



Pencegahan *Stunting* dengan Makanan Pendamping Nugget Berbahan Dasar Ikan Patin Pemanfaatan Pangan Lokal di Wilayah Desa Pasirtanjung Kecamatan Cikarang Pusat Kabupaten Bekasi

Lia Rahayu^{1*}, Purwanti Purwanti²

^{1,2}Universitas Pelita Bangsa

*E-mail: liyarhyy@gmail.com

Abstrak

Stunting pada anak usia 0-5 tahun merupakan hasil dari kekurangan gizi kronis, yang berdampak negatif pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang memainkan peran penting dalam pencegahan *stunting*. Di samping itu, pemanfaatan bahan pangan lokal yang bergizi dapat menjadi solusi praktis untuk memenuhi kebutuhan gizi dan memberikan peluang ekonomi bagi keluarga. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Pasir Tanjung mengenai pencegahan *stunting* melalui pemberian informasi tentang makanan bergizi seimbang dan keterampilan dalam mengolah nugget ikan patin, yang merupakan sumber protein tinggi. Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk memanfaatkan bahan pangan lokal sebagai menu pendamping yang bergizi dan sebagai ide usaha untuk meningkatkan ekonomi keluarga. Kegiatan dilakukan dengan dua pendekatan utama: pertama, penyuluhan yang disampaikan oleh Dr. Marjeki Sianturi menggunakan metode ceramah dengan media penunjang seperti power point dan proyektor untuk menjelaskan pengertian *stunting*, dampak kekurangan gizi, serta kebutuhan gizi anak. Kedua, pelatihan pengolahan nugget ikan patin dipandu oleh enam mahasiswa KKN, yang mencakup proses pengukusan ikan patin, pengolahan adonan nugget, serta teknik pelapisan dan pengorengan. Peserta pelatihan terdiri dari ibu-ibu PKK dan orang tua dengan anak usia di bawah lima tahun. Hasil dari penyuluhan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya makanan bergizi seimbang dalam mencegah *stunting*. Pelatihan pengolahan nugget ikan patin memperoleh respon positif dari peserta, dengan banyak yang menunjukkan minat untuk membuat nugget di rumah dan menggunakan sebagai produk usaha. Pelatihan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan praktis peserta dalam mengolah bahan pangan lokal tetapi juga membuka peluang usaha yang dapat mendukung peningkatan ekonomi keluarga. Secara keseluruhan, kegiatan ini berkontribusi pada upaya pencegahan *stunting* dan pemberdayaan ekonomi di Desa Pasir Tanjung.

Abstract

Stunting in children aged 0-5 years is the result of chronic malnutrition, which has a negative impact on physical growth and cognitive development of children. Mothers' knowledge of balanced nutrition plays an important role in preventing *stunting*. In addition, the use of nutritious local food ingredients can be a practical solution to meet nutritional needs and provide economic opportunities for families. The purpose of this activity is to increase the knowledge of the Pasir Tanjung Village community regarding *stunting* prevention by providing information about balanced nutritious food and skills in processing catfish nuggets, which are a source of high protein. In addition, this activity aims to utilize local food ingredients as a nutritious side menu and as a business idea to improve the family economy. The activity was carried out with two main approaches: first, counseling delivered by Dr. Marjeki Sianturi using a lecture method with supporting media such as power point and projectors to explain the meaning of *stunting*, the impact of malnutrition, and children's nutritional needs. Second, training on processing catfish nuggets was guided by six KKN students, which included the process of steaming catfish, processing nugget dough, and coating and frying techniques. The training participants consisted of PKK mothers and parents with children under five years old. The results of the counseling showed an increase in participants' understanding of the importance of a balanced nutritious diet in preventing *stunting*. The catfish nugget processing training received a positive response from the participants, with many showing interest in making nuggets at home and using them as business products. This training not only improved participants' practical skills in processing local food ingredients



but also opened up business opportunities that could support improving the family economy. Overall, this activity contributed to efforts to prevent *stunting* and empower the economy in Pasir Tanjung Village.

Keywords: *Stunting*, Food, Nuggets.

PENDAHULUAN

Stunting, atau kekerdilan, adalah kondisi kesehatan yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang yang mempengaruhi pertumbuhan fisik dan mental anak. Di Indonesia, *stunting* merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan dan mempengaruhi banyak anak di bawah usia lima tahun (Kadafi et al., 2023). Untuk mencegah *stunting*, salah satu strategi yang penting adalah melalui pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang tepat (Rosdiana et al., 2020). MPASI yang berkualitas dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi anak yang tidak dapat dipenuhi hanya dengan ASI, terutama setelah usia enam bulan ketika ASI saja tidak lagi mencukupi kebutuhan gizi anak (Moedjiherwati et al., 2023).

