

Tingkat Kecukupan Konsumsi Protein Hewani pada Masyarakat Dusun Cibunian, Kabupaten Pangandaran dalam Upaya Pencegahan Stunting

Adequate Level of Animal Protein Consumption Among the Community of Cibunian Hamlet, Pangandaran Regency, in Stunting Prevention Efforts

Ananda Angel Safitri¹, Ken Chandra Pramudawardhani¹, Auratu Syadiah Yogaswara¹, Ade Rahmawati¹, Ibnu Alghifari¹, Bambang Kholiq Mutaqin^{2,a}

¹Program Studi Peternakan K Pangandaran Fakultas Peternakan, Universitas Padjadjaran

²Instansi Departemen Nutrisi Ternak dan Teknologi Pakan, Fakultas Peternakan, Universitas Padjadjaran
kholiq@unpad.ac.id

Abstract

Stunting is a nutritional problem that impacts children's physical growth and cognitive development. One contributing factor to stunting is low animal protein intake within community dietary patterns. This Community Service (PPM) activity was conducted in Cibunian Hamlet, Margacinta Village, Pangandaran Regency, with the aim of determining the community's level of animal protein consumption as an effort to prevent stunting. The method used was interviews and observation of families with toddlers suspected of stunting. The results showed that community animal protein consumption remained variable and tended to be low, especially for protein sources such as eggs. Most respondents worked as farmers with irregular incomes, which impacted their ability to meet their family's animal protein needs. Nutrition education and communal meal activities were conducted as interventions to raise awareness of the importance of animal protein for child growth. This activity is expected to be the first step in encouraging changes in community consumption behavior to reduce stunting rates in rural areas.

Key words: animal protein, consumption, rural communities, stunting, nutrition education

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Salah satu faktor penyebab stunting adalah rendahnya asupan protein hewani dalam pola konsumsi masyarakat. Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) ini dilaksanakan di Dusun Cibunian, Desa Margacinta, Kabupaten Pangandaran dengan tujuan untuk mengetahui tingkat konsumsi protein hewani masyarakat sebagai upaya pencegahan stunting. Metode yang digunakan adalah melalui wawancara dan observasi terhadap keluarga yang memiliki anak balita terindikasi stunting. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa konsumsi protein hewani masyarakat masih bervariasi dan cenderung rendah, terutama pada sumber protein seperti telur. Sebagian besar responden bekerja sebagai petani dengan pendapatan tidak tetap, yang memengaruhi kemampuan dalam memenuhi kebutuhan protein hewani keluarga. Edukasi gizi dan kegiatan makan bersama dilakukan sebagai bentuk intervensi untuk meningkatkan kesadaran pentingnya protein hewani bagi pertumbuhan anak. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam mendorong perubahan perilaku konsumsi masyarakat guna menekan angka stunting di wilayah pedesaan.

Kata Kunci: protein hewani, konsumsi, masyarakat pedesaan, stunting, edukasi gizi

Pendahuluan

Stunting merupakan kondisi di mana seorang anak mengalami gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi jangka panjang, terutama pada periode 1.000 hari pertama kehidupan. Anak yang mengalami stunting tidak hanya menghadapi hambatan fisik, tetapi juga terbatas dalam perkembangan kognitif dan mental, yang selanjutnya berdampak pada kemampuan belajar dan produktivitas di masa mendatang (Sudargo, 2018). Di Indonesia, stunting menjadi tantangan dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan mencapai sasaran pembangunan berkelanjutan. Anak-anak yang menderita stunting mungkin tidak pernah mencapai tinggi badan penuh atau potensi kognitif penuh mereka dibandingkan anak-anak dengan tinggi badan normal (UNICEF, 2023). Stunting dapat memberikan dampak negatif pada anak-anak, tidak hanya berdampak pada kondisi fisik mereka, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, produktivitas, dan kesehatan dimasa dewasa baik dalam jangka pendek maupun panjang (Soliman *et al.*, 2021). Menurut Ekholuenetale *et al.*, (2020), anak-anak yang mengalami stunting cenderung memiliki kemampuan intelektual rendah, yang nantinya akan berdampak pada daya saing bangsa di masa depan. Terjadinya risiko stunting tidak disebabkan oleh satu faktor, melainkan terdapat beberapa faktor yang

