dan memperkuat pesan-pesan gizi dalam aktivitas pembelajaran sehari-hari, sehingga mendukung keberlanjutan dampak kegiatan pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui satu kali sesi edukasi gizi tatap muka di Yayasan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Adh-Dhuha Jember. Kegiatan diikuti oleh anak usia prasekolah dengan pendampingan guru kelas. Secara umum, pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari peserta maupun pihak sekolah. Anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi edukasi, terutama pada saat penyampaian materi interaktif dan demonstrasi pemberian susu.

Hasil Pelaksanaan Kegiatan
Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengkondisian peserta agar anak-anak dapat mengikuti sesi edukasi dengan tertib dan nyaman. Edukasi gizi disampaikan secara interaktif dengan menggunakan bahasa sederhana, media visual, dan contoh konkret yang mudah dipahami oleh anak usia prasekolah. Materi yang disampaikan meliputi konsep Isi Piringku dengan penekanan pada pentingnya konsumsi protein hewani, pengenalan pangan sumber protein hewani, literasi dasar label informasi nilai gizi pada pangan kemasan, serta demonstrasi konsumsi susu sebagai salah satu sumber protein hewani.

Output utama dari kegiatan ini adalah tersampaikannya materi edukasi gizi secara komprehensif dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia prasekolah. Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi, terutama pada saat sesi tanya jawab dan demonstrasi. Anak mampu menyebutkan contoh pangan sumber protein hewani seperti telur dan susu, serta menunjukkan pemahaman awal mengenai pentingnya makan makanan yang beragam dan bergizi seimbang. Gambar 1 dan 2 menunjukkan proses kegiatan edukasi.

Gambar 1. Edukasi Isi Piringku

Gambar 2. Edukasi Membaca Label Pangan

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui post-test lisan dan observasi partisipasi peserta. Hasil post-test menunjukkan bahwa sebagian besar anak dapat menjawab pertanyaan sederhana terkait materi yang telah disampaikan, seperti mengenali contoh makanan sehat dan menyebutkan manfaat konsumsi protein hewani. Selain itu, observasi menunjukkan adanya peningkatan perhatian dan keterlibatan aktif anak selama kegiatan berlangsung. Guru juga memberikan umpan balik positif terhadap pelaksanaan kegiatan dan menyatakan bahwa materi edukasi relevan dengan kebutuhan anak di lingkungan sekolah. Gambar 3 menunjukkan evaluasi kegiatan.

Gambar 3. Evaluasi Kegiatan dan Pembagian *Reward*

Outcome Kegiatan Pengabdian

Outcome dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatnya kesadaran dan pengetahuan gizi anak usia prasekolah, khususnya terkait konsumsi protein hewani, pemilihan pangan yang lebih sehat, dan pemahaman dasar mengenai label pangan. Selain itu, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran guru dan pihak sekolah akan pentingnya edukasi gizi sebagai bagian dari upaya mendukung tumbuh kembang anak. Sekolah mitra menunjukkan minat untuk

mengintegrasikan pesan-pesan gizi yang telah disampaikan ke dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari.

Meskipun kegiatan ini dilaksanakan dalam satu kali kunjungan, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa edukasi gizi sederhana dan terstruktur dapat memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan kesadaran gizi anak usia prasekolah. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah merupakan lingkungan yang potensial untuk pelaksanaan kegiatan edukasi gizi, terutama sebagai upaya promotif dan preventif dalam mendukung pencegahan stunting sejak usia dini.

Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi gizi pada anak usia prasekolah dapat dilaksanakan secara efektif meskipun hanya melalui satu kali kunjungan. Anak usia prasekolah merupakan kelompok yang responsif terhadap pendekatan edukasi berbasis interaksi dan visual. Selama kegiatan berlangsung, anak-anak menunjukkan ketertarikan terhadap materi yang disampaikan. Antusiasme ini menjadi indikator awal bahwa metode edukasi yang digunakan sesuai dengan karakteristik sasaran. Penyampaian materi dengan bahasa sederhana memudahkan anak memahami pesan gizi. Keterlibatan aktif peserta selama sesi berlangsung juga menunjukkan keberterimaan kegiatan. Kondisi ini penting dalam konteks pengabdian masyarakat berbasis edukasi. Lingkungan sekolah memberikan suasana yang kondusif untuk proses pembelajaran gizi. Guru berperan sebagai pendamping yang membantu mengondisikan peserta. Hal ini memperkuat efektivitas pelaksanaan kegiatan.