Pencegahan *stunting* melalui MPASI memerlukan pendekatan yang menyeluruh dan berbasis bukti. Pemberian MPASI harus dimulai pada usia enam bulan, saat sistem pencernaan bayi sudah siap menerima makanan padat (Hartini et al., 2021). Menurut rekomendasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), MPASI harus diberikan secara bertahap dengan memperhatikan tekstur dan variasi makanan (Sani et al., 2023). Awalnya, makanan yang diberikan harus lembut dan mudah dicerna, seperti bubur bayi, kemudian secara bertahap diperkenalkan makanan dengan tekstur yang lebih kasar. MPASI harus mengandung berbagai nutrisi penting yang tidak hanya mencakup kalori, tetapi juga protein, lemak, vitamin, dan mineral, terutama zat besi dan vitamin A (Marlina et al., 2022). Protein penting untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh, sementara vitamin dan mineral seperti zat besi dan vitamin A mendukung perkembangan otak dan sistem kekebalan tubuh anak (Lestari et al., 2022).

Makanan pendamping ASI yang tepat haruslah variatif dan mencakup kelompok makanan yang berbeda untuk memastikan asupan nutrisi yang seimbang. Pemberian MPASI tidak boleh hanya bergantung pada satu jenis makanan (Purnama et al., 2022). Misalnya, termasuk berbagai sumber protein seperti daging, ikan, telur, dan legum. Selain itu, penting juga untuk memberikan buah-buahan dan sayuran yang kaya akan vitamin dan mineral. Makanan yang kaya serat dari biji-bijian utuh juga sangat dianjurkan untuk mendukung pencernaan yang sehat. Kombinasi makanan yang beragam membantu memastikan bahwa anak menerima spektrum nutrisi yang luas yang dibutuhkan untuk pertumbuhan yang optimal (Hidayat & Syamsiyah, 2021).

Dalam implementasinya, penting untuk memperhatikan cara penyajian dan kebersihan makanan. Selalu pastikan bahwa makanan disiapkan dan disajikan dengan higienis untuk mencegah kontaminasi yang dapat menyebabkan penyakit (Hidayatullah et al., 2023). Kebersihan tangan, peralatan makan, dan bahan makanan sangat penting dalam mencegah infeksi yang dapat memperburuk kondisi gizi anak. Selain itu, memastikan makanan diolah dengan cara yang tepat untuk mempertahankan nilai gizi dan menghindari penggunaan bahan tambahan yang tidak sehat seperti garam dan gula berlebih juga merupakan bagian penting dari pencegahan *stunting* (Apriliyanti et al., 2022).

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan mengatur bahwa upaya kesehatan harus mencakup perlindungan, pemeliharaan, dan peningkatan kesehatan bagi seluruh masyarakat (Dewi et al., 2022). Dalam pencegahan *stunting*, undang-undang ini mendorong upaya-upaya preventif dan promotif melalui kebijakan kesehatan masyarakat yang holistik. Salah satu amanat penting dari undang-undang ini adalah perlunya intervensi gizi yang tepat dan terkoordinasi untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak (Dicha, 2023).



Selain itu, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Standar Pelayanan Kesehatan Dasar menetapkan standar pelayanan kesehatan dasar yang mencakup upaya pencegahan *stunting* melalui promosi gizi dan pemantauan tumbuh kembang anak (Wulandari et al., 2022). Peraturan ini menegaskan pentingnya pemberian MPASI yang berkualitas sebagai bagian dari upaya pencegahan *stunting* dan memastikan bahwa setiap anak mendapatkan asupan nutrisi yang memadai sesuai dengan pedoman gizi (Adhi et al., 2021).

Pemantauan pertumbuhan anak juga merupakan aspek penting dalam pencegahan *stunting*. Pemantauan rutin yang dilakukan oleh tenaga kesehatan di puskesmas atau klinik dapat membantu mendeteksi masalah pertumbuhan sejak dini (Isn'i & Dinni, 2020). Pengukuran berat badan dan tinggi badan anak secara berkala, serta penilaian status gizi menggunakan grafik pertumbuhan, adalah cara untuk memastikan bahwa anak mendapatkan gizi yang cukup dan untuk mengidentifikasi kemungkinan kekurangan gizi atau gangguan pertumbuhan lainnya (Sutraningsih et al., 2021).

Konsultasi dengan ahli gizi atau dokter anak juga merupakan langkah penting dalam pencegahan *stunting*. Mereka dapat memberikan saran mengenai rencana makan yang tepat, menilai kebutuhan gizi anak, dan memberikan informasi mengenai cara mempersiapkan MPASI yang bergizi (Rufaridah et al., 2023). Edukasi kepada orang tua tentang pentingnya nutrisi dan cara penyajian MPASI yang benar juga sangat penting untuk memastikan bahwa mereka mampu memberikan makanan yang sesuai untuk mendukung pertumbuhan anak (Marsia et al., 2023).

Pencegahan *stunting* melalui MPASI adalah proses yang memerlukan kerjasama antara orang tua, tenaga kesehatan, dan pemerintah. Pemerintah melalui kebijakan dan program-program kesehatan masyarakat seperti Program Indonesia Sehat dan Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berperan penting dalam mendukung upaya pencegahan *stunting*. Program-program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya gizi yang baik dan menyediakan dukungan serta sumber daya bagi keluarga, terutama di daerah-daerah dengan risiko tinggi terhadap kekurangan gizi (Tendean et al., 2022).

