Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia
Published by
Media Publikasi Cendekia Indonesia
https://www.journalmpci.com/index.php/jppmi/index
ISSN : 2830-2567 (Online - Elektronik)
ISSN 2830-2567

Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia, Vol. 5 No. 2 (2026): 954-963

Efektivitas Edukasi Program TETAS (Telur Tingkatkan Gizi, Atasi Stunting) terhadap Pengetahuan Gizi dan Gambaran Pola Konsumsi Keluarga Berisiko Stunting

The Effectiveness of the TETAS (Telur Tingkatkan Gizi, Atasi Stunting) Program on Nutritional Knowledge and Dietary Consumption Patterns among Families at Risk of Stunting

Dian Shofiya[1]*, Mujayanto[1], Teresia Retna P[1], Nuning Marina Pengge[1], Ani Intiyati[1], Yasin Wahyurianto[1], Devi Eka Ratnasari[1], Roudlotul Jannah[1], Atika Nuswantari[1], Khristine Saputri[1], Husnul Halimah[1], Aulia Miladitiya[1], Varisha Souhayla Sekar Ayu Saputro[1], Vira Julianti[1], Lasya Billa Zahwa Putri Lubianto[1], Ananda Aulia Putri[1], Eksar Agus Heines[1], Jeny Ria Rahmawati[1], Hana Fauziyah Kholifia[1], Adrian Eka Putra N[1], Manda Athaillah R[1], Lohita Adinda Rahmadani[2], Ade Riezma Amrina Rosyida[3]

[1] Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Indonesia
[2] Program Studi Gizi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia
[3] Program Studi Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surabaya, Indonesia

*Email Korespondensi: dian_gizi01@poltekkes-surabaya.ac.id

Abstrak

Stunting masih menjadi permasalahan gizi di Desa Sukolilo, Kecamatan Bancar, Kabupaten Tuban. Hasil identifikasi awal menunjukkan bahwa sebagian keluarga berisiko stunting memiliki pola konsumsi yang kurang beragam, rendah konsumsi protein hewani, serta pengetahuan gizi yang masih rendah sehingga diperlukan upaya edukasi untuk meningkatkan perilaku konsumsi keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Sukolilo mengenai pentingnya konsumsi protein dalam upaya pencegahan stunting melalui Program TETAS (Telur Tingkatkan Gizi, Atasi Stunting). Sasaran kegiatan terdiri atas keluarga berisiko stunting, dengan total 27 peserta, yaitu 4 ibu hamil dan 23 balita. Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan gizi, diskusi interaktif, pembagian leaflet edukasi, pengukuran status gizi, pengkajian pola konsumsi menggunakan food recall 24 jam, serta pemberian induk ayam petelur sebagai upaya meningkatkan ketersediaan sumber protein keluarga. Tingkat pengetahuan peserta dievaluasi menggunakan kuesioner pre-test dan post-test yang dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil food recall menunjukkan sebagian besar balita stunting/wasting mengalami defisit berat asupan zat gizi makro, pola konsumsi yang kurang beragam, serta rendahnya konsumsi buah dan protein hewani. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan setelah edukasi (p=0,015). Program TETAS terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting dan berpotensi mendukung perubahan perilaku konsumsi keluarga melalui edukasi gizi dan pemanfaatan sumber pangan keluarga.

Kata kunci: Edukasi Gizi, Pola Konsumsi, Protein Hewani, Stunting, TETAS.

Abstract

Stunting remains a nutritional problem in Sukolilo Village, Bancar District, Tuban Regency. Preliminary identification showed that some families at risk of stunting had inadequate dietary diversity, low consumption of animal-source protein, and limited nutritional knowledge, highlighting the need for nutrition education to improve family dietary practices. This community service program aimed to improve the understanding of the Sukolilo Village community regarding the importance of protein consumption for stunting prevention through the TETAS (Eggs to Improve Nutrition and Prevent Stunting) Program. The target group consisted of families at risk of stunting, represented by 27 participants, comprising 4 pregnant women and 23 mothers/caregivers of under-five children. The activities included nutrition counseling, interactive discussions, distribution of educational leaflets, nutritional status assessment, dietary assessment of under-five children using a 24-hour food recall, and the provision of laying hens and chicken coops to increase household access to animal-source protein. Participants' knowledge was evaluated using pre-test and post-test questionnaires and analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. The 24-hour food recall results showed that most stunted/wasted children

had severe deficits in micronutrient intake, limited dietary diversity, and low consumption of fruits and animal-source protein. The analysis demonstrated a significant increase in participants' knowledge following the educational intervention (p = 0.015). The TETAS Program was effective in improving participants' knowledge regarding stunting prevention and has the potential to support changes in family dietary practices through nutrition education and the utilization of household food resources.