Hasil post-test lisan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dasar anak mengenai konsep gizi seimbang. Anak mampu mengenali contoh makanan sehat yang sebaiknya dikonsumsi sehari-hari. Pengenalan konsep Isi Piringku membantu anak memahami pentingnya variasi makanan. Penekanan pada protein hewani menjadi bagian penting dari materi edukasi. Anak mulai mengenali pangan sumber protein hewani seperti telur dan susu. Pemahaman ini menjadi dasar penting bagi pembentukan kebiasaan makan. Meskipun belum dapat diukur secara kuantitatif, perubahan pemahaman terlihat secara kualitatif. Observasi selama kegiatan menunjukkan anak lebih aktif menjawab pertanyaan. Hal ini menandakan adanya proses internalisasi informasi. Edukasi singkat dapat memberikan dampak awal terhadap pengetahuan gizi.

Peningkatan pemahaman mengenai protein hewani menjadi salah satu capaian utama kegiatan ini. Protein hewani memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Pengenalan sumber protein hewani sejak usia dini sangat relevan dalam konteks pencegahan stunting. Anak usia prasekolah berada pada fase pertumbuhan yang pesat. Kekurangan asupan protein pada fase ini dapat berdampak jangka panjang. Edukasi yang diberikan membantu anak mengenali manfaat protein bagi tubuh. Anak mulai memahami bahwa protein penting untuk tumbuh tinggi dan kuat. Penyampaian materi secara konkret membantu meningkatkan pemahaman. Hal ini sejalan dengan temuan kegiatan pengabdian sebelumnya. Edukasi gizi dapat menjadi langkah awal perbaikan pola konsumsi.

Selain protein hewani, literasi label pangan menjadi aspek penting dalam kegiatan ini. Konsumsi pangan kemasan semakin meningkat pada anak usia dini. Rendahnya pemahaman terhadap label pangan dapat berdampak pada pemilihan makanan yang kurang sehat. Edukasi literasi label pangan diperkenalkan secara sederhana. Anak diajak mengenali informasi dasar pada kemasan pangan. Pendekatan ini disesuaikan dengan tingkat perkembangan kognitif anak. Pengenalan awal ini diharapkan membentuk kesadaran memilih pangan sehat. Anak mulai mengenali perbedaan antara pangan sehat dan kurang sehat. Meskipun bersifat dasar, literasi ini sangat penting. Literasi gizi sejak dini menjadi fondasi perilaku makan sehat.

Pemberian susu sebagai bagian dari edukasi memiliki nilai strategis. Susu merupakan sumber protein hewani yang mudah diterima anak. Selain protein, susu juga mengandung kalsium dan mikronutrien penting. Demonstrasi konsumsi susu membantu anak memahami contoh pangan sehat. Anak menunjukkan ketertarikan saat sesi pemberian susu. Hal ini memperkuat pesan edukasi secara praktis. Pendekatan demonstratif lebih mudah dipahami dibandingkan ceramah saja. Pengalaman langsung dapat meningkatkan daya ingat anak. Edukasi berbasis praktik mendukung pembelajaran aktif. Strategi ini sejalan dengan prinsip pendidikan anak usia dini.