Pencegahan *stunting* melalui MPASI memerlukan perhatian yang mendalam terhadap kualitas dan kuantitas makanan yang diberikan kepada anak. Dengan mematuhi pedoman gizi yang tepat, memastikan kebersihan, dan melakukan pemantauan pertumbuhan secara rutin, dapat membantu memastikan bahwa anak-anak tumbuh dan berkembang secara optimal. Kebijakan kesehatan yang mendukung, edukasi yang memadai, dan dukungan dari berbagai pihak merupakan kunci keberhasilan dalam upaya pencegahan *stunting* dan perbaikan gizi anak di Indonesia (Haryani et al., 2021).

Di Desa Pasirtanjung, Kecamatan Cikarang Pusat, Kabupaten Bekasi, permasalahan *stunting* menjadi tantangan besar yang memerlukan solusi inovatif dan terjangkau. *Stunting*, atau kekurangan gizi kronis yang mengakibatkan pertumbuhan anak terhambat, sangat mempengaruhi kesehatan dan perkembangan anak-anak di wilayah ini. Meskipun ikan patin merupakan sumber protein berkualitas tinggi yang melimpah di daerah tersebut, pemanfaatannya dalam bentuk makanan pendamping seperti nugget belum optimal. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan ikan patin serta akses terbatas terhadap informasi dan teknologi pangan yang tepat.

Tujuan dari inisiatif ini adalah untuk mengatasi masalah *stunting* dengan memanfaatkan ikan patin sebagai bahan dasar nugget yang bergizi. Dengan memperkenalkan dan mempromosikan nugget ikan patin, diharapkan dapat menyediakan alternatif makanan pendamping yang sehat dan terjangkau untuk anak-anak. Ini juga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu dalam pengolahan ikan patin, serta memperbaiki akses terhadap makanan bergizi di tingkat komunitas. Selain itu, inisiatif ini ingin memanfaatkan potensi pangan lokal untuk mendukung ekonomi desa dan memperkuat ketahanan pangan.

Namun, terdapat gap research yang signifikan dalam hal implementasi dan efektivitas penggunaan nugget ikan patin sebagai makanan pendamping. Penelitian sebelumnya seringkali terbatas pada aspek teknis produksi dan tidak cukup menilai dampak sosial-ekonomi serta keterlibatan



komunitas dalam pengolahan dan distribusi makanan. Untuk itu, penelitian lebih mendalam diperlukan untuk mengevaluasi sejauh mana nugget ikan patin dapat mengatasi masalah *stunting* dan bagaimana masyarakat dapat terlibat secara aktif dalam program ini.

Urgensi dari upaya ini sangat tinggi mengingat prevalensi *stunting* yang masih tinggi di wilayah tersebut, yang dapat mengakibatkan dampak jangka panjang pada kesehatan dan perkembangan anak-anak. Selain itu, mengatasi masalah ini dengan solusi berbasis pangan lokal juga memiliki potensi untuk meningkatkan kesejahteraan ekonomi masyarakat serta mendukung keberlanjutan sistem pangan lokal. Dengan demikian, implementasi program ini tidak hanya berkontribusi pada pencegahan *stunting* tetapi juga memberikan dampak positif pada pembangunan komunitas secara keseluruhan.

METODE

Dalam upaya pencegahan *stunting* melalui makanan pendamping berbentuk nugget yang menggunakan ikan patin sebagai bahan dasar di Desa Pasir Tanjung, metode yang diterapkan dalam kegiatan Kerja Kuliah Nyata (KKN) ini mengadopsi pendekatan komunikasi massa dengan fokus pada penyuluhan dan pelatihan. Proses dimulai dengan diskusi awal bersama pihak klinik atau fasilitas kesehatan setempat untuk memperoleh dukungan teknis dan pendampingan dari tenaga medis dan ahli gizi. Diskusi ini bertujuan untuk memastikan bahwa resep nugget yang dikembangkan sesuai dengan standar kesehatan dan kebutuhan gizi anak-anak di bawah lima tahun. Selanjutnya, dilakukan pembuatan taster nugget, yaitu pengembangan resep yang menggunakan ikan patin dan bahan pangan lokal yang mudah diperoleh serta terjangkau, dengan tujuan untuk menilai rasa, tekstur, dan kemudahan pembuatan sebelum pelatihan dilakukan. Setelah mendapatkan umpan balik dari taster nugget, pelatihan dan penyuluhan diadakan untuk ibu hamil dan orang tua dengan anak usia di bawah lima tahun. Pelatihan ini mencakup pengenalan bahan pangan lokal, demonstrasi praktis pembuatan nugget ikan patin, serta praktik mandiri dengan bimbingan fasilitator. Selain itu, sesi diskusi dan tanya jawab disediakan untuk mengatasi kendala yang dihadapi peserta. Pihak klinik berperan aktif dalam memberikan arahan medis dan memastikan bahwa informasi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan gizi anak-anak. Setelah pelatihan, kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas program, dengan mengamati penerapan resep nugget di rumah serta mengumpulkan umpan balik mengenai penerimaan dan manfaat makanan tersebut. Metode ini dirancang untuk mengatasi masalah *stunting* secara langsung dengan penyediaan makanan bergizi dan memberdayakan masyarakat lokal melalui pengetahuan dan keterampilan yang berkelanjutan, sehingga diharapkan memberikan dampak positif yang luas bagi kesehatan dan kesejahteraan masyarakat Desa Pasir Tanjung.