***Keywords**: Nutrition Education, Consumption Patterns, Animal-Source Protein, Stunting, TETAS.*

Pesan Utama:

- Program TETAS mengintegrasikan edukasi gizi dengan pemberian aset produktif berupa ayam petelur dan kandang.
- Edukasi gizi secara signifikan meningkatkan pengetahuan peserta tentang pencegahan stunting (p = 0,015).
- Pendekatan berbasis rumah tangga ini mendukung peningkatan akses terhadap sumber protein hewani untuk pencegahan stunting.

Copyright (c) 2026 Authors.

Received: 16 July 2026
Accepted: 08 September 2026
Published: 01 November 2026

DOI: https://doi.org/10.56303/jppmi.v5i2.1628

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

GRAPHICAL ABSTRACT



PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan gizi prioritas di Indonesia karena berdampak terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta kualitas sumber daya manusia di masa mendatang. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting di Provinsi Jawa Timur sebesar 14,7%, sedangkan di Kabupaten Tuban sebesar 11,3% pada tahun 2025. Meskipun angka tersebut lebih rendah dibandingkan rata-rata provinsi, permasalahan gizi lain seperti wasting masih perlu mendapat perhatian karena dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting (Badan Pusat Statistik Kabupaten Tuban, 2025; Hasnita et al., 2023). Salah satu wilayah yang masih memiliki jumlah keluarga berisiko stunting cukup tinggi serta berada pada wilayah dengan tingkat kemiskinan yang relatif tinggi adalah Desa Sukolilo, Kecamatan Bancar, Kabupaten Tuban. Kondisi tersebut berpotensi memengaruhi akses keluarga terhadap pangan bergizi dan praktik pemberian makan yang optimal pada balita.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kejadian stunting merupakan masalah multifaktorial antara lain rendahnya konsumsi protein hewani, kurangnya keberagaman pangan, praktik pemberian makan yang kurang tepat, rendahnya pengetahuan gizi keluarga dan tingkat pendidikan orang tua serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan, sanitasi dan air bersih yang kurang memadai (Garina et al., 2024; Sari & Christy, 2025). Selain peningkatan pengetahuan gizi, penguatan ketahanan pangan keluarga melalui pemanfaatan pekarangan rumah juga menjadi salah satu strategi yang efektif. Program Pekarangan Pangan Lestari telah terbukti mampu meningkatkan ketersediaan pangan keluarga, mendukung ketahanan pangan rumah tangga, serta memberikan manfaat ekonomi bagi masyarakat (Shaliza & Sulistyorini, 2024). Pekarangan yang sebelumnya kurang dimanfaatkan dapat dioptimalkan untuk budidaya sayuran, buah-buahan, ikan air tawar, maupun unggas sebagai sumber protein hewani keluarga.

Hal ini sejalan dengan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2025–2029 yang menekankan bahwa peningkatan konsumsi protein hewani, sayur, dan buah menjadi salah satu strategi penting dalam percepatan penurunan stunting, terutama pada ibu hamil, balita, dan kelompok rentan rawan pangan (Badan Pangan Nasional, 2025). Berdasarkan kondisi tersebut, tim pengabdian mengembangkan Program TETAS (Telur Tingkatkan Gizi, Atasi Stunting) di Desa Sukolilo, Kecamatan Bancar, Kabupaten Tuban. Program ini mengintegrasikan edukasi gizi, pengukuran antropometri, pengkajian pola konsumsi keluarga serta pemanfaatan pekarangan rumah sebagai sumber pangan keluarga. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat desa Sukolilo mengenai pentingnya konsumsi protein dalam upaya pencegahan stunting melalui Program TETAS (Telur Tingkatkan Gizi, Atasi Stunting).

