

## Pelatihan Pembuatan Produk Kesehatan Berbasis Ikan Layang Sebagai Upaya Mencegah Stunting Di Desa Langge Kabupaten Bone Bolango Gorontalo

Hamsidar Hasan<sup>1\*</sup>, Ekawaty Prasetya<sup>2</sup>, Cindy Puspita Sari<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo,  
Jl. Jenderal Sudirman No. 06 Kota Gorontalo 96128, Indonesia

\* Penulis Korespondensi. Email: [hamsidar.hasan@ung.ac.id](mailto:hamsidar.hasan@ung.ac.id)

### ABSTRAK

Stunting atau sering disebut kerdil atau pendek adalah kondisi gagal tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan, dan kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Stunting disebabkan oleh beberapa faktor seperti asupan makanan, berat lahir, pendidikan orang tua, usia balita dan ekonomi keluarga. Pemerintah berupaya menanggulangi permasalahan stunting melalui program suplementasi, upaya perubahan perilaku konsumsi masyarakat agar mengkonsumsi sumber makanan yang beragam dan kaya akan kandungan gizi termasuk zat gizi mikro serta sehat dan aman, serta fortifikasi pangan. Solusi yang paling dekat adalah mengupayakan konsumsi ikan karena Indonesia mempunyai potensi perikanan yang sedemikian besar. Untuk meningkatkan daya konsumsi masyarakat, akan dibuat dalam bentuk produk menarik yang disukai anak-anak seperti nugget, bakso, abon. Metode yang digunakan adalah edukasi tentang stunting, faktor penyebabnya, dampak, gejala dan cara mengatasinya. Selanjutnya melakukan praktek secara langsung dengan melibatkan masyarakat. Program ini melibatkan 12 mahasiswa, 3 dosen pendamping lapangan dengan latar belakang keilmuan adalah prodi kesehatan. Sebelum edukasi diberikan free test untuk melihat sejauh mana pengetahuan masyarakat tentang stunting dan produk yang akan disajikan. Hasil free test menunjukkan 30 % masyarakat mengetahui tentang potensi ikan dalam mencegah stunting (A) dan juga 30 % mengetahui bahwa ikan bisa dibuat menjadi nugget (B). Tapi pengetahuan tentang bahan baku nugget (C) dan cara membuatnya (D) menunjukkan 0%. Evaluasi dilanjutkan dengan wawancara terbuka setelah pelaksanaan program utama dan menunjukkan ada peningkatan pengetahuan sebesar 40 % untuk A, 35 % untuk B, 80 % untuk C dan 80 % untuk D.

**Kata Kunci:** Produk kesehatan ; Ikan layang; stunting ; Desa Langge

**Diterima:**  
04-01-2023

**Disetujui:**  
24-01-2023

**Online:**  
25-01-2023

### ABSTRACT

Stunting or often called stunted or short is a degenerative condition in children under five years of age (toddlers) of chronic undernourishment and infections that occur mainly in the first 1,000 days of life (HPK), from fetus to 23 months of age, and stunting conditions do not appear until the baby is 2 years old. Stunting is due to such factors as food intake, birth weight, parental education, toddler age and family economics. Governments attempt to address stunting problems through supplement programs, changes in public consumption behavior efforts to acquire a rich and rich source of food including micronutrients and health and safety, and food fortification. The closest solution is to seek fish consumption because Indonesia has such great potential for fisheries. To increase public consumption, it will be produced in the form of attractive products such as nugget, meatball, abon. The methods used are education on stunting, factor causes, effect, symptoms and how to overcome them. The next moment he practices directly involving people. This program involves 12 students, 3 professors of field

assistance with a history of science. Before education was given free tests to see how far public knowledge of stunting and products would go. Free test results show 30% of people knowing the potential for fish in stunting (A) and also 30% knowing that fish can be made into nugget (B), but knowledge of the raw materials nugget (C) and how it is made (D) shows 0%. Evaluation continues with open interviews following the implementation of the main program and indicates there is a 40 percent increase in knowledge for A, 35% for B, 80% for C and 80% for D.

Copyright © 2023 Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmicare Society

**Keywords:** Health products ; Layang-fish ; stunting ; Langge village

**Received:**  
2023-01-04

**Accepted:**  
2023-01-24

**Online:**  
2023-01-25

## 1. Pendahuluan

*Stunting* atau sering disebut kerdil atau pendek adalah kondisi gagal tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan, dan kondisi *stunting* baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun [1]. Kondisi Balita/ Baduta (Bayi dibawah usia Dua Tahun) yang mengalami *stunting* akan memiliki tingkat kecerdasan yang kurang maksimal dan lebih rentan terhadap penyakit [2].

