# Pemberdayaan Kelompok Wanita melalui Program GIZI LESTARI untuk Pencegahan Stunting

**Yadriati Maya Pesa[1], Ratna Juwita[2], Wan Anita[3], Erika[4], Shiva Try Laffayza[5], Dwi Agustina[6]**

[1)] Program Studi S1 Kebidanan, STIKes Tengku Maharatu
[2)] Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, STIKes Tengku Maharatu
[3)] Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, STIKes Tengku Maharatu
[4)] Program studi pascasarjana keperawatan, Universitas Riau
[5)] Mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan, STIKes Tengku Maharatu
[6)] Mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan, STIKes Tengku Maharatu
e-mail: yadriatimayyapesa@gmail.com

## Abstrak

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan upaya pencegahan melalui pemanfaatan pangan lokal bergizi. Desa Koto Tibun memiliki potensi perikanan yang melimpah, namun pemanfaatannya masih didominasi dalam bentuk ikan segar sehingga belum memberikan nilai tambah bagi pemenuhan gizi keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberdayakan kelompok wanita melalui Program GIZI LESTARI berbasis diversifikasi olahan ikan dalam upaya pencegahan stunting di Desa Koto Tibun. Kegiatan diikuti oleh 30 anggota PKK Desa Koto Tibun dengan metode berupa sosialisasi, edukasi gizi, pelatihan pembuatan bakso ikan dan nugget ikan, pendampingan praktik, serta monitoring dan evaluasi menggunakan pretest–posttest dan observasi keterampilan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebanyak 25 peserta (83,3%) mengalami peningkatan pengetahuan gizi lebih dari 30% setelah mengikuti edukasi. Sebanyak 27 peserta (90,0%) mampu mempraktikkan pembuatan bakso ikan dan nugget ikan secara mandiri sesuai prinsip higiene pangan, sedangkan 20 peserta (66,7%) menunjukkan kemampuan mengolah produk secara mandiri untuk konsumsi keluarga setelah kegiatan pendampingan. Selain meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta, program juga menghasilkan modul diversifikasi olahan ikan sebagai media edukasi berkelanjutan. Program GIZI LESTARI mampu meningkatkan kapasitas kelompok wanita dalam memanfaatkan potensi perikanan lokal sebagai pangan bergizi sehingga berpotensi mendukung upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan di tingkat masyarakat.

**Kata kunci**: Pemberdayaan kelompok wanita; Diversifikasi olahan ikan; Pencegahan stunting; Potensi lokal; GIZI LESTARI

## *Abstract*

*Stunting remains a major public health problem that requires preventive efforts through the optimal utilization of local nutritious food resources. Koto Tibun village has abundant fisheries potential; however, fish is predominantly consumed in its fresh form, limiting its nutritional and economic added value. This community service program aimed to empower women's groups through the GIZI LESTARI Program based on fish product diversification as an effort to prevent stunting in Koto Tibun village. The program involved 30 members of the PKK women's group and was implemented through nutrition education, training on the preparation of fish meatballs and fish nuggets, hands-on mentoring, and monitoring and evaluation using pretest–posttest assessments and skill observations. The results showed that 25 participants (83.3%) achieved an improvement of more than 30% in nutrition knowledge following the educational sessions. Furthermore, 27 participants (90.0%) were able to independently prepare fish meatballs and fish nuggets in accordance with good hygiene practices, while 20 participants (66.7%) demonstrated the ability to independently process fish-based products for household consumption after the mentoring activities. The program also produced a fish product diversification module to support continuous community education. The GIZI LESTARI Program effectively improved the knowledge and practical skills of women's groups in utilizing local fisheries resources as nutritious food, thereby contributing to sustainable stunting prevention at the community level.*

***Keywords**:* Women's empowerment; Fish product diversification; Stunting prevention; Local potential; GIZI LESTARI

## PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang mendapat perhatian global karena berdampak terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, produktivitas, serta kualitas sumber daya manusia pada masa mendatang. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam waktu lama, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dampak stunting tidak hanya ditandai dengan tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan standar usianya, tetapi juga berhubungan dengan penurunan kemampuan belajar, meningkatnya risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa, serta rendahnya produktivitas ekonomi. Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting menjadi salah satu prioritas pembangunan kesehatan di berbagai negara, termasuk Indonesia (WHO, 2025; UNICEF, 2024).

Laporan *The State of the World's Children* yang diterbitkan UNICEF menunjukkan bahwa masalah malnutrisi pada anak masih menjadi tantangan besar di berbagai negara berkembang. Ketahanan pangan, akses terhadap pangan bergizi, serta praktik pemberian makan yang tepat merupakan faktor penting dalam mendukung pertumbuhan optimal anak (UNICEF, 2024). Sejalan dengan hal tersebut, WHO (2025) menegaskan bahwa pencegahan stunting memerlukan pendekatan multisektor yang melibatkan perbaikan status gizi, peningkatan pengetahuan masyarakat, serta pemanfaatan sumber pangan lokal yang memiliki nilai gizi tinggi.