HASIL

Tabel 1. Hasil Dari Kegiatan Pengabdian Masyarakat Di Desa Pasir Tanjung

Aspek	Hasil
Penyuluhan Mengenai Pencegahan <i>Stunting</i>	
Metode	Ceramah dengan menggunakan power point, proyektor, layar, dan pengeras suara
Narasumber	Dr. Marjeki Sianturi
Materi yang Disampaikan	Pengertian <i>stunting</i> , dampak kekurangan gizi pada anak, gizi yang dibutuhkan anak usia 0-5 tahun
Jumlah Peserta	40 orang (ibu-ibu PKK dan orang tua dengan anak usia 0-5 tahun)



Feedback Peserta	85% peserta merasa lebih memahami pentingnya pencegahan <i>stunting</i> dan manfaat makanan bergizi seimbang
Penilaian Pemahaman Peserta	Rata-rata skor 80/100 dalam kuis pemahaman mengenai <i>stunting</i> dan gizi setelah penyuluhan
Pengetahuan Sebelumnya	60% peserta memiliki pengetahuan dasar tentang gizi, meningkat setelah penyuluhan
Pelatihan Pengolahan Nugget Ikan Patin	
Jumlah Peserta	40 orang (ibu-ibu PKK dan orang tua dengan anak usia 0-5 tahun)
Jumlah Mahasiswa Pembimbing	6 orang mahasiswa KKN
Proses Pembuatan Nugget	Mengukus ikan patin, menghaluskan daging ikan, mencampur dengan tepung terigu, telur, wortel, bayam, seledri, bawang, lada, garam, dan menggoreng nugget
Hasil Nugget yang Diproduksi	100 porsi nugget ikan patin
Feedback Peserta	90% peserta antusias dan merasa dapat mempraktikkan pembuatan nugget di rumah; beberapa peserta berencana menjadikannya produk jualan
Penilaian Keterampilan Peserta	85% peserta menunjukkan keterampilan baik dalam pembuatan nugget setelah pelatihan, menurut penilaian fasilitator
Perubahan Aktivitas	80% peserta mulai mencoba memasak nugget ikan patin di rumah; beberapa peserta ingin menjadikannya sebagai usaha

Berdasarkan Tabel 1, analisis hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Pasir Tanjung menunjukkan pencapaian signifikan dalam upaya pencegahan *stunting* melalui penyuluhan dan pelatihan pengolahan nugget ikan patin.

Penyuluhan Mengenai Pencegahan *Stunting*

Penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah yang dipandu oleh Dr. Marjeki Sianturi menggunakan media presentasi seperti power point, proyektor, layar, dan pengeras suara. Materi yang disampaikan meliputi pengertian *stunting*, dampak kekurangan gizi pada anak, serta kebutuhan gizi anak usia 0-5 tahun. Dari tabel tersebut, terlihat bahwa 40 peserta hadir dalam sesi ini, terdiri dari ibu-ibu PKK dan orang tua yang memiliki anak usia di bawah lima tahun. Feedback dari peserta menunjukkan bahwa 85% merasa lebih memahami pentingnya makanan bergizi seimbang untuk mencegah *stunting*, yang mencerminkan peningkatan pengetahuan yang positif. Sebelum penyuluhan, 60% peserta sudah memiliki pengetahuan dasar tentang gizi, namun setelah penyuluhan, rata-rata skor pemahaman peserta meningkat menjadi 80/100, menunjukkan efektivitas materi yang disampaikan dalam meningkatkan pemahaman mereka.

Pelatihan Pengolahan Nugget Ikan Patin

Pelatihan ini bertujuan untuk memberikan keterampilan praktis dalam pembuatan nugget ikan patin sebagai makanan pendamping yang bergizi dan terjangkau. Dilaksanakan dengan melibatkan 40 peserta yang sama dengan sesi penyuluhan, pelatihan ini dipandu oleh 6 mahasiswa KKN. Proses pembuatan nugget mencakup mengukus ikan patin, menghaluskan daging, dan mencampur bahan-bahan seperti tepung terigu, telur, wortel, bayam, seledri, bawang, lada, dan garam sebelum digoreng. Dalam sesi pelatihan ini, sebanyak 100 porsi nugget ikan patin berhasil diproduksi. Feedback dari peserta menunjukkan bahwa 90% merasa antusias dan mampu mempraktikkan pembuatan nugget di rumah.



Selain itu, beberapa peserta menyatakan minat untuk menjadikan nugget ikan patin sebagai produk jualan, menunjukkan potensi pengembangan ekonomi lokal. Penilaian keterampilan peserta menunjukkan bahwa 85% dari mereka berhasil menunjukkan keterampilan yang baik dalam pembuatan nugget, berdasarkan penilaian fasilitator.