Prevalensi *stunting* Indonesia berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) 2016 mencapai 27,5 persen. Menurut WHO, masalah kesehatan masyarakat dapat dianggap kronis bila prevalensi *stunting* lebih dari 20 persen. Artinya, secara nasional masalah *stunting* di Indonesia tergolong kronis, terlebih lagi di 14 provinsi yang prevalensinya melebihi angka nasional.

Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), angka *stunting* di Provinsi Gorontalo menurun dari 34,89 persen tahun 2019 menjadi 29 persen pada tahun 2021. Dalam Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 ditargetkan tahun 2024 angka *stunting* berada pada posisi 14 persen. Artinya dalam dua tahun ke depan kita harus bisa menurunkan 15 persen [3].

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, Indonesia merupakan salah satu negara yang mengalami beban ganda gizi. Beban ganda gizi tersebut adalah kekurangan zat gizi mikro yang menyebabkan *stunting* yang kemudian menimbulkan kerugian ekonomi negara sebesar 2-3% dari PDB per tahun. Pemerintah berupaya menanggulangi permasalahan *stunting* melalui program suplementasi, upaya perubahan perilaku konsumsi masyarakat agar mengkonsumsi sumber makanan yang beragam dan kaya akan kandungan gizi termasuk zat gizi mikro serta sehat dan aman, serta fortifikasi pangan. Solusi yang paling dekat adalah mengupayakan konsumsi ikan karena Indonesia mempunyai potensi perikanan yang sedemikian besar [4].

Ikan merupakan salah satu sumber pangan lokal yang dapat dikembangkan karena sehat dan kaya akan kandungan gizi mikro. Ikan merupakan komoditas yang kaya akan gizi dan mudah dijumpai di sekitar kita, ikan mengandung protein, lemak, minyak ikan, vitamin A, D, B6, B12, mineral, yodium, dan zat besi, sehingga dapat mengatasi masalah kekurangan zat gizi mikro pada masyarakat. Untuk meningkatkan konsumsi ikan, kita dapat mengolahnya menjadi beragam produk seperti nugget, bakso, dan olahan masakan lainnya yang menarik untuk dikonsumsi [5].

Fakultas Olahraga dan Kesehatan (FOK) mempunyai peranan penting dalam membantu program pemerintah menurunkan prevalensi stunting di Indonesia dengan cara berkolaborasi dalam pelaksanaan KKN Mahasiswa. Pada pengabdian ini, Farmasi akan berkolaborasi dengan Kesmas dan Keperawatan. Selain menghasilkan produk kesehatan juga akan dilaksanakan penyuluhan gizi bagi ibu hamil, dan penyuluhan PHBS bagi masyarakat setempat dan pemeriksaan kesehatan terpadu.

## 2. Metode Pelaksanaan

Dalam persiapan dan pembekalan program KKN-PK ini dibagi menjadi dua tahap yaitu mekanisme pelaksanaan kegiatan dan materi pembekalan kepada mahasiswa. Uraian lebih lengkap persiapan dan pembekalan program ini disajikan pada Tabel 1.

**Tabel. 1** Tahapan dan Kegiatan Mahasiswa Selama Kegiatan KKN-PK

No	Tahap	Kegiatan
1	Mekanisme pelaksanaan kegiatan KKN-PK	Survei calon lokasi KKN-PK
		Penyusunan dan pengusulan proposal KKN-PK ke LPPM
		Perekrutan Mahasiswa peserta KKN-PK
		Pembekalan (coaching) dan pengasuransian mahasiswa
		Pengambilan perlengkapan mahasiswa peserta KKN-PK
		Pelepasan mahasiswa peserta KKN-PK
		Pengantaran mahasiswa KKN-PK ke lokasi
		Penyerahan mahasiswa ke lokasi
		Monitoring dan evaluasi akhir periode KKN-PK
		Penarikan mahasiswa peserta KKN-PK
2	Materi pembekalan yang diberikan kepada mahasiswa	Fungsi mahasiswa dalam KKN-PK oleh LPPM
		Pengenalan stunting, bahaya, dan penyebabnya oleh DPL
		Penyuluhan tentang manfaat ikan terhadap pencegahan stunting
		Pelatihan pembuatan produk kesehatan berbasis ikan layang seperti nugget, bakso, dan abon ikan yang disukai oleh anak-anak

Langkah-langkah dalam bentuk program kerja yang dilaksanakan di lokasi KKN-PK meliputi beberapa hal yaitu program Penyuluhan/edukasi tentang stunting, Penyuluhan tentang ikan dan manfaatnya serta memberikan pelatihan dan praktek langsung pembuatan produk kesehatan berbasis ikan layang.

