



Food Hygiene Socialization: Education on Egg Quality and Management to Produce Quality Complementary Foods

Sosialisasi Higiene Pangan: Edukasi Mengenai Kualitas dan Pengelolaan Telur Demi Menghasilkan MPASI yang Berkualitas

Indra Fajarwati Ibnu^{1*} , Siti Nurhalizah Ahmad²

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia

²Program Studi Kedokteran Hewan, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia

ABSTRACT

Introduction: Stunting is a condition where children have a shorter body size than normal children their age and have a delay in cognitive development, resulting in physical and brain growth failure due to prolonged malnutrition. Stunting can be prevented by conducting routine pregnancy controls, providing exclusive breastfeeding for 6 months, and providing varied complementary foods (MPASI) in a timely, adequate, safe, hygienic, and correct manner. Animal protein is important to prevent stunting because it contains complete and high-quality essential amino acids. Eggs are a food of animal origin that can be used as an alternative to prevent and reduce stunting. **Objective:** To provide education on how to select, manage, and store eggs as food of animal origin to the community in Desa Mamminasae, Kecamatan Paleteang, Pinrang Regency. **Methods:** The community was educated through explanations combined with practical demonstrations of good egg selection procedures, cleaning procedures before storage, and proper egg storage positioning. **Results:** There was a significant increase in knowledge among participants, with an average increase in correct answers from pre-test to post-test ranging from 26.2% to 44.3% across five knowledge questions. **Conclusion:** The socialization program was well implemented technically and successfully improved community knowledge on egg quality management for producing quality complementary foods.

Keywords: food hygiene, food quality, eggs, stunting prevention, complementary foods

ABSTRAK

Pendahuluan: Stunting merupakan kondisi di mana anak memiliki ukuran tubuh lebih pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam perkembangan kognitif, serta mengakibatkan gagal tumbuh pada fisik dan otak anak akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Stunting dapat dicegah dengan melakukan kontrol rutin kehamilan, memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan, dan memberikan makanan pendamping ASI (MPASI) yang bervariasi secara tepat waktu, adekuat, aman, higienis, serta dengan cara yang benar. Protein hewani penting untuk mencegah stunting karena mengandung asam amino esensial yang lengkap dan berkualitas tinggi. Telur merupakan bahan pangan asal hewan yang dapat digunakan sebagai alternatif untuk mencegah dan menurunkan angka stunting. **Tujuan:** Memberikan edukasi mengenai cara pemilihan, pengelolaan, dan penyimpanan telur sebagai bahan pangan asal hewan kepada masyarakat di wilayah Kelurahan Mamminasae, Kecamatan Paleteang, Kabupaten Pinrang. **Metode:** Masyarakat diedukasi melalui penjelasan yang disertai dengan demonstrasi praktik pemilihan telur yang baik, prosedur pembersihan telur sebelum disimpan, dan cara memosisikan telur yang tepat untuk penyimpanan. **Hasil:** Terdapat peningkatan

Korespondensi*:

Indra Fajarwati Ibnu
Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Hasanuddin, 90245, Makassar, Indonesia.
Surel: indra.fajarwati@unhas.ac.id

Article history:

Submitted: 22 January 2025
Revised: 24 February 2025
Accepted: 26 March 2025
Published: 28 March 2025

pengetahuan yang signifikan dari masing-masing partisipan, dengan rata-rata peningkatan jawaban benar dari pre-test ke post-test berkisar antara 26,2% hingga 44,3% untuk lima soal pengetahuan. **Simpulan:** Program sosialisasi terlaksana dengan baik dalam hal teknis dan berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan kualitas telur untuk menghasilkan MPASI yang berkualitas.

Kata kunci: *higiene pangan, kualitas pangan, telur, pencegahan stunting, makanan pendamping ASI.*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi di mana anak memiliki ukuran tubuh lebih pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam perkembangan kognitif, serta mengakibatkan gagal tumbuh pada fisik dan otak anak akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama (Ayukarningsih et al., 2021). Menurut Riset Kesehatan Dasar, persentase stunting di Indonesia meningkat dari 37,2% pada tahun 2013 menjadi 30,8% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Menurut data SSGI tahun 2021, prevalensi stunting di Indonesia sebesar 24,4%. Angka ini menunjukkan bahwa stunting masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, dan pemerintah menargetkan penurunan stunting menjadi 14% pada tahun 2024 (Bappenas, 2024).