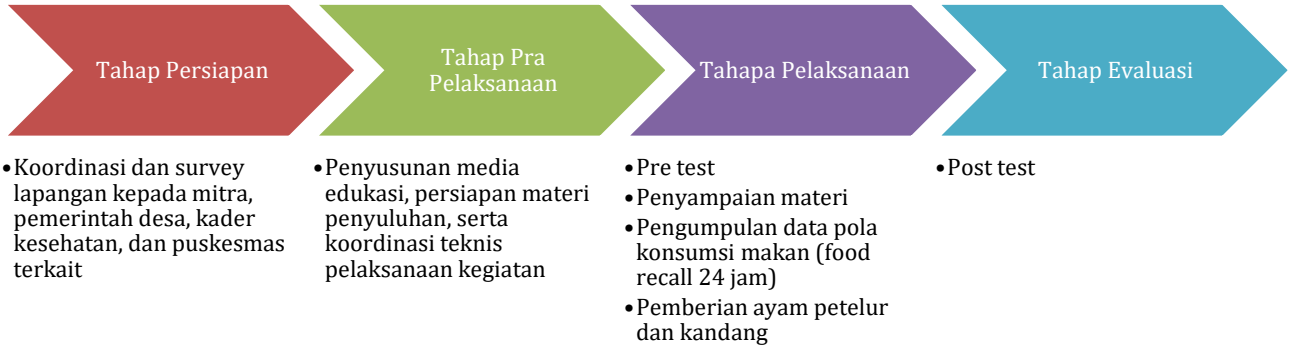
METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Sukolilo, Kecamatan Bancar, Kabupaten Tuban, Jawa Timur, pada bulan Mei sampai Juli 2026. Sasaran kegiatan ditetapkan berdasarkan hasil Focus Group Discussion (FGD) bersama kader kesehatan, yaitu keluarga berisiko stunting. Kegiatan melibatkan 27 peserta yang terdiri atas 4 ibu hamil dan 23 ibu/pengasuh balita berisiko stunting. Kegiatan dilaksanakan melalui edukasi dan penyuluhan gizi, diskusi interaktif, pembagian leaflet edukasi, pengukuran status gizi, pengkajian pola konsumsi menggunakan 24-hour food recall, serta pemberdayaan masyarakat melalui pemberian ayam petelur dan kandang sebagai sumber pangan hewani rumah tangga.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dibagi menjadi empat tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pra pelaksanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahap persiapan dilakukan melalui koordinasi dengan mitra dan pemerintah desa, survei lapangan, serta komunikasi dengan kader kesehatan dan tenaga kesehatan dari puskesmas setempat untuk mengidentifikasi sasaran dan kebutuhan kegiatan. Hasil koordinasi dan FGD digunakan sebagai dasar dalam menentukan keluarga sasaran dan bentuk intervensi yang diberikan. Tahap pra-

pelaksanaan meliputi penyusunan media edukasi, persiapan materi penyuluhan, serta koordinasi teknis pelaksanaan kegiatan dengan mitra. Materi edukasi disusun dengan fokus pada gizi seimbang, pentingnya konsumsi protein hewani, pemanfaatan sumber pangan lokal, pemanfaatan pekarangan melalui pemeliharaan ayam petelur, serta pencegahan stunting. Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai gizi seimbang, konsumsi protein hewani, pemanfaatan pekarangan, dan pencegahan stunting. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi edukasi gizi melalui penyuluhan, diskusi interaktif, dan pembagian leaflet. Pengukuran status gizi dilakukan pada balita sasaran, sedangkan data pola konsumsi diperoleh melalui 24-hour food recall untuk menggambarkan asupan dan pola konsumsi, terutama konsumsi protein hewani, sayur, dan buah. Sebagai bagian dari pemberdayaan masyarakat, keluarga sasaran juga diberikan ayam petelur beserta kandang untuk mendukung ketersediaan sumber protein hewani di tingkat rumah tangga.

Tahap evaluasi dilakukan melalui pemberian post-test untuk menilai perubahan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi. Data pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif dan inferensial untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi. Analisis perbedaan skor pengetahuan dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed-Rank Test. Sementara itu, data 24-hour food recall digunakan untuk menggambarkan pola konsumsi keluarga sasaran, khususnya konsumsi protein hewani, sayur, dan buah. Seluruh kegiatan dilaksanakan dengan melibatkan kolaborasi antara tim pengabdi, kader kesehatan, tenaga Kesehatan dari Puskesmas setempat, pemerintah desa, pemerintah Kecamatan Bancar, serta dinas pertanian dan peternakan guna mendukung keberlanjutan program pencegahan stunting berbasis keluarga.