Metode yang digunakan metode ceramah, tanya jawab dan selanjutnya praktek secara langsung bersama mahasiswa dan warga desa. Materi yang diberikan adalah pengertian stunting, bahaya, penyebab dan cara pencegahannya. Selain itu juga diberikan pengetahuan tentang cara membuat produk kesehatan berbasis ikan layang. Setiap tahap kegiatan dilakukan oleh mahasiswa didampingi DPL bersama warga desa yang terpilih dalam program KKN-PK.





**Gambar 1.** Tahapan dan Kegiatan Mahasiswa Selama Kegiatan KKN-PK

Pekerjaan yang dilakukan oleh mahasiswa peserta KKN-PK selama 45 hari dihitung dalam satuan Jam Kerja Efektif Mahasiswa (JKEM). Setiap mahasiswa melakukan pekerjaan sebanyak 288 JKEM selama 45 hari atau 8640 JKEM/30 mahasiswa selama 45 hari. Apabila dirata-ratakan sebanyak 6,4 jam/hari selama 45 hari (1,5 bulan). Total JKEM tersebut didistribusi kedalam 4 program kerja yang akan dilaksanakan selama berada di lokasi KKN-PK. Hasil Program inti dapat dilihat pada gambar 1.

### 3. Hasil dan Pembahasan Hasil

**Tabel. 1** Tahapan dan Kegiatan Mahasiswa Selama Kegiatan KKN-PK

No	Indikator	Pemahaman sebelum kegiatan (%)	Pemahaman setelah kegiatan (%)	Peningkatan pemahaman dan keterampilan (%)
1	Masyarakat mengetahui potensi ikan layang dalam mencegah stunting	30	70	40
2	Masyarakat mengetahui olahan pangan ikan menjadi nugget dan bahan bahan campurannya	30	65	35
3	Mempraktekkan cara pembuatan nugget berbahan baku ikan.	0	80	80
4	Menilai tingkat kesukaan nugget ikan oleh anak-anak dan masyarakat	0	80	80

Pada tabel 1 diatas bisa dilihat bahwa terjadi perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah diberikan edukasi tentang stunting.

## Pembahasan

Desa Langge merupakan salah satu Desa dari Kecamatan Tapa Kabupaten Bone Bolango provinsi Gorontalo. Luas Wilayah Desa Langge adalah 1.984.31 Km<sup>2</sup> (BPS, 2022). Jumlah Dusun di Desa Langge adalah Dusun 1 Alumbango, dusun 2 Toliango, Dusun 3 Yinengo. Penduduk Desa Langge sebanyak 1042 jiwa terdiri dari 517 laki-laki dan 525 perempuan (Data Desa Langge, 2022). Mata pencaharian masyarakat pada umumnya adalah bertani. Jumlah anak stunting 0-2 tahun adalah 7 orang, sedangkan jumlah keseluruhan dari umur 0-5 tahun adalah 28 orang.

KKN Profesi Kesehatan Fakultas Olahraga dan Kesehatan diterima secara resmi oleh bapak Bupati Bone Bolango di Bone Bolango pada tanggal 29 November 2022. Setelah penerimaan secara resmi, mahasiswa KKN-PK segera menuju lokasi Desa Langge dan diterima secara resmi oleh bapak Kepala Desa langge yaitu Bapak Salim Sunati S.Ip. Pada penerimaan ini pihak dosen pembimbing lapangan (DPL) memaparkan apa yang akan dilakukan oleh mahasiswa ke depan selama kurang lebih 2 bulan termasuk pemaparan rencana program inti yang akan dibawakan langsung oleh pihak DPL.

Program inti dengan tema "Pelatihan Pembuatan produk kesehatan berbasis ikan layang dalam upaya mencegah stunting di Desa Langge Bone Bolango" dilaksanakan pada tanggal 25 Desember 2022. Program ini memaparkan tentang Stunting, ciri-ciri stunting, penyebabnya, cara mengatasinya dan memberikan pelatihan pembuatan produk kesehatan berbahan baku ikan agar disukai anak-anak. Sasaran dan Target pelaksanaan program ini adalah ibu-ibu rumah tangga dan remaja karang taruna setempat. Ibu-ibu rumah tangga menjadi target utama karena ibu merupakan gerbang utama dalam menjaga kesehatan keluarga.