Stunting dapat dicegah melalui beberapa strategi. Pertama, melakukan kontrol rutin kehamilan dan memastikan ibu hamil mendapatkan asupan gizi yang cukup. Kedua, memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan. Ketiga, memberikan makanan pendamping ASI (MPASI) yang bervariasi secara tepat waktu, adekuat, aman, higienis, dan dengan cara yang benar. Protein hewani merupakan komponen penting dalam pencegahan stunting karena mengandung asam amino esensial yang lengkap dan berkualitas tinggi (Syahrudin et al., 2022). Asam amino esensial adalah asam amino yang tidak dapat diproduksi tubuh sendiri, sehingga sepenuhnya harus diperoleh dari makanan. Protein hewani tidak hanya efektif memperbaiki kualitas makanan dan status gizi, tetapi juga meningkatkan luaran kesehatan lain seperti pertumbuhan, fungsi kognitif, aktivitas fisik, dan performa sekolah di negara berkembang (Adani & Nindya, 2017).

Produk hewan harus memenuhi kriteria aman, sehat, utuh, dan halal (ASUH) bagi konsumsi masyarakat untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat veteriner. Aman berarti tidak mengandung bahaya biologis, kimia, fisik, atau bahan-bahan yang dapat mengganggu kesehatan manusia. Sehat berarti mengandung protein yang baik untuk kesehatan. Utuh berarti tidak dikurangi atau dicampur dengan bahan lain. Halal berarti sesuai dengan syariat Islam. Untuk mendapatkan manfaat maksimal dari bahan pangan asal hewan, kualitas produk harus diperhatikan dengan baik (Fuller et al., 2015; Jędrejek et al., 2016).

Kekurangan protein hewani merupakan salah satu faktor penyebab stunting. Telur merupakan bahan pangan asal hewan yang dapat digunakan sebagai alternatif untuk mencegah dan menurunkan angka stunting. Telur memiliki gizi yang sangat baik, harga yang murah, mudah ditemui, dan memiliki rasa yang disukai oleh banyak orang. Telur ayam banyak dipilih oleh masyarakat tidak hanya karena kandungan gizi kompleks di dalamnya, tetapi juga karena harganya jauh lebih murah dibandingkan produk pangan sumber protein hewani lainnya (Kasmianti et al., 2019; Septinova et al., 2023). Menurut data Survey Sosial Ekonomi Nasional (BPS, 2019), angka konsumsi telur lebih tinggi dibandingkan dengan angka konsumsi komoditas pangan sumber protein hewani lainnya.

Untuk kejadian stunting pada Kelurahan Mamminasae, data menunjukkan angka yang tergolong tinggi. Pada bulan Juli 2023, terdapat sebanyak 8 anak yang mengalami stunting di kelurahan tersebut. Untuk mendukung program pemerintah dalam menurunkan angka stunting di Indonesia, diperlukan upaya pencegahan yang strategis, termasuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kualitas dan pengelolaan telur sebagai salah satu sumber protein hewani yang baik demi menghasilkan MPASI yang berkualitas.

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi mengenai cara pemilihan, pengelolaan, dan penyimpanan telur sebagai bahan pangan asal hewan kepada masyarakat di wilayah Kelurahan Mamminasae, Kecamatan Paleteang, Kabupaten Pinrang.

METODE PENGABDIAN MASYARAKAT

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dilaksanakan di 6 lokasi berbeda sesuai dengan jadwal posyandu yang berlangsung di Kelurahan Mamminasae, yaitu pada Rabu, 17 Juli 2024 di Posyandu Mawar, Jumat, 2 Agustus 2024 di Posyandu Anggrek, Senin, 5 Agustus 2024 di Posyandu Melati, Kamis, 8 Agustus 2024 di Posyandu Dahlia, Jumat, 9 Agustus 2024 di Posyandu Teratai, dan Senin, 12 Agustus 2024 di Posyandu Asoka. Sebelum pelaksanaan program, tim PkM melakukan perizinan kepada perangkat kelurahan dan Puskesmas Sulili terkait program yang akan dilakukan. Koordinasi juga dilakukan dengan Lembaga Pemberdayaan Masyarakat Kelurahan Mamminasae untuk menentukan lokasi pelaksanaan. Setelah mendapat persetujuan, dilakukan persiapan perlengkapan yang dibutuhkan, penyusunan materi edukasi, pembuatan leaflet, serta penyusunan instrumen pre-test dan post-test.