Gambar 1. Bagan Alur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah seluruh peserta pada kegiatan pengabdian ini sebanyak 27 orang yang terdiri dari ibu hamil (n=4) dan balita (n=23). Berdasarkan karakteristik usia, ibu hamil yang mengikuti kegiatan pengabdian memiliki rentang usia 22–36 tahun dan mayoritas berada pada usia reproduktif sehat. Sementara itu, usia balita berada pada rentang 3–60 bulan dengan sebagian besar termasuk dalam kelompok baduta dan balita yang merupakan periode penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Kelompok usia tersebut menjadi sasaran prioritas dalam upaya pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan peningkatan konsumsi pangan bergizi.

Hasil pengukuran antropometri menunjukkan bahwa seluruh ibu hamil mengalami risiko Kurang Energi Kronis (KEK) berdasarkan ukuran LILA. Pada balita, sebagian besar memiliki status gizi normal berdasarkan indikator BB/U, namun hampir setengahnya tergolong pendek berdasarkan indikator TB/U. Temuan ini menunjukkan bahwa masalah gizi masih ditemukan pada ibu hamil maupun balita sehingga diperlukan intervensi gizi yang berkelanjutan.

Tabel 1. Distribusi Status Gizi Berdasarkan Indikator Antropometri.

Kelompok	Indikator	Kategori	n	%
Ibu hamil	LILA	KEK	4	100

Kelompok	Indikator	Kategori	n	%
	IMT	Underweight	1	25
		Normal	3	75
Balita	BB/U	Underweight	9	39,1
		Normal	14	60,8
	TB/U	Sangat pendek	2	8,6
		Pendek	11	34,3
		Normal	9	39,1
		Tinggi	1	4,3

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,015 (p<0,05), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi Program TETAS. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta terkait gizi dan pencegahan stunting.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel	Median	Minimun	Maximum	p-value
Pre-test	93	60	100	
Post-test	100	73	100	0.015*

*Keterangan: Uji Wilcoxon Signed Rank Test, signifikan jika p<0,05

Hasil food recall 24 jam menunjukkan bahwa sebagian besar keluarga masih memiliki asupan zat gizi makro yang tergolong defisit berat. Pola konsumsi keluarga cenderung kurang bervariasi dengan jenis makanan yang hampir seragam pada setiap keluarga, seperti nasi, telur ceplok, dan sayur sop. Konsumsi buah masih jarang ditemukan, sedangkan konsumsi makanan selingan pada balita lebih didominasi oleh makanan ringan atau snack kemasan. Selain itu, praktik pemberian makan dan pengasuhan gizi balita masih belum optimal. Sebagian besar ibu memberikan ASI dengan durasi sekitar 15 menit dan masih ditemukan pemberian air tajin pada beberapa balita. Konsumsi sayur pada anak juga masih rendah karena beberapa balita hanya mengonsumsi kuah sayur tanpa menghabiskan isi sayuran.

Karakteristik Peserta dan Status Gizi

Karakteristik peserta pada kegiatan pengabdian ini terdiri atas ibu hamil dan balita yang termasuk dalam kelompok berisiko stunting. Hasil pengukuran status gizi yang menunjukkan bahwa seluruh ibu hamil mengalami KEK (Kurang Energi Kronis) dengan Lingkar Lengan Atas (LILA) <23,5 cm. Sebagian balita juga memiliki status gizi underweight dan stunting berdasarkan indikator berat badan menurut umur (BB/U) dan tinggi badan menurut umur (TB/U). Temuan ini menunjukkan bahwa keluarga sasaran memerlukan intervensi gizi yang berkelanjutan guna mencegah terjadinya masalah gizi yang lebih berat. KEK pada ibu hamil merupakan kondisi kekurangan asupan energi dan zat gizi yang berlangsung dalam jangka waktu lama sehingga dapat memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Oleh karena itu, kekurangan asupan energi maupun zai gizi dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai masalah gizi. Penelitian Metasari (2022) menunjukkan adanya hubungan antara ukuran LILA dan kenaikan berat badan ibu hamil dengan perkiraan berat janin. Pengukuran kedua indikator tersebut dapat digunakan sebagai deteksi dini status gizi ibu yang berperan penting dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan janin selama masa kehamilan (Metasari et al., 2022). Selain itu, Roswita et al. (2024) melaporkan bahwa ibu hamil dengan KEK memiliki risiko sekitar 3,7 kali lebih besar untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah dibandingkan ibu dengan status gizi normal (Roswita et al., 2024).