Analisis Dampak Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuan utamanya dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Desa Pasir Tanjung mengenai pencegahan *stunting* dan pemanfaatan bahan pangan lokal. Penyuluhan memberikan dasar pengetahuan yang solid tentang pentingnya gizi untuk pencegahan *stunting*, sedangkan pelatihan pengolahan nugget ikan patin tidak hanya memberikan keterampilan praktis tetapi juga membuka peluang untuk inisiatif ekonomi baru. Keterlibatan aktif peserta dalam kedua sesi menunjukkan bahwa pendekatan yang digunakan efektif dalam menyampaikan informasi dan keterampilan yang diperlukan. Selain itu, keberhasilan dalam pembuatan nugget ikan patin dan minat peserta untuk menjadikannya sebagai usaha potensial mengindikasikan bahwa program ini tidak hanya berdampak pada kesehatan tetapi juga berkontribusi pada pengembangan ekonomi lokal dan pemberdayaan komunitas.

Dengan hasil ini, diharapkan kegiatan serupa dapat dilanjutkan dan diperluas untuk mencakup lebih banyak peserta serta memperkenalkan variasi bahan pangan lokal lainnya sebagai bagian dari upaya pencegahan *stunting* yang berkelanjutan.

PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya strategis untuk mencegah *stunting* di Desa Pasir Tanjung, Kabupaten Bekasi, Provinsi Jawa Barat, dengan melibatkan berbagai pihak terkait dan masyarakat setempat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang pencegahan *stunting* melalui pemanfaatan bahan pangan lokal, khususnya nugget berbahan dasar ikan patin, yang merupakan sumber protein bergizi. Acara ini dihadiri oleh pihak kelurahan, ibu-ibu PKK, serta orang tua yang memiliki anak usia 0 hingga 5 tahun, yang merupakan kelompok sasaran utama dalam program ini.

Kegiatan ini dilaksanakan dalam dua sesi yang dirancang untuk memberikan pemahaman menyeluruh dan keterampilan praktis kepada peserta. Sesi pertama berupa penyuluhan tentang pencegahan *stunting* melalui makanan pendamping nugget ikan patin. Dalam sesi ini, peserta diberikan informasi mendalam mengenai penyebab *stunting*, dampaknya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, serta pentingnya asupan gizi yang cukup. Fokus utama dari penyuluhan adalah bagaimana nugget ikan patin, yang terbuat dari bahan pangan lokal yang mudah diperoleh di desa tersebut, dapat menjadi solusi efektif dalam memenuhi kebutuhan gizi anak-anak. Penyuluhan ini juga melibatkan demonstrasi manfaat gizi ikan patin dan bagaimana makanan pendamping ini dapat disiapkan dengan cara yang praktis dan terjangkau.

Sesi kedua dilaksanakan sebagai pelatihan pengolahan bahan pangan lokal, khususnya pembuatan nugget ikan patin. Dalam sesi ini, peserta mendapatkan pelatihan praktis tentang cara mengolah ikan patin menjadi nugget yang bergizi dan lezat. Pelatihan dimulai dengan pengenalan bahan-bahan yang digunakan, diikuti dengan demonstrasi langkah demi langkah dalam proses pembuatan nugget, mulai dari persiapan bahan, pencampuran, hingga teknik memasak yang baik. Peserta juga diberikan kesempatan untuk mempraktikkan pembuatan nugget secara langsung dengan bimbingan dari fasilitator. Pelatihan ini bertujuan untuk memastikan bahwa ibu-ibu dan orang tua dapat membuat nugget ikan patin di rumah dengan mudah, sehingga mereka dapat mengintegrasikan makanan pendamping ini ke dalam pola makan anak-anak mereka.



Dengan menggabungkan penyuluhan dan pelatihan, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang bermanfaat dan keterampilan praktis yang dapat diterapkan di rumah, serta meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan *stunting* melalui makanan bergizi. Selain itu, partisipasi aktif dari berbagai pihak, seperti pihak kelurahan dan ibu-ibu PKK, diharapkan dapat memperkuat dukungan komunitas terhadap program ini, sehingga upaya pencegahan *stunting* di Desa Pasir Tanjung dapat mencapai hasil yang optimal dan berkelanjutan.

Penyuluhan Mengenai Pencegahan *Stunting* Dengan Makanan Pengganti Nugget Ikan Patin

Kegiatan penyuluhan tentang pencegahan *stunting* melalui makanan pendamping berbasis nugget ikan patin di Desa Pasir Tanjung dilakukan dengan pendekatan yang sistematis dan terstruktur, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gizi dan pencegahan *stunting*. Penyuluhan ini dipimpin oleh Dr. Marjeki Sianturi, seorang ahli gizi, yang menggunakan metode ceramah untuk menyampaikan materi. Kegiatan ini menggunakan berbagai media penunjang, termasuk power point, proyektor, layar, dan pengeras suara, untuk memastikan penyampaian informasi yang jelas dan efektif.

Materi yang disampaikan selama penyuluhan mencakup beberapa topik kunci. Pertama, penjelasan mengenai pengertian *stunting*, yaitu kondisi kekurangan gizi kronis yang mengakibatkan pertumbuhan anak menjadi terhambat. Penyuluhan ini juga membahas dampak negatif dari kekurangan gizi pada anak, yang meliputi keterlambatan perkembangan fisik dan kognitif serta dampak jangka panjang pada kesehatan dan kemampuan belajar anak.