berpotensi menyebabkan kejadian stunting, yaitu kecukupan protein, konsumsi protein lokal, dan tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi yang memiliki potensi besar mempengaruhi kemungkinan terjadinya kegagalan pertumbuhan pada anak (Maulidah *et al.* 2019). Menurut hasil survei Kemenkes, (2022), salah satu intervensi spesifik untuk mempercepat penurunan stunting adalah pemberian protein hewani pada ibu hamil dan anak usia 6 –23 bulan, karena pada periode tersebut merupakan tahap pertumbuhan janin yang memerlukan asupan protein yang memenuhi kebutuhan ibu hamil. Untuk itu, diperlukan upaya peningkatan kualitas intervensi spesifik dan sensitif gizi, khususnya pada 1.000 hari pertama kehidupan (Kementerian Sekretariat Negara RI, 2024). Dalam pencegahan stunting, salah satu upaya yang dilakukan adalah mengedukasi masyarakat secara langsung dan memberikan bantuan nyata berupa sumber protein hewani yang perlu dikonsumsi, salah satunya dalam kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM). Pengabdian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara asupan protein hewani dan kejadian stunting pada balita, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar dalam penyusunan intervensi penanggulangan stunting yang lebih efektif.

Materi dan Metode Pelaksanaan

Metode yang diterapkan pada kegiatan PPM (Pengabdian Pada Masyarakat) di Dusun Cibunian, Desa Margacinta, Pangandaran yaitu *Participatory Rural Appraisal* (PRA), penggunaan PRA dalam pemberdayaan masyarakat memberikan upaya partisipatif kepada masyarakat untuk menentukan program yang lebih prioritas dalam bentuk tindakan yang nyata, pengawasan, dan evaluasi kebijakan yang berpengaruh terhadap kehidupannya (Rahadi 2018). Pendekatan ini menekankan partisipasi aktif masyarakat desa dalam keseluruhan proses. Selain itu juga pendekatan melalui observasi dan wawancara. Metode ini dipilih untuk memperoleh pemahaman mendalam terkait pemetaan kondisi pemerataan pemenuhan gizi sumber protein hewani. Data yang diperoleh berasal dari wawancara, dan observasi langsung di Dusun Cibunian wilayah RT 005 tepatnya masyarakat sekitar anak yang terindikasi Stunting yang dilaksanakan pada bulan September – Oktober 2025. Langkah-langkah metode yang dilakukan sebagai berikut:

1. Melakukan kunjungan kepada balita terindikasi stunting di Dusun Cibunian
2. Melakukan wawancara kepada 14 kepala keluarga terkait konsumsi protein hewani di Dusun Cibunian di RT 005 Dusun Cibunian tepatnya pada masyarakat sekitar rumah keluarga balita terindikasi stunting
3. Memberikan edukasi protein hewani serta makan bersama di Dusun Margajaya, Desa Margacinta
4. Memberikan bantuan berupa hewan ternak yaitu ayam hidup untuk dipelihara dan dikonsumsi sebagai sumber protein hewani pada keluarga balita terindikasi stunting
5. Melakukan pengolahan data dan evaluasi kegiatan

Hasil dan Pembahasan

Hasil pengambilan data di Dusun Cibunian wilayah RT 005 menunjukkan jumlah konsumsi protein hewani. Data jumlah konsumsi protein hewani dan sumber protein hewani, dimana setiap keluarga mengkonsumsi protein yang tidak merata. Data konsumsi dan sumber protein Dusun Cibunian disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Konsumsi Protein Hewani Masyarakat Dusun Cibunian Wilayah RT 005