Stunting pada balita mencerminkan adanya masalah kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam jangka panjang. Sebagian besar balita dalam kegiatan ini berada pada kelompok usia di bawah lima tahun, yaitu masa kritis pertumbuhan dan perkembangan yang sering disebut sebagai masa emas (*golden period*). Pada fase ini, pemenuhan kebutuhan gizi yang optimal sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta mencegah terjadinya stunting. Penelitian Akbar et al. (2023) menunjukkan bahwa stunting berhubungan secara signifikan dengan gangguan perkembangan motorik anak. Kejadian stunting juga

dipengaruhi oleh berbagai faktor eksternal, seperti kondisi maternal, status sosial ekonomi keluarga, lingkungan tempat tinggal, penyakit infeksi, serta praktik pemberian makan yang kurang tepat (Akbar et al., 2023). Selain faktor-faktor tersebut, Dassie et al. (2024) menjelaskan bahwa stunting, wasting, dan underweight berkaitan dengan berbagai faktor risiko, antara lain asupan makanan yang tidak memadai, kualitas diet yang rendah, penyakit infeksi, buruknya kualitas air dan sanitasi, usia anak, status anemia, kelahiran prematur, status gizi ibu yang kurang baik, rendahnya ketahanan pangan rumah tangga, kemiskinan, keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan, serta praktik pemberian makan yang dipengaruhi oleh budaya setempat (Dassie et al., 2024).

Temuan pada kegiatan ini menunjukkan bahwa seluruh ibu hamil mengalami KEK, sehingga kondisi tersebut berpotensi berkontribusi terhadap pertumbuhan janin yang kurang optimal. Hal ini mengindikasikan adanya keterkaitan antara status gizi ibu selama kehamilan dengan risiko terjadinya stunting pada anak di kemudian hari.





Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Edukasi dan Pengukuran Antropometri

Pelaksanaan Edukasi Program TETAS

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi (p=0,015). Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi melalui Program TETAS efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai gizi seimbang, konsumsi protein hewani, dan pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan ini kemungkinan dipengaruhi oleh metode edukasi yang dilakukan secara tatap muka melalui penyuluhan dan sesi diskusi interaktif, sehingga peserta dapat lebih mudah memahami materi yang disampaikan serta memperoleh kesempatan untuk mengajukan pertanyaan secara langsung terkait hal-hal yang belum dipahami. Selain metode penyampaian yang interaktif, media edukasi berupa leaflet juga diduga berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Leaflet memungkinkan peserta memperoleh informasi secara tertulis sehingga materi dapat dipelajari kembali setelah kegiatan berlangsung. Penelitian Ristiowati dan Safitri (2024) menunjukkan bahwa penggunaan e-leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu. Sejalan dengan hal tersebut, Djaafar et al. (2024) melaporkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap ibu balita setelah diberikan edukasi menggunakan media leaflet tentang stunting. Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa media leaflet dapat menjadi sarana edukasi yang efektif karena mampu memperkuat pemahaman peserta terhadap informasi yang disampaikan, sehingga mendukung keberhasilan program edukasi gizi dan pencegahan stunting (Djaafar et al., 2024; Ristiowati & Safitri, 2024).

Berdasarkan hasil evaluasi, sebanyak delapan peserta mengalami peningkatan nilai pada post-test dibandingkan pre-test. Sementara itu, peserta lainnya menunjukkan nilai yang relatif tetap karena telah memperoleh skor yang baik pada saat pre-test dan mampu mempertahankan pemahamannya hingga post-test. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan tidak hanya berperan dalam meningkatkan pengetahuan peserta yang masih memiliki keterbatasan pemahaman, tetapi juga efektif dalam mempertahankan pengetahuan

yang telah dimiliki oleh peserta dengan tingkat pengetahuan awal yang baik. Temuan tersebut menunjukkan bahwa metode ceramah yang didukung media leaflet efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu karena informasi yang disampaikan menjadi lebih mudah dipahami dan diingat oleh peserta (Ahmadi et al., 2026). Selain itu, Amri dan Rachmayanti (2022) juga melaporkan bahwa edukasi gizi yang disampaikan secara interaktif melalui metode Emotional Demonstration (Emo-Demo) mampu meningkatkan pengetahuan ibu terkait pencegahan stunting. Hasil penelitian sebelumnya memperkuat temuan pada kegiatan ini bahwa kombinasi metode edukasi tatap muka dan penggunaan media pendukung yang sesuai mampu meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan. Efektivitas tersebut tercermin dari meningkatnya pemahaman peserta setelah mengikuti Program TETAS, khususnya terkait konsep gizi seimbang, pentingnya konsumsi protein hewani, serta strategi pencegahan stunting (Amri & Rachmayanti, 2022).