Di Indonesia, stunting masih menjadi salah satu indikator utama yang mencerminkan kualitas kesehatan dan status gizi anak. Pemerintah melalui Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting telah menetapkan berbagai intervensi spesifik dan sensitif yang melibatkan sektor kesehatan, pendidikan, pertanian, hingga pemberdayaan masyarakat untuk mempercepat penurunan prevalensi stunting (Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia, 2018). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) juga menunjukkan bahwa prevalensi stunting masih memerlukan perhatian serius sehingga diperlukan berbagai inovasi berbasis masyarakat yang mampu meningkatkan pengetahuan sekaligus mendorong perubahan perilaku keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecukupan asupan protein hewani mempunyai peran penting dalam mendukung pertumbuhan linier anak dan menurunkan risiko terjadinya stunting. Protein hewani mengandung asam amino esensial, vitamin, dan mineral yang berkontribusi terhadap pembentukan jaringan tubuh, perkembangan otak, serta peningkatan sistem imun. Hermawan et al. (2023) melaporkan bahwa konsumsi protein hewani memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita. Temuan tersebut diperkuat oleh Victora (2022) yang menyatakan bahwa peningkatan kualitas asupan gizi, khususnya protein hewani, merupakan salah satu intervensi efektif dalam mengatasi masalah kekurangan gizi kronis pada negara berpendapatan rendah dan menengah. Selain itu, Suryani et al. (2024) juga menemukan adanya perbedaan pola konsumsi zat gizi makro dan mikro antara balita stunting dan balita dengan status gizi normal, sehingga pemenuhan kebutuhan gizi seimbang menjadi faktor yang sangat penting dalam pencegahan stunting.

Salah satu sumber protein hewani yang mudah diperoleh masyarakat Indonesia adalah ikan. Selain memiliki kandungan protein berkualitas tinggi, ikan juga kaya akan asam lemak omega-3, vitamin D, kalsium, fosfor, serta berbagai mikronutrien yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Organisasi Pangan dan Pertanian Dunia (FAO) menegaskan bahwa sektor perikanan memiliki kontribusi strategis terhadap ketahanan pangan dan perbaikan status gizi masyarakat melalui penyediaan pangan bergizi yang mudah diakses oleh masyarakat pesisir maupun pedesaan (FAO, 2024). Oleh karena itu, optimalisasi pemanfaatan hasil perikanan lokal tidak hanya berpotensi meningkatkan kualitas gizi keluarga, tetapi juga mampu memberikan nilai tambah ekonomi melalui pengembangan berbagai produk olahan.

Desa Koto Tibun merupakan salah satu desa yang memiliki potensi perikanan air tawar yang cukup besar. Ketersediaan ikan yang melimpah menjadi modal penting dalam mendukung pemenuhan kebutuhan protein masyarakat. Namun demikian, berdasarkan hasil identifikasi

permasalahan pada mitra, pemanfaatan hasil perikanan tersebut masih didominasi dalam bentuk ikan segar sehingga nilai tambah produk belum optimal. Di sisi lain, pengetahuan masyarakat, khususnya kelompok wanita, mengenai pentingnya gizi seimbang dan teknik diversifikasi olahan ikan masih terbatas. Kondisi tersebut menyebabkan potensi lokal yang tersedia belum dimanfaatkan secara maksimal sebagai salah satu strategi pencegahan stunting maupun peningkatan ketahanan pangan keluarga.

Kelompok wanita, khususnya anggota Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK), memiliki peran strategis dalam menentukan pola konsumsi pangan rumah tangga karena berperan sebagai pengelola penyediaan makanan keluarga. Peningkatan kapasitas kelompok wanita melalui edukasi gizi dan pelatihan pengolahan pangan berbasis potensi lokal menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam membangun kemandirian keluarga untuk memenuhi kebutuhan gizi secara berkelanjutan. Keterlibatan aktif perempuan dalam pengelolaan pangan juga terbukti mampu memperkuat ketahanan pangan rumah tangga dan meningkatkan kualitas konsumsi keluarga (Windiasih et al., 2014). Oleh karena itu, pemberdayaan kelompok wanita melalui diversifikasi olahan ikan menjadi strategi yang relevan untuk mengoptimalkan potensi lokal sekaligus mendukung upaya pencegahan stunting di Desa Koto Tibun.

Berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah menunjukkan bahwa edukasi gizi dan pemanfaatan pangan lokal merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting. Terok et al. (2023) melaporkan bahwa peningkatan efikasi diri ibu melalui edukasi kesehatan berkontribusi terhadap meningkatnya kemampuan ibu dalam menerapkan perilaku pencegahan stunting di lingkungan keluarga. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perubahan perilaku masyarakat tidak hanya bergantung pada penyampaian informasi, tetapi juga pada peningkatan keyakinan dan kemampuan individu dalam mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh. Oleh karena itu, pemberdayaan kelompok wanita menjadi salah satu pendekatan yang penting dalam mendukung keberhasilan program pencegahan stunting di tingkat masyarakat.

Selain edukasi gizi, diversifikasi pangan berbasis sumber daya lokal juga menjadi salah satu strategi yang banyak dikembangkan dalam berbagai kegiatan pengabdian. Tuloli et al. (2025) melaporkan bahwa pelatihan diversifikasi olahan ikan tuna menjadi keripik amplang mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengolah hasil perikanan menjadi produk yang bernilai tambah sekaligus mendukung intervensi gizi untuk pencegahan stunting. Program peningkatan konsumsi ikan juga telah terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya protein hewani. Pagaya et al. (2024) melalui program Gemar Makan Ikan melaporkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai manfaat konsumsi ikan sebagai salah satu upaya pencegahan stunting. Temuan tersebut sejalan dengan rekomendasi FAO (2024) yang menekankan bahwa optimalisasi sektor perikanan tidak hanya berkontribusi terhadap ketahanan pangan, tetapi juga berperan penting dalam meningkatkan kualitas