Penyuluhan ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pemberian makanan bergizi seimbang yang dapat membantu mencegah dan mengendalikan *stunting* pada anak. Dr. Marjeki menekankan bahwa pengetahuan yang baik tentang gizi memungkinkan ibu untuk membuat keputusan yang lebih baik dalam merencanakan dan menyiapkan makanan bagi anak-anak mereka. Pengetahuan ini sangat penting karena penelitian sebelumnya, seperti yang dipaparkan oleh Wayan Darmini et al. (2022), menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kasus *stunting* pada balita dan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi. Dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi, diharapkan dapat mengurangi prevalensi *stunting* di komunitas tersebut.

Dalam pelaksanaannya, penyuluhan ini dihadiri oleh ibu-ibu PKK, orang tua dengan anak usia di bawah lima tahun, serta anggota masyarakat lainnya yang tertarik. Kegiatan ini tidak hanya menyediakan informasi teoretis tetapi juga memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya dan berdiskusi mengenai tantangan yang mereka hadapi dalam pemenuhan gizi anak-anak mereka. Penerapan metode ceramah yang interaktif diharapkan dapat memudahkan peserta dalam memahami materi dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Penyuluhan ini juga melibatkan penilaian awal dan akhir untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Dengan pendekatan yang komprehensif dan dukungan dari media penunjang yang memadai, diharapkan kegiatan ini dapat memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesadaran dan tindakan pencegahan *stunting* di Desa Pasir Tanjung.



Gambar 1. Penyuluhan Mengenai Pencegahan *Stunting* Dengan Makanan Pengganti Nugget Ikan Patin
Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Lokal Berupa Nugget Ikan Patin

Pelatihan pengolahan nugget ikan patin di Desa Pasir Tanjung dirancang dengan tujuan utama untuk menyediakan keterampilan praktis yang dapat digunakan oleh masyarakat dalam membuat makanan pendamping yang bergizi, sekaligus menawarkan potensi usaha kecil yang dapat meningkatkan ekonomi keluarga. Pelatihan ini dipandu oleh enam mahasiswa/i KKN yang berkompeten dalam bidang pengolahan makanan, dan dilaksanakan dengan pendekatan yang sistematis serta menyeluruh. Proses pelatihan dimulai dengan pengenalan bahan-bahan yang diperlukan serta peralatan yang akan digunakan, sehingga peserta dapat memahami setiap elemen dalam pembuatan nugget ikan patin.

Langkah pertama dalam pengolahan nugget adalah mengukus ikan patin selama 30 menit. Pengukusan ini bertujuan untuk memastikan bahwa daging ikan patin matang secara merata dan mudah dipisahkan dari tulangnya. Setelah ikan patin dikukus, dagingnya dipilih dan dihaluskan menggunakan blender untuk mendapatkan tekstur yang halus, yang merupakan dasar dari nugget. Adonan daging ikan yang sudah dihaluskan dicampur dengan tiga sendok makan tepung terigu, satu butir telur, serta satu buah wortel yang diparut halus. Selain itu, bayam dan seledri yang dicincang halus ditambahkan untuk menambah nilai gizi dan rasa. Bawang merah dan bawang putih yang dihaluskan juga dimasukkan untuk memberikan aroma dan cita rasa yang khas pada nugget. Adonan kemudian dibumbui dengan lada dan garam secukupnya sesuai selera, memastikan bahwa rasa nugget seimbang dan sesuai dengan preferensi lokal.

Setelah semua bahan tercampur dengan rata, adonan dituangkan ke dalam cetakan nugget dan dikukus kembali selama kurang lebih 15 menit. Pengukusan ini memastikan bahwa nugget matang sepenuhnya dan memiliki konsistensi yang padat. Setelah dikukus, nugget yang sudah matang dipotong sesuai dengan ukuran yang diinginkan, kemudian dilapisi dengan telur kocok dan tepung panir. Proses pelapisan ini memberikan tekstur renyah pada nugget setelah digoreng. Nugget yang telah dilapisi kemudian digoreng dalam minyak panas hingga berwarna kuning keemasan, menghasilkan nugget yang crispy di luar namun tetap lembut di dalam.

Pelatihan ini dilaksanakan dengan melibatkan ibu-ibu PKK dan orang tua yang memiliki anak usia 0-5 tahun, yang merupakan kelompok sasaran utama dalam upaya pencegahan *stunting*. Antusiasme peserta terlihat jelas dari partisipasi aktif mereka selama sesi pelatihan. Banyak peserta menunjukkan minat untuk mencoba membuat nugget ikan patin di rumah dan menggunakan resep ini sebagai referensi untuk meningkatkan asupan gizi keluarga mereka. Selain itu, sejumlah peserta juga mengungkapkan keinginan untuk menjadikan nugget ikan patin sebagai produk yang dapat dijual, membuka peluang untuk usaha kecil yang dapat meningkatkan pendapatan keluarga. Dengan keterampilan yang diperoleh dari pelatihan ini, peserta diharapkan dapat mengatasi tantangan gizi di keluarga mereka serta memanfaatkan peluang ekonomi yang ada, sekaligus mendukung upaya pencegahan *stunting* di komunitas mereka. Pelatihan ini tidak hanya memberikan manfaat langsung dalam bentuk keterampilan praktis, tetapi juga berkontribusi pada pemberdayaan ekonomi lokal dan peningkatan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan.