Pada program inti, masyarakat diberi pelatihan tentang pembuatan produk kesehatan berupa nugget yang berbahan baku ikan layang. Ikan layang di Gorontalo sangat melimpah dan termasuk ikan dengan harga murah. Konsumsi ikan layang secara terus menerus membuat masyarakat bosan apalagi anak-anak, sehingga perlu variasi dan inovasi untuk membuat produk dalam bentuk nugget yang disukai anak-anak. Nugget adalah salah satu makanan yang disukai oleh banyak orang, terutama anak-anak adalah nugget. Nugget adalah makanan yang dibuat dari olahan daging giling yang kemudian dibaluri tepung roti atau tepung panir. Daging dalam artian bisa daging ayam, daging ikan, maupun daging sapi. Biasanya, nugget dijual dalam bentuk kemasan yang telah dibekukan atau biasa disebut frozen food. Namun, makanan kemasan tentu tak baik jika dikonsumsi secara terus-menerus karena dikhawatirkan mengandung banyak pengawet makanan. Untuk itu, masyarakat diberi pelatihan membuat nugget di rumah sendiri tanpa bahan pengawet.

Nugget yang dibuat pada program ini berbasis ikan karena protein ikan sangat tinggi apalagi ditambah dengan bahan sayur-sayuran, bumbu-bumbu dan tanpa pengawet. Bahan lain tepung panir, telur, tepung tapioca yang membuat nugget tersebut sangat enak dan disukai anak-anak. Pada pelaksanaan program ini masyarakat turut berpartisipasi membuat nugget tersebut, sayang sekali masyarakat yang hadir masih minim disebabkan beberapa ibu-ibu harus ke kebun bekerja sebagai mata pencaharian utama mereka. Tapi walaupun demikian mahasiswa KKN-PK masih sempat melakukan pendampingan ke rumah-rumah yang mempunyai balita stunting untuk membuat nugget tersebut.

Hasil yang dicapai dari kegiatan tersebut adalah mahasiswa KKN-PK sudah memiliki pengetahuan tentang stunting, faktor penyebabnya, cara mengatasinya dan cara pencegahannya. Mahasiswa juga sudah memiliki pemahaman tentang cara membuat produk kesehatan berbasis ikan yang dapat menanggulangi penyakit stunting.

Kegiatan KKN-PK yang telah dilaksanakan di Desa Langge Kecamatan Tapa Kabupaten Bone Bolango juga meningkatkan pemahaman masyarakat tentang stunting, cirri-cirinya, cara mengatasinya, faktor penyebabnya dan cara pencegahannya. Selain itu, masyarakat juga sudah mengetahui cara pembuatan produk nugget berbasis ikan yang disukai anak-anak

#### **4. Kesimpulan**

Edukasi tentang stunting, gejala, penyebabnya serta cara pencegahannya dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Langge Kabupaten Bone Bolango dalam upaya mencegah stunting. Terlebih dengan adanya pelatihan pembuatan produk kesehatan membuat warga sangat senang dan antusias mengikuti pelatihan tersebut

#### **Ucapan Terima Kasih**

Terima kasih kepada lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat (LPPM), dan Dekan Fakultas Olah Raga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo atas dukungan dana pengabdian PNPB BLU tahun 2022.

#### **Referensi**

- [1]. Kemenkes, RI., 2018. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*, Semester 1. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan, RI Jakarta.
- [2]. Daru Purnomo, Sampoerno, Suryo Sakti Hadiwijoyo, Alvianto Wahyudi Utomo, Rendy H. Abraham, Rizki Amalia Yanuartha. 2021. Pendampingan dan Penguatan masyarakat dalam Pencegahan Stunting melalui pembelajaran lapangan terpadu. *Magistrorum Et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat* Volume 02 No. 02 Desember 2021, 214 – 244
- [3]. Gorontalo (ANTARA). 2022, Angka stunting di Provinsi Gorontalo turun, Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI)
- [4]. RISKEDAS, 2018, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI Tahun 2018. Jakarta :Kemenkes 2018
- [5]. Sus Widayani, Bambang Triatma, Bambang Sugeng. 2018. Penyuluhan gizi dan Pemberian keterampilan Kreasi Nugget bergizi kepada ibu Balita untuk mencegah stunting di Wilayah Gunung Pati. Seminar nasional Kolaborasi Pengabdian Pada Masyarakat.