Metode edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode demonstrasi praktik langsung yang dikombinasikan dengan diskusi interaktif. Pendekatan ini dipilih untuk memastikan partisipan tidak hanya memahami informasi secara teoritis, tetapi juga dapat mempraktikkan langsung teknik yang diajarkan. Kegiatan ini mengikuti tahapan pelaksanaan yang terstruktur, dimulai dengan registrasi dan pembagian leaflet kepada peserta sebagai bahan bacaan yang dapat dipelajari kembali di rumah. Setelah itu, tim penyuluh melakukan penyampaian edukasi dengan menjelaskan informasi umum mengenai kualitas dan pengelolaan telur, mencakup kandungan gizi telur, cara mencuci telur yang baik dan benar, hubungan antara pemberian MPASI dan pencegahan stunting, cara memosisikan telur yang baik untuk penyimpanan, serta durasi penyimpanan telur yang aman. Tahapan berikutnya adalah demonstrasi praktik cara pemilihan, pembersihan, dan penyimpanan telur, yang memungkinkan peserta melihat dan mempelajari aplikasi praktis dari teori yang telah dijelaskan. Kegiatan ditutup dengan sesi tanya jawab interaktif yang memberikan kesempatan kepada peserta untuk menggali informasi lebih mendalam dan memperjelas pemahaman mereka.

Pengumpulan data dalam kegiatan ini dilakukan melalui instrumen pre-test dan post-test. Pre-test diberikan sebelum edukasi dimulai untuk mengukur pengetahuan awal peserta mengenai kualitas dan pengelolaan telur, sementara post-test diberikan segera setelah sesi edukasi dan demonstrasi selesai untuk mengukur peningkatan pengetahuan yang dicapai peserta. Instrumen terdiri dari 5 pertanyaan pilihan ganda yang dirancang untuk mencakup aspek-aspek penting, yaitu usia pemberian MPASI, nutrisi telur, kualitas telur, pengaruh cara pembersihan, dan durasi penyimpanan telur.

Dengan menggunakan instrumen yang sama pada pre-test dan post-test, perubahan pengetahuan peserta dapat diukur secara objektif dan akurat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh total 113 orang warga Kelurahan Mamminasae, seluruhnya perempuan (100%), yang terdiri dari ibu-ibu yang membawa anaknya ke posyandu sesuai jadwal masing-masing lokasi. Penting untuk dicatat bahwa jumlah ini merupakan total akumulasi dari 6 kali pertemuan di lokasi posyandu yang berbeda, bukan 113 peserta per pertemuan, sehingga jangkauan program cukup luas di wilayah Kelurahan Mamminasae.

Indikator keberhasilan program meliputi tiga komponen utama. Pertama, terlaksananya kegiatan sosialisasi hygiene pangan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Kedua, peserta memahami materi sosialisasi (**Gambar 1**) dan berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung, yang mencerminkan *engagement* dan antusiasme peserta terhadap program. Ketiga, peningkatan pengetahuan peserta yang dibuktikan dengan nilai post-test lebih tinggi dari nilai pre-test, menunjukkan efektivitas metode edukasi yang diterapkan dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang kualitas dan pengelolaan telur.



Gambar 1. Materi sosialisasi berupa leaflet

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan di 6 lokasi posyandu dalam periode Juli-Agustus 2024. Berdasarkan **Tabel 1**, semua peserta yang hadir (113 orang atau 100%) adalah perempuan, terdiri dari ibu-ibu yang membawa anaknya ke posyandu.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden pada kegiatan sosialisasi hygiene pangan

| Jenis Kelamin | n | % |
|---------------|------------|------------|
| Laki-Laki | 0 | 0 |
| Perempuan | 113 | 100 |
| Total | 113 | 100 |

Sumber: Data Primer

Peningkatan pengetahuan peserta dapat dilihat dari hasil pre-test dan post-test yang disajikan pada Tabel 2. Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan pada setiap pertanyaan:

Tabel 2. Distribusi jawaban responden berdasarkan hasil pre-test dan post-test

| No. | Pertanyaan | Pre-Test | | Post-Test | |
|-----|---|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| | | Benar (N, %) | Salah (N, %) | Benar (N, %) | Salah (N, %) |
| 1 | Pada umur berapa pemberian MPASI dapat dilakukan | 100 (88,4) | 13 (11,6) | 113 (100) | 0 (0) |
| 2 | Nutrisi yang paling tinggi terkandung pada telur | 59 (52,2) | 54 (47,8) | 89 (78,7) | 24 (21,3) |
| 3 | Kualitas telur yang baik dilihat dari warnanya | 20 (17,6) | 93 (82,4) | 97 (85,8) | 16 (14,2) |
| 4 | Apakah menggosok telur dengan keras mempengaruhi kualitas telur | 23 (20,3) | 90 (79,7) | 100 (88,4) | 13 (11,6) |
| 5 | Berapa lama waktu maksimal dalam menyimpan telur di luar kulkas | 43 (38) | 70 (62) | 93 (82,3) | 20 (17,7) |

Sumber: Data Primer

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang konsisten pada semua aspek yang ditanyakan. Peningkatan terbesar terjadi pada pertanyaan mengenai kualitas telur dilihat dari warna (peningkatan 68,2%) dan pertanyaan tentang pengaruh cara membersihkan telur terhadap kualitas (peningkatan 68,1%). Hal ini menunjukkan bahwa demonstrasi praktik cara pemilihan dan pembersihan telur yang dilakukan selama edukasi sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta.