Gambar 2. Penyuluhan Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Lokal Berupa Nuget Ikan Patin

	JLP : Jurnal Lentera Pengabdian Volume 02 No 03 Juli 2024 E ISSN : 2985-6140 https://lenteranusa.id/	
---	--	---

Gambar 2 menggambarkan suasana dan dinamika selama pelatihan pengolahan bahan pangan lokal berupa nugget ikan patin yang dilaksanakan di Desa Pasir Tanjung. Analisis terhadap gambar ini menunjukkan beberapa aspek penting mengenai antusiasme dan partisipasi peserta dalam kegiatan tersebut.

Para peserta tampak sangat antusias selama sesi pelatihan, yang terlihat dari keaktifan mereka dalam setiap tahap proses. Keterlibatan peserta dalam kegiatan ini sangat signifikan, menunjukkan minat dan motivasi yang tinggi untuk belajar cara membuat nugget ikan patin. Antusiasme ini bisa diartikan sebagai tanda keberhasilan dari pelatihan dalam menarik perhatian peserta dan memotivasi mereka untuk aktif terlibat. Aktifnya peserta tidak hanya terbatas pada mengikuti instruksi, tetapi juga berinteraksi dengan fasilitator dan bertanya tentang berbagai aspek pembuatan nugget, yang menunjukkan bahwa mereka benar-benar memahami dan berusaha untuk mempraktikkan apa yang telah dipelajari.

Salah satu indikator keberhasilan pelatihan adalah rencana peserta untuk mencoba membuat nugget ikan patin di rumah. Beberapa peserta menyatakan niat mereka untuk mempraktikkan resep yang dipelajari selama pelatihan, yang menunjukkan bahwa mereka tidak hanya menerima informasi secara pasif tetapi juga berkomitmen untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Ini merupakan langkah positif karena menunjukkan bahwa pelatihan tidak hanya memberikan pengetahuan tetapi juga memfasilitasi penerapan praktis yang dapat meningkatkan asupan gizi keluarga di rumah. Dengan membuat nugget ikan patin sendiri, peserta dapat memastikan bahwa anak-anak mereka mendapatkan makanan bergizi yang dapat mencegah *stunting*, serta dapat memantau kualitas dan kandungan gizi dari makanan yang mereka sajikan.

Selain niat untuk memasak nugget ikan patin di rumah, beberapa peserta menunjukkan minat untuk menjadikan nugget ikan patin sebagai produk yang dapat dijual. Ini mengindikasikan bahwa pelatihan tidak hanya memiliki dampak pada aspek kesehatan tetapi juga pada aspek ekonomi. Dengan menjadikan nugget ikan patin sebagai produk komersial, peserta dapat membuka peluang usaha yang dapat meningkatkan pendapatan keluarga mereka. Usaha ini dapat memberikan kontribusi positif pada perekonomian lokal, terutama jika produk tersebut dapat dipasarkan secara luas. Keinginan peserta untuk mengubah keterampilan yang mereka peroleh menjadi peluang usaha juga mencerminkan potensi pelatihan untuk mendukung pengembangan ekonomi berbasis komunitas.



Gambar 3. Dokumentasi Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Lokal Berupa Nuget Ikan Patin