Peran guru dalam kegiatan ini sangat signifikan. Guru membantu menjembatani komunikasi antara fasilitator dan anak. Pendampingan guru membuat anak merasa lebih nyaman. Guru juga membantu menguatkan pesan gizi selama kegiatan berlangsung. Respons positif guru menunjukkan relevansi kegiatan dengan kebutuhan sekolah. Guru menyadari pentingnya edukasi gizi bagi anak. Kegiatan ini meningkatkan kesadaran guru terhadap isu gizi. Sekolah memiliki potensi besar sebagai agen promosi kesehatan. Integrasi edukasi gizi ke dalam pembelajaran harian menjadi peluang lanjutan. Dukungan guru menjadi kunci keberlanjutan program.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan berbagai kegiatan pengabdian sejenis. Edukasi gizi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan anak usia dini. Metode interaktif dan visual sering direkomendasikan dalam literatur. Anak usia prasekolah cenderung lebih mudah memahami materi konkret. Kegiatan satu kali kunjungan dapat memberikan dampak awal. Namun, dampak jangka panjang belum dapat diukur. Hal ini menjadi keterbatasan kegiatan pengabdian ini. Kegiatan lanjutan diperlukan untuk perubahan perilaku. Edukasi berulang dapat memperkuat pemahaman anak. Keterlibatan orang tua juga menjadi faktor penting.

Meskipun terbatas pada satu sesi, kegiatan ini tetap memiliki nilai strategis. Edukasi satu kali kunjungan dapat menjadi pemicu kesadaran awal. Kesadaran ini penting sebagai dasar perubahan perilaku. Anak yang terpapar edukasi gizi lebih awal memiliki peluang lebih baik. Lingkungan sekolah dapat memperkuat pesan gizi secara berkelanjutan. Kolaborasi antara sekolah dan tenaga kesehatan sangat diperlukan. Program pengabdian dapat menjadi jembatan kolaborasi tersebut. Edukasi gizi perlu disesuaikan dengan konteks lokal. Pendekatan sederhana namun tepat sasaran sangat efektif. Hal ini memperkuat relevansi kegiatan pengabdian.

Keterbatasan kegiatan ini perlu dicermati secara objektif. Pelaksanaan satu kali kunjungan membatasi evaluasi jangka panjang. Perubahan perilaku makan belum dapat diamati secara menyeluruh. Evaluasi masih bersifat kualitatif dan deskriptif. Namun, hal ini sesuai dengan karakter kegiatan pengabdian. Tujuan utama adalah peningkatan kesadaran dan pengetahuan. Hasil yang diperoleh telah menunjukkan capaian tujuan tersebut. Kegiatan ini dapat menjadi dasar pengembangan program lanjutan. Pendekatan berkelanjutan sangat dianjurkan. Keterlibatan multi-pihak dapat meningkatkan dampak program.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan kontribusi positif. Edukasi gizi terbukti dapat meningkatkan kesadaran anak usia prasekolah. Fokus pada protein hewani, literasi label pangan, dan susu sangat relevan. Pendekatan edukatif-partisipatif sesuai dengan kebutuhan anak. Sekolah menjadi mitra strategis dalam promosi gizi. Kegiatan ini mendukung upaya pencegahan stunting secara promotif. Meskipun sederhana, dampaknya terlihat secara nyata. Edukasi gizi perlu terus dikembangkan dan diperluas. Integrasi ke dalam kegiatan sekolah sangat direkomendasikan. Pengabdian masyarakat berbasis edukasi gizi memiliki peran penting dalam pembangunan kesehatan anak.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi gizi di Yayasan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Adh-Dhuha Jember berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan

dasar gizi anak usia prasekolah, khususnya terkait konsumsi protein hewani, literasi label pangan, dan konsumsi susu sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini. Pendekatan edukasi yang interaktif dan disesuaikan dengan karakteristik anak usia prasekolah terbukti dapat meningkatkan partisipasi dan pemahaman anak terhadap pesan-pesan gizi yang disampaikan. Meskipun dilaksanakan dalam satu kali sesi, kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi gizi sederhana dapat memberikan dampak positif sebagai langkah promotif dalam mendukung tumbuh kembang anak.