Peningkatan sebesar 26,5% pada pertanyaan mengenai nutrisi tertinggi dalam telur menunjukkan bahwa peserta sebelumnya sudah memiliki pengetahuan dasar mengenai gizi telur (52,2% menjawab benar pada pre-test). Namun, melalui edukasi yang diberikan, pemahaman ini semakin diperkuat menjadi 78,7% pada post-test. Hal ini penting karena pemahaman yang baik tentang kandungan gizi telur akan memotivasi masyarakat untuk mengkonsumsi telur sebagai bagian dari menu MPASI.

Telur merupakan bahan pangan asal hewan dengan kandungan gizi yang lengkap. Kandungan nutrisi telur mencakup protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral. Telur memiliki komposisi gizi yang seimbang dan kaya akan asam amino esensial serta lemak esensial. Secara spesifik, kandungan gizi telur terdiri dari air 73,7%, protein 12,9%, lemak 11,2%, dan karbohidrat 0,9% (Pranata & Lestari, 2022). Kandungan protein yang tinggi ini menjadikan telur sebagai makanan yang sangat sesuai untuk mengatasi defisiensi protein hewani yang merupakan salah satu faktor penyebab stunting (Sutarto et al., 2018).

Kualitas telur yang dikonsumsi sangat penting untuk memastikan manfaat gizinya dan keamanannya. Telur yang layak konsumsi harus memenuhi kriteria berdasarkan kualitas fisik atau penampakan, mikrobiologis, dan organoleptik. Proses pendistribusian telur dari produsen hingga ke tangan konsumen umumnya melalui alur yang panjang, sehingga usia telur saat sampai ke tangan konsumen sudah berkisar beberapa hari atau bahkan lebih dari satu minggu.

Kandungan gizi kompleks, terutama protein yang tinggi dalam telur, menyebabkan telur menjadi media berkembang biak yang baik bagi mikroorganisme, termasuk mikroorganisme patogen seperti *coliform*, *Escherichia coli*, dan *Salmonella* sp. Bakteri-

bakteri ini dapat menyebabkan penyakit gastrointestinal apabila penanganan atau penyimpanannya tidak diperhatikan dengan baik, terutama apabila telur sudah berumur lebih dari 1 minggu (Alhuur et al., 2020). Oleh karena itu, pengetahuan masyarakat mengenai cara pemilihan, pembersihan, dan penyimpanan telur yang benar sangat penting untuk memastikan telur yang dikonsumsi aman dan berkualitas tinggi (Lumanauw, 2019).

Hasil peningkatan pengetahuan peserta dalam kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi melalui demonstrasi praktik langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya hygiene pangan, khususnya dalam pengelolaan telur sebagai sumber protein hewani. Dengan pengetahuan yang meningkat ini, diharapkan masyarakat di Kelurahan Mamminasae dapat memilih, mengelola, dan menyimpan telur dengan benar untuk menghasilkan MPASI yang berkualitas dan aman bagi anak-anak mereka, sehingga dapat berkontribusi dalam pencegahan stunting.

PENUTUP

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Sosialisasi Higiene Pangan: Edukasi Mengenai Kualitas dan Pengelolaan Telur Demi Menghasilkan MPASI yang Berkualitas, dapat disimpulkan bahwa program sosialisasi telah terlaksana dengan baik secara teknis di 6 lokasi posyandu di Kelurahan Mamminasae. Program ini menghasilkan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada seluruh peserta, dengan rata-rata peningkatan jawaban benar sebesar 43,74% yang berkisar antara 11,6% hingga 68,2%. Peserta, khususnya para ibu, menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai cara pemilihan, pengelolaan, dan penyimpanan telur sebagai bahan pangan asal hewan.

Dengan adanya edukasi ini, para ibu diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari untuk menyediakan MPASI yang berkualitas, aman, dan higienis bagi anak-anak mereka. Ini merupakan langkah konkret dalam mendukung program pemerintah untuk menurunkan angka stunting di Kelurahan Mamminasae dan Indonesia secara keseluruhan.