No	Nama Kepala Keluarga	Pekerjaan	Jumlah Anggota Keluarga	Balita Terindikasi Stunting	Jumlah Konsumsi Protein Hewani/minggu	
					Daging	Telur
1	Ruslin	Petani	3	1	2 kg	6 butir
2	Udih	Petani	3	0	2 kg	6 butir
3	Ade Badurin	Petani	4	0	2 kg	8 butir
4	Yaya Rusiana	Petani	3	0	1 kg	10 butir

No	Nama Kepala Keluarga	Pekerjaan	Jumlah Anggota Keluarga	Balita Terindikasi Stunting	Jumlah Konsumsi Protein Hewani/minggu	
					Daging	Telur
5	Asep Handir Gunawan	Sedot WC	4	0	1 kg	4 butir
6	Dedi Supriadi	Petani	4	0	1 kg	Tidak pernah
7	Iding	Petani	2	0	1 kg	2 butir
8	Sopian Sahori	Petani	3	0	1 kg	4 butir
9	Surtimu	Petani	4	0	1 kg	6 butir
10	Marni	Tidak Bekerja	1	0	Tidak Pernah	Tidak pernah
11	Dasah	Petani	2	0	1 kg	6 butir
12	Kartini	Ibu Rumah Tangga	3	0	500 gram	Tidak pernah
13	Maman Rukmana	Petani	3	0	1 kg	6 butir
14	Kostaman	Petani	2	0	1 kg	4 butir

Sumber: Data Hasil Survey PPM 2025

Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan distribusi sumber dan volume konsumsi protein hewani berdasarkan pekerjaan kepala keluarga serta jumlah anggota keluarga dari empat belas responden. Sebagian besar kepala keluarga berprofesi sebagai petani, sedangkan sebagian kecil lainnya bekerja sebagai wiraswasta, atau tidak bekerja. Hal ini mengindikasikan bahwa sektor pertanian tetap menjadi mata pencaharian utama di Dusun Cibunian Wilayah RT 005. Jumlah anggota keluarga berkisar antara dua sampai empat orang, yang ikut menentukan tingkat konsumsi protein hewani masing-masing rumah tangga. Berdasarkan kondisi yang ditemukan, konsumsi protein hewani di Dusun Cibunian wilayah RT 005 secara umum menunjukkan tingkat kecukupan gizinya tetap tergolong rendah. Terdapat keluarga yang secara rutin mengonsumsi

sumber protein seperti daging dan telur, jumlah konsumsi tersebut belum memadai untuk memenuhi kebutuhan protein harian yang optimal. Sebagian besar rumah tangga mengonsumsi sekitar 1 kg daging dan 4-10 butir telur. Data tersebut menunjukkan adanya kesenjangan pola konsumsi protein hewani antar rumah tangga, yang dapat dipengaruhi oleh faktor pendapatan, jumlah anggota keluarga, kebiasaan makan, serta tingkat pengetahuan gizi.

Berdasarkan hasil Survey Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) yaitu sebesar 64,54 gram per kapita per hari. Angka tersebut sudah memenuhi standar kecukupan protein yang dianjurkan untuk warga Indonesia yaitu sebesar 57 gram. Namun konsumsi protein hewani pada manusia masih cukup rendah yaitu konsumsi daging 7,40 gram, telur dan susu 5,15 gram, dan ikan/udang/cumi/kerang 15,72 gram

(BPS, 2022). Pada tabel menunjukkan Tingkat konsumsi telur diantara keluarga menunjukkan tingkat konsumsi yang berbeda, mulai dari tidak pernah mengonsumsi telur hingga yang mengonsumsi 10 butir per minggu. Sebagian besar kepala keluarga masih memiliki tingkat konsumsi telur yang rendah, dan hanya beberapa keluarga yang mengonsumsi dalam jumlah lebih banyak.