Sebagai rekomendasi, edukasi gizi serupa perlu diintegrasikan ke dalam kegiatan pembelajaran rutin di sekolah prasekolah dengan pendampingan guru agar pesan gizi dapat disampaikan secara berkelanjutan. Selain itu, keterlibatan orang tua dan penguatan kolaborasi antara sekolah, tenaga kesehatan, dan perguruan tinggi disarankan untuk memperluas dampak serta mendukung perubahan perilaku makan anak secara jangka panjang.

ACKNOWLEDGMENT (PILIHAN)

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Yayasan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Adh-Dhuha Jember atas kerja sama dan dukungan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para guru dan peserta didik yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan edukasi gizi. Selain itu, penulis mengapresiasi dukungan institusi asal penulis yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Barham, R., Tayyem, R., Al-Majali, L., Al-Khatib, B., & Al-Jawaldeh, A. (2024). Evaluation of micronutrient and nutritional status among preschool children in Jordan: results from a Nationwide survey. Frontiers in Nutrition, 11. https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1423904

[2] Huriah, T. and Hermawan, A. (2022). The Effect of Providing Early Childhood Education Program Integration to Prevent Stunting (PAUD-Incasting) Through Audiovisual Media for Improving Preschool Child Nutrition Status. Proceedings of the International Conference on Sustainable Innovation on Health Sciences and Nursing (ICOSI-HSN 2022), 150-157. https://doi.org/10.2991/978-94-6463-070-1_19

[3] Mhamad, H. J., Najmadden, Z. B., Salih, K. H. H., Hama, D. A., Abdullah, H. O., Hasan, K. M., … & Mohammed, S. H. (2024). Prevalence and predictive factors associated with stunting in preschool children in a governorate of Iraq: a community-based cross-sectional study. Frontiers in Nutrition, 11. https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1322625.

[4] Tekeba, B., Tarekegn, B. T., Zegeye, A. F., & Ayele, A. D. (2023). Stunting disparities and its associated factors among preschool children of employed and unemployed mothers in Gondar City: a comparative community-based cross-sectional study. Frontiers in Nutrition, 10. https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1172501

[5] Halli, S. S., Biradar, R. A., & Prasad, J. B. (2022). Low Birth Weight, the Differentiating Risk Factor for Stunting among Preschool Children in India. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(7), 3751. https://doi.org/10.3390/ijerph19073751

[6] Goyena, E., Maniego, M. L. V., Ducay, A. J., Musa, M. C., & Angeles-Agdeppa, I. (2021). Dietary Zinc Intake and the Underlying Factors of Serum Zinc Deficiency among Preschool Children in the Philippines. Philippine Journal of Science, 150(3). https://doi.org/10.56899/150.03.16

[7] Flores, M., Rivera-Pasquel, M., Macías, N., Sánchez-Zamorano, L. M., Rodríguez-Ramírez, S., Contreras-Manzano, A., … & Denova-Gutiérrez, E. (2021). Dietary patterns in Mexican preschool children are associated with stunting and overweight. Revista De Saúde Pública, 55, 53. https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055002350

[8] Bidira, K., Tamiru, D., & Belachew, T. (2021). Anthropometric failures and its associated factors among preschool-aged children in a rural community in southwest Ethiopia. Plos One, 16(11), e0260368. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260368

[9] Arias, F. P. S. and Ferrer, E. (2024). Association between nutritional status of Filipino preschool children and participation in government programmes at the household and individual levels. Malaysian Journal of Nutrition, 30(1). https://doi.org/10.31246/mjn-2022-0111

[10] Duan, Y., Pang, X., Yang, Z., Wang, J., Jiang, S., Bi, Y., … & Lai, J. (2020). Association between Dairy Intake and Linear Growth in Chinese Pre-School Children. Nutrients, 12(9), 2576. https://doi.org/10.3390/nu12092576

[11] Limardi, S., Hasanah, D. M., & Utami, N. M. D. (2022). Dietary intake and stunting in children aged 6-23 months in rural Sumba, Indonesia. Paediatrica Indonesiana, 62(5), 341-56. https://doi.org/10.14238/pi62.5.2022.341-56