Gambar 3. Dokumentasi Serah Terima Ayam Petelur

Gambaran Pola Konsumsi Makan

Gambaran pola konsumsi makan keluarga diperoleh melalui metode food recall 24 jam untuk mengetahui jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh peserta dalam satu hari terakhir. Berdasarkan hasil analisis food recall 24 jam, sebagian besar peserta mengalami defisit berat pada asupan zat gizi, terutama zat gizi makro. Kondisi ini diduga berkaitan dengan rendahnya keberagaman konsumsi pangan dalam keluarga dan rendahnya pengetahuan keluarga tentang gizi. Pola makan peserta masih didominasi oleh sumber karbohidrat, sementara konsumsi buah, sayur, dan sumber protein hewani yang beragam masih relatif rendah. Jenis makanan yang paling sering dikonsumsi adalah sayur sop dan telur ceplok sebagai lauk hewani. Selain itu, beberapa balita hanya mengonsumsi kuah sayur tanpa menghabiskan sayurannya sehingga asupan vitamin, mineral, dan serat menjadi kurang optimal. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko terjadinya gangguan pertumbuhan pada anak, mengingat kecukupan protein, pola konsumsi sumber protein lokal, serta pengetahuan ibu mengenai gizi merupakan faktor penting yang berperan dalam pencegahan stunting (Nissa et al., 2022). Rendahnya variasi konsumsi pangan yang ditemukan pada peserta juga menunjukkan masih terbatasnya pemenuhan kebutuhan gizi keluarga secara optimal. Hasil ini sejalan dengan penelitian Amanda et al. (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita usia 24–59 bulan. Pada kegiatan ini juga ditemukan bahwa beberapa orang tua cenderung mengikuti keinginan anak yang lebih memilih mengonsumsi makanan ringan atau snack dibandingkan makanan utama. Selain itu, perhatian terhadap waktu dan jadwal pemberian makan masih kurang optimal, padahal pengaturan jadwal makan yang teratur merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan kebiasaan makan yang sehat pada anak (Amanda et al., 2023). Penelitian Ginting et al. (2024) yang dilakukan pada balita usia 12–59 bulan, menunjukkan bahwa jenis makanan dan frekuensi pemberian makan memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kejadian stunting dibandingkan jumlah makanan yang dikonsumsi (Ginting et al., 2024). Oleh karena itu, selain memperhatikan kecukupan asupan, upaya pencegahan stunting juga perlu difokuskan pada peningkatan kualitas dan keberagaman makanan yang

diberikan kepada balita. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa masih terdapat baduta yang diberikan air tajin sebagai tambahan ASI. Praktik pemberian ASI eksklusif pada sebagian peserta juga belum sepenuhnya sesuai rekomendasi, terutama terkait durasi menyusui. Padahal, pemberian ASI yang terjadwal dapat membantu membentuk pola menyusui yang lebih terstruktur dan konsisten, baik dari segi frekuensi maupun durasi. Penerapan pola menyusui yang tepat dapat menjadi salah satu upaya untuk mempertahankan status gizi bayi dan mendukung pencegahan stunting sejak dini. Frekuensi menyusui juga diketahui berperan dalam mencegah berbagai masalah gizi pada bayi (Sulupadang et al., 2024).

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak hanya ditentukan oleh lamanya waktu menyusui, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas praktik pemberian makan bayi secara keseluruhan. Temuan pada kegiatan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan pentingnya praktik pemberian ASI dalam pencegahan stunting. Penelitian Susanti et al. (2026) melaporkan adanya hubungan antara durasi pemberian ASI dan tingkat keparahan stunting pada balita. Hasil serupa juga ditemukan oleh Longulo et al. (2023) yang menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif berhubungan dengan risiko kejadian stunting pada balita usia 24–59 bulan. Selain itu, penelitian Lushinta et al. (2024) menemukan hubungan yang signifikan antara praktik pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting, di mana balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan balita yang memperoleh ASI eksklusif (Longulo et al., 2023; Lushinta et al., 2024; Susanti et al., 2026). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa pemberian ASI yang optimal, baik dari segi durasi maupun frekuensinya, merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah terjadinya stunting. Secara umum, bayi dapat disusui setiap dua hingga empat jam sekali dalam periode 24 jam. Selain itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia merekomendasikan agar bayi disusui sesering mungkin atau setiap kali bayi menginginkannya, yaitu sekitar 8–12 kali per hari atau lebih. Dalam satu kali sesi menyusui, bayi umumnya membutuhkan waktu sekitar 20–30 menit untuk menyusu dari kedua payudara (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Lebih dari itu semua, Pemberian ASI Ekslusif sanagt dipengaruhi oleh status gizi ibu saat hamil (Shofiya et al., 2023). Sehingga sangat penting untuk memberikan dukungan konsumsi pangan kepada ibu hamil untuk penanganan stunting.

KESIMPULAN

Program TETAS (Telur Tingkatkan Gizi, Atasi Stunting) yang dilaksanakan pada keluarga berisiko stunting di Desa Sukolilo, Kecamatan Bancar, Kabupaten Tuban terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai gizi seimbang, konsumsi protein hewani, dan pencegahan stunting. Hasil pengukuran status gizi menunjukkan bahwa seluruh ibu hamil yang menjadi sasaran kegiatan berisiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), sementara pada balita masih ditemukan masalah gizi berupa underweight serta stunting berdasarkan indikator berat badan menurut umur dan tinggi badan menurut umur. Selain itu, hasil food recall 24 jam menunjukkan bahwa sebagian besar keluarga masih mengalami defisit berat asupan zat gizi makro, rendahnya keberagaman pangan, terbatasnya konsumsi buah dan protein hewani, serta praktik pemberian makan dan pemberian ASI yang belum optimal. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi perlu diikuti dengan pendampingan berkelanjutan untuk mendorong perubahan perilaku konsumsi, memperbaiki status gizi keluarga, dan mendukung upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan. Secara khusus, temuan risiko KEK pada seluruh ibu hamil sasaran menunjukkan perlunya pendampingan dan pemantauan gizi ibu hamil secara rutin melalui pengukuran LiLA, pemantauan kenaikan berat badan selama kehamilan, serta konseling dan pemenuhan kebutuhan energi dan protein sesuai kebutuhan ibu hamil melalui kolaborasi kader dan tenaga kesehatan setempat.

PENDANAAN

Pengabdian Masyarakat ini di danai oleh DIPA Politeknik Kesehatan Surabaya Nomor : SP. DIPA-

024.12.2.637588/2026 tanggal: 01 Desember 2025.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penghargaan yang tinggi disampaikan kepada yang terhormat : Kepala Dinas Peternakan Kabupaten Tuban; Kepala Puskesmas Bulu, Kec. Bancar, Kabupaten Tuban; Camat Kecamatan Bancar dan Kepala Desa Sukolilo Kacamatan Bancar, Kab Tuban. Ucapan terimakasih disampaikan kepada ibu hamil, ibu menyusui dan keluarga balita yang telah mengikuti dan terlibat langsung dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Tidak lupa ucapan terimakasih dan penghargaan yang tinggi juga disampaikan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Surabaya yang telah memberikan dana dan fasilitas penuh, sehingga kegiatan pengabdian Masyarakat dapat dilaksanakan dengan baik.

KONFLIK KEPENTINGAN

Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Widyyati, M. L. I., & Rafti, A. A. (2026). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Nutrisi Balita Stunting di Puskesmas Pulau Mandangin. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, *18*(1), 9–15.

Akbar, R. R., Kartika, W., & Khairunnisa, M. (2023). The Effect of Stunting on Child Growth and Development. *SCIENA*, *II*(4), 153–160.

Amanda, Andolina, N., & Adhyatma, A. A. (2023). Hubungan Pola Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan di Puskesmas Botania. *Jurnal Promotif Preventif*, *6*(3), 486–493.

Amri, A. F., & Rachmayanti, R. D. (2022). Edukasi Emotional Demonstration dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu terhadap Pencegahan Stunting. *Media Gizi Kesmas*, *11*(2), 341–350.

Badan Pangan Nasional. (2025). *Rencana Strategis Badan Pangan Nasional 2025-2029*. Badan Pangan Nasional.

Badan Pusat Statistik Kabupaten Tuban. (2025). *Kabupaten Tuban Dalam Angka 2025* (Volume 20). BPS-Statistics of Tuban Regency.