Menurut Sudargo et al., (2018) pemberian telur sebagai makanan tambahan bagi balita stunting dapat menjadi salah satu alternatif untuk menurunkan angka stunting. Telur mengandung asam amino esensial

yang berperan dalam merangsang sintesis protein otot pada hewan maupun manusia (Sudargo et al., 2018). Setiap 15 gram putih telur mengandung sekitar 1300 mg leusin, yaitu asam amino ketiga terbanyak dalam telur. Leusin berfungsi merangsang pertumbuhan otot secara optimal, terutama pada usia muda (Miranda et al., 2015). Protein memiliki peran penting dalam pertumbuhan linier melalui perannya dalam penyediaan kebutuhan metabolisme asam amino untuk pertumbuhan jaringan dan meningkatkan kadar hormon pertumbuhan (Alaaraj et al., 2021).



Gambar 1. Pemberian Bantuan Ayam Petelur dan Wawancara Salah Satu Warga RT 005 Dusun Cibunian

Pada Gambar 1, merupakan kegiatan pemberian ayam hidup untuk dibudidayakan sebagai bentuk program pemberdayaan masyarakat untuk penyediaan ternak guna dimanfaatkan dalam budidaya yang selanjutnya bisa dimanfaatkan sebagai sumber pangan hewani. Program tersebut sebagai kegiatan tambahan dalam pengabdian pada masyarakat yang dirasakan secara langsung guna penyediaan sumber

protein hewani bagi kebutuhan masyarakat. Pada program tersebut diberikan edukasi juga mengenai pemeliharaan ternak supaya dapat berkembang biak, dan hasilnya dapat dimanfaatkan. Asupan protein hewani berpengaruh terhadap risiko stunting pada balita. Kekurangan asupan protein hewani dapat menghambat pertumbuhan linier sehingga anak mengalami stunting, kondisi stunting berdampak pada gangguan

perkembangan kognitif dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular di usia dewasa (Iswara et al., 2024).

Beberapa kegiatan lainnya yaitu dengan melaksanakan survey mengenai tingkat konsumsi protein hewani pada masyarakat Dusun Cibunian. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan wawancara dan pengambilan data lapangan untuk mencari informasi tambahan guna mengetahui jumlah konsumsi masyarakat terhadap sumber bahan pakan protein hewani dengan data jumlah keluarga pada satu kepala keluarga, sehingga dapat dianalisis mengenai tingkat jumlah konsumsi per keluarga dan per orang. Hasil dari wawancara dan pengambilan data diperoleh data konsumsi daging pada responden berkisar antara 500gram hingga 2 kilogram per minggu.

Berdasarkan wawancara lapangan dan temuan penelitian, dapat diketahui bahwa upaya peningkatan asupan protein hewani melalui edukasi gizi, pemanfaatan sumber pangan lokal, dan pemberdayaan masyarakat menjadi strategi penting dalam pencegahan stunting serta peningkatan konsumsi protein keluarga di wilayah tersebut. Dampak positif dari kegiatan pengabdian ini adalah peningkatan pemahaman masyarakat akan pentingnya protein hewani dan potensi peternakan lokal sebagai penggerak ekonomi desa. Pembelajaran dari kegiatan ini menegaskan pentingnya keterlibatan komunitas dalam setiap tahap program untuk

memastikan keberlanjutan. (Safitri, *et al* 2024).

Kesimpulan

Program pengabdian pada masyarakat (PPM) di Dusun Cibunian menunjukkan bahwa tingkat konsumsi protein hewani pada keluarga, terutama di wilayah RT 005, masih berada pada kategori rendah dan belum mampu memenuhi kebutuhan gizi harian secara optimal. Variasi konsumsi daging dan telur antar rumah tangga dipengaruhi oleh pendapatan yang tidak tetap, dominasi pekerjaan sebagai petani, serta terbatasnya pemahaman gizi. Intervensi berupa edukasi gizi, kegiatan makan bersama, serta pemberian bantuan ayam petelur telah dilakukan untuk pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya protein hewani bagi pertumbuhan anak dan pencegahan stunting. Program pemberdayaan melalui pemeliharaan ternak juga memberikan peluang bagi keluarga untuk memperoleh sumber protein secara berkelanjutan. Secara keseluruhan, kegiatan ini mendorong peningkatan kesadaran gizi dan memberikan dasar bagi perubahan perilaku konsumsi masyarakat. Upaya lanjutan diperlukan untuk memperkuat keberlanjutan intervensi, meningkatkan akses terhadap pangan hewani, serta mendukung pencegahan stunting secara lebih komprehensif di wilayah pedesaan.

Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Padjadjaran yang memberikan fasilitas hibah program Unpad Bermanfaat 2025. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada Kepala Dusun Cibunian dan seluruh Kepala Keluarga dan Masyarakat Dusun Cibunian RT 005 yang berpartisipasi aktif dan kooperatif selama proses observasi, wawancara, dan pelaksanaan edukasi gizi, sehingga dapat terlaksana dengan baik dan tujuan PPM dapat tercapai.

Daftar Pustaka

- Alaaraj, N., Soliman, A., & Rogol, A. D. (2021). Growth of malnourished infants and children: How is inflammation involved? *Expert Review of Endocrinology & Metabolism*, 16(5), 213–216.
<https://doi.org/10.1080/17446651.2021.1956903>
- BPS (Badan Pusat Statistik). (2022). *Survey Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) 2022*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Ekhoulenetale, M., Barrow, A., Ekhoulenetale, C. E., & Tudeme, G. (2020). Impact of stunting on early childhood cognitive development in Benin: Evidence from demographic and health survey. *Egyptian Pediatric Association Gazette*, 68(1).
<https://doi.org/10.1186/s43054-020-00043-x>
- Iswara, N. F., & Syafiq, A. (2024). *Pentingnya protein hewani dalam mencegah balita stunting: Systematic review (The importance of animal protein in preventing stunting in toddlers: Systematic review)*. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 7(1), 110–118.
<https://doi.org/10.56338/mppki.v7i1.4631>
- Kemenkes. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023. Kesehatan RI.
- Maulidah, W. B., Rohmawati, N., & Sulistiyani, S. (2019). Faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di Desa Panduman Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 89-100.
- Miranda, J. M., Anton, X., Redondo-Valbuena, C., Roca-Saavedra, P., Rodriguez, J. A., Lamas, A., Franco, C. M., & Cepeda, A. (2015). Egg and Egg-Derived Foods: Effects on Human Health and Use as Functional Foods. *Nutrients*, 7(1), 706-729.
<https://doi.org/10.3390/nu7010706>
- Rahadi, D. R. (2018). Analisis sektor usaha Kecil & menengah menjadi model kewirausahaan sosial berbasis ekonomi kreatif. *Firm Journal of Management Studies*, 3(1), 16-31.
- Safitri, A. A., Yogaswara, A. S., Rahmawati, A., & Mutaqin, B. K. (2024). Pemetaan kondisi sumber protein asal ternak di Dusun Balengbeng, Desa Margacinta, Pangandaran. *Farmers: Journal of Community Services*, 5(2), 94–99.
<https://doi.org/10.24198/fjcs.v5i2.60138>
- Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia. (2019). *Strategi nasional percepatan pencegahan anak kerdil (stunting)* (Edisi kedua, Cetakan pertama). Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia.
- Soliman, A., De Sanctis, V., Alaaraj, N., Ahmed, S., Alyafei, F., Hamed, N., Soliman, N., 2021. Early and long-term consequences of nutritional stunting: from childhood to adulthood. *Acta Biomed* 92 (1), 1–12.
<https://doi.org/10.23750/abm.v92i1.11346>
- Sudargo, T., Muhammad, H. F. L., Kandarina, I., Putri, N., Irianto, S. E., Pranoto, Y. A., & Paramastri, R. (2018). The effect of additional egg supplementation on vitamin and mineral fortification program on

growth, cognitive development and hemoglobin in Indonesian underweight and stunting children. *Nutrition & Food Science*, 48(5), 744-754. <https://doi.org/10.1108/NFS-01-2018-0009>

UNICEF. (2023). *Levels and trends in child malnutrition* — 2023 edition. UNICEF/W HO/World Bank.