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan makanan bergizi seimbang dan pelatihan pengolahan bahan pangan lokal berupa nugget patin yang dilakukan oleh mahasiswa KKN di Desa PasirTanjung adalah bentuk upaya nyata pencegahan kasus *stunting* di Desa PasirTanjung. Kegiatan ini diharapkan dapat memperluas wawasan peserta mengenai pencegahan *stunting* pada anak. Selain itu, hasil dari pelatihan pengolahan bahan lokal juga diharapkan dapat meningkatkan keterampilan peserta dalam megolah ikan patin yang kaya akan protein sehingga dapat dikonsumsi sebagai makanan bergizi oleh anak dan dapat dijadikan sebagai ide usaha untuk meningkatkan perekonomian keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapan kepada pemerintah Desa PasirTajung, PKK Desa Pasir Tanjung beserta masyarakat yang memberikan kami dukungan penuh dalam pelaksanaan program kami yaitu Pencegahan *Stunting* Dengan Makanan Pendamping Nugget Ikan Patin Pemanfaatan Pangan Lokal. Tanpa adanya kerja sama dari berbagai pihak tentunya program ini tidak akan berjalan dengan lancar dan sesuai harapan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, K. T., Widarini, N. P., Sutiari, N. K., Ulandari, L. P. S., & Adnyana, I. M. S. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Pencegahan Stunting Melalui Penerapan Praktek Promosi Makanan Pendamping Asi (Mpasi) Optimal. *Buletin Udayana Mengabdi*, 20(2), 154.
- Apriliyanti, D., Noviardhi, A., & Subandriani, D. N. (2022). Pengaruh edukasi dengan media e-booklet tentang ASI eksklusif dan makanan pendamping ASI (MP-ASI) terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam program pencegahan stunting. *Jurnal Riset Gizi*, 10(1).
- Dewi, W., Rinjani, S., & Nugraha, A. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Ibu Yang Mempunyai Anak Usia 6-24 Bulan Tentang Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Sebagai Cara Pencegahan Stunting di RW 09 Desa Simpang Kecamatan Cikajang Kabupaten Garut. *Journal Medika Cendikia*, 9(02), 136–146.
- Dicha, N. O. (2023). Upaya Pencegahan Stunting melalui Sosialisasi Demo Masak Makanan Pendamping Asi Bagi IRT dan Kader Kesehatan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(3), 2054–2064.
- Hartini, S., Alvita, G. W., Winarsih, B. D., & Faidah, N. (2021). Peningkatan Pemahaman Masyarakat Pentingnya Asi Dan Mp Asi Yang Tepat Dalam Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Di Desa Cranggang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(2), 123–135.
- Haryani, S., Astuti, A. P., & Sari, K. (2021). Pencegahan stunting melalui pemberdayaan masyarakat dengan komunikasi informasi dan edukasi di wilayah Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 30–39.
- Hidayat, T., & Syamsiyah, F. N. (2021). Langkah Tepat Cegah Stunting Sejak Dini Bersama Mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Jember. *JIWAKERTA: Jurnal Ilmiah Wawasan Kuliah Kerja Nyata*, 2(2), 73–78.
- Hidayatullah, Y., AR, M. M., Astuti, Y. P., & Kumala, R. S. D. (2023). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting Desa Aenganyar Kecamatan Giligenting Kabupaten Sumenep. *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(05), 1195–1201.
- Isni, K., & Dinni, S. M. (2020). Pencegahan Stunting melalui Pelatihan Pemberian ASI Eksklusif dan Makanan Pendamping ASI (MP ASI). *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 133–140.
- Kadafi, A., Pratama, B. D., Christiana, R., Wardani, S. Y., Nurfaizin, A., Setiawan, O., Putra, I. A. L., & Hidayat, T. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Dengan Edukasi Pentingnya Asi, Mpasi Dan Makanan Bergizi. *Jurnal Abdimas Bina Bangsa*, 4(1), 41–48.

	JLP : Jurnal Lentera Pengabdian Volume 02 No 03 Juli 2024 E ISSN : 2985-6140 https://lenteranusa.id/	
---	--	---

- Lestari, P. P., Aulia, F., & Sari, D. K. (2022). Pemeriksaan Bayi Dan Praktik Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp Asi) Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2(1), 18–26.
- Marlina, R., Raniati, R., Aprianto, R., Iswarawanti, D. N., & Mamlukah, M. (2022). PEMERDAYAAN KADER TENTANG PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) YANG TEPAT & AMAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan*, 2(01), 36–43.
- Marsia, W. F., Ribay, A., Wandira, A., Indarsih, I., Saleh, S. W. N. M., & Jakariah, O. A. (2023). Edukasi dan Pelatihan Pembuatan MPASI dalam Penanganan dan Pencegahan Stunting di Desa Manuru Wilayah Kerja Puskesmas Kumbewaha Kec. Siontapina. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 3(1), 43–49.
- Moedjiherwati, T., Octavianti, M., Handriati, A., & Handayani, B. (2023). Pemanfaatan Daun Kelor bagi Pencegahan Stunting di Desa Surianeun Kabupaten Pandeglang. *Seandan: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 3(1), 8–14.
- Purnama, R. C., Yulyani, V., Atina, A., Oktavio, A. R. A., & Anggraeni, D. (2022). Puding bayam sebagai makanan pendamping ASI (MP-ASI) dalam upaya pencegahan stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(11), 4003–4013.
- Rosdiana, E., Yusnanda, F., & Afrita, L. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kesesuaian Pemberian Mp-Asi Guna Pencegahan Stunting Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Baitussalam Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2), 981–987.
- Rufaridah, A., Dahlan, A., Komalasari, W., Marlia, S., & Husni, L. (2023). Inovasi Pembuatan Makanan Pendamping ASI untuk Pencegahan Stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 4(2).
- Sani, N. P., Safitri, Y., Yulisma, Y., Amiroh, D. R., Nadila, T. I., Yena, I. R., & Salwa, T. M. (2023). Pengenalan Makanan Pendamping ASI (MPASI) melalui Edukasi dan Demo Masak untuk Pencegahan Stunting selama Periode Golden Age 1000 Hari Kehidupan Anak di Kelurahan Rejosari. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 204–208.
- Sutraningsih, W., Marlindawani, J., & Silitonga, E. (2021). Implementasi Strategi Pelaksanaan Pencegahan Stunting di Kabupaten Aceh Singkil Tahun 2019. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(1), 49–67.
- Tendean, A. F., Sutantri, S., Alhalawi, Z., & Muhammad, C. (2022). Strategi pencegahan dan penanggulangan stunting pada anak usia 6-59 bulan. *Klabat Journal of Nursing*, 4(2), 1–16.
- Wulandari, Z., Iskandar, A., Wiguna, A. F., Magdalena, K., Thania, E., Khoirunnisa, T., & Anwar, K. (2022). Penyuluhan Pencegahan Stunting dengan Media Fotion Cards kepada Kader Flamboyan 1, Menteng Dalam. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(2), 211–216.