Dassie, G. A., Fantaye, T. C., Charkos, T. G., Erba, M. S., & Tolosa, F. B. (2024). Factors Influencing Concurrent Wasting, Stunting , and Underweight Among Children Under Five Who Suffered from Severe Acute Malnutrition in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review. *Frontiers in Nutrition*, *11*(1452963), 1–11. https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1452963

Djaafar, T., Amsal, & Novarianti. (2024). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita Dengan Media Leaflet Tentang Stunting. *Jurnal Promotif Preventif*, *7*(2), 205–210.

Garina, L. A., Dewi, M. K., Trusda, S. A. D., Purbaningsih, W., Muflihah, H., Tursina, A., Respati, T., & Rahimah, S. B. (2024). Maternal, Child, and Household Risk Factors for Children with Stunting. *The Open Public Health Journal*, *17*(e18749445321448), 1–11. https://doi.org/10.2174/0118749445321448240823112908

Ginting, T., Simangunsong, P. M. J., Hutapea, B. S., Sitompul, P. L., & Sipayung, R. (2024). Hubungan Pola Pemberian Makan dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Kecamatan Bandar Kabupaten Simalungun. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, *23*(2), 104–109.

Hasnita, E., Noflidaputri, R., Sari, N. W., & Yuniliza. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Wasting pada Balita Usia 36-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Rao Kabupaten Pasaman. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *7*(1), 130–137.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Ingin Bayi Tumbuh Sehat dan Cerdas? ASI Eksklusif 6 Bulan Kuncinya*.

Longulo, O. J., Muliani, Mangun, M., Pont, A. V., & Susanti. (2023). ASI Eksklusif Dengan Risiko Kejadian Stunting

Pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Napande: Jurnal Bidan*, *2*(1), 35–41. https://doi.org/10.33860/njb.v2i1.2222

Lushinta, L., Puspitaningsih, R., Suryani, H., Nurachma, E., & Jasmawati. (2024). Hubungan riwayat pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita usia 24 – 60 bulan di Puskesmas Sungai Kapih. *SAGO: Gizi Dan Kesehatan*, *5*(3b), 1078–1085.

Metasari, A. R., Kasmiati, & Ermawati. (2022). Hubungan Lingkar Lengan Atas (LILA) dan Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil Dengan Taksiran Berat Janin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *15*(1), 23–29.

Nissa, C., Mustafidah, I., & S, G. I. (2022). Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Pola Konsumsi Protein Berbasis Pangan Lokal pada Anak Baduta Stunting. *Amerta Nutrition*, *6*(1SP), 38–43. https://doi.org/10.20473/amnt.v6i1SP.2022.38-43

Ristiowati, R., & Safitri, Y. (2024). Pengaruh Pemberian Edukasi Melalui Media E-Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Posyandu Balita Di Kampung Kumbara Utama Kecamatan Kerinci Kanan Kabupaten Siak Provinsi Riau Tahun 2024. *Jubida*, *3*(1), 20–31.

Roswita, K. W., Nurbaniwati, N., & Sedayu. (2024). The Correlation Between Anemia and Chronic Energy Deficiency in Pregnant Women With the Incidence of Low Birth Weight at the Ciwaringin Cirebon Health Center in 2020 – 2022. *Obgynia*, *7*(3), 382–390.

Sari, N., & Christy, J. (2025). Factors Influencing Stunting Among Children Aged 0-59 Months. *Indonesian Journal of Global Health Research*, *7*(4), 981–988.

Shaliza, F., & Sulistyorini, H. (2024). Evaluasi Kegiatan Pekarangan Pangan Lestari (P2L) di Perkotaan (Studi Kasus pada KWT Mekar Mandiri Kota Dumai dan Bijeh Ban Keumang Kota Banda Aceh). *Jurnal Triton*, *15*(1), 20–36.

Shofiya, D., Sumarmi, S., Sulistyono, A., & Suyanto, B. (2023). Determinants of successful exclusive breastfeeding in primiparas mothers om m er e on m er ci al us e on on. *Journal of Public Health in Africa*, *14*(s2), Article 2614. https://doi.org/10.4081/jphia.2023.2614

Sulupadang, P., Samsuddin, & Dali. (2024). Pengaruh Pola Menyusui Terjadwal Terhadap Peningkatan BB Bayi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, *12*(1), 24–30. https://doi.org/10.20527/dk.v12i1.549

Susanti, A. W., Iis, H., & Suhartin. (2026). Korelasi Durasi Pemberian ASI terhadap Klasifikasi Derajat Stunting pada Balita. *MUTIARA: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, *4*(2), 17–34.