KONTRIBUSI PENULIS

Pelaksana kegiatan: Siti Nurhalizah Ahmad; Supervisor kegiatan: Indra Fajarwati Ibnu; Penyiapan artikel: Indra Fajarwati Ibnu, Siti Nurhalizah Ahmad; Penyajian hasil pengabdian: Indra Fajarwati Ibnu, Siti Nurhalizah Ahmad; Revisi: Indra Fajarwati Ibnu.

DEKLARASI KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bebas dari konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- [Bappenas] Badan Perencanaan Pembangunan Nasional [Bappenas]. (2024). Rencana pembangunan jangka menengah nasional (RPJMN) 2025–2029. Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/ Bappenas.
- [BPS] Badan Pusat Statistik. (2019). Produksi Telur Ayam Petelur Penduduk Indonesia dan Provinsi. Survey Sosial Ekonomi Nasional (Susenas). Badan Pusat Statistik
- [Riskesmas] Riset Kesehatan Dasar. (2018). Riset Kesehatan Dasar 2018, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [SSGI] Survei Status Gizi Indonesia. (2021). Survei Status Gizi Indonesia. Kementerian

- Kesehatan Republik Indonesia.
- Adani, F. Y., & Nindya, T. S. (2017). Perbedaan asupan energi, protein, zink, dan perkembangan pada balita stunting dan non stunting. *Amerta Nutrition*, 1(2), 46. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i2.6225>
- Alhuur, K. R. gharizah, Pratama, A., & Yuniarti, E. (2020). Kualitas dan cara penyimpanan telur yang baik dalam upaya menjaga asupan gizi optimal di masa pandemi COVID-19. *Farmers: Journal of Community Services*, 1(1), 24. <https://doi.org/10.24198/fjcs.v1i1.28647>
- Ayukarningsih, Y., Amalia, J., & Jayarana, P. (2021). Stunting berhubungan dengan perkembangan anak balita di Puskesmas Cibeber Kota Cimahi Indonesia. *Medika Kartika Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 4(2), 197–210. <https://doi.org/10.35990/mk.v4n2.p197-210>
- Fuller, N. R., Sainsbury, A., Caterson, I. D., & Markovi, T. P. (2015). Egg consumption and human cardio-metabolic health in people with and without diabetes. *Nutrients*, 7(9), 7399–7420. <https://doi.org/10.3390/nu7095344>
- Jędrejek, D., Levic, J., Wallace, J., & Oleszek, W. (2016). Animal by-products for feed: Characteristics, European regulatory framework, and potential impacts on human and animal health and the environment. *Journal of Animal and Feed Sciences* 25(3):189-202. <https://doi.org/10.22358/jafs/6554>
- Kasmiati, Lumatauw, S., & Sumpe, I. (2019). Uji kualitas telur ayam ras di Kota Manokwari. *Jurnal Ilmu Peternakan dan Veteriner Tropis (Journal of Tropical Animal and Veterinary Science)*, 8(1), 9. <https://doi.org/10.30862/jipvet.v8i1.28>
- Lumanauw, N. (2019). Higiene dan sanitasi pada pedagang makanan jajanan Bali di destinasi wisata kuliner Pasar Malam Sindu, Sanur, Bali. *Journey: Journal of Tourismpreneurship, Culinary, Hospitality, Convention and Event Management*, 1(2), 23–44. <https://doi.org/10.46837/journey.v1i2.27>
- Pranata, D., & Lestari, A. (2022). Kesejahteraan ayam petelur di PT Inti Tani Satwa Kabupaten Maros. *Anoa: Journal of Animal Husbandry*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.24252/anoa.v1i1.27447>
- Septinova, D., Hartono, M., Apriliana, E., Selawati, D., Hermawan, A., Legowo, A. B., Agustin, N. A., Nugraha, E., & Rito, H. F. (2023). Edukasi dan sosialisasi pencegahan stunting melalui gerakan gemar konsumsi telur bersama orang tua dan siswa PAUD Anggrek Putih Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Fakultas Pertanian Universitas Lampung*, 2(2), 174. <https://doi.org/10.23960/jpfp.v2i2.7874>
- Sutarto, Diana Mayasari, & R. I. (2018). Stunting, faktor risiko dan pencegahannya. *Fossil Behavior Compendium*, 5, 243–243. <https://doi.org/10.1201/9781439810590-c34>
- Syahruddin, A. N., Ningsih, N. A., & Menge, F. (2022). Hubungan kejadian stunting dengan perkembangan anak usia 6-23 bulan. *Ilmu Kesehatan*, 15(4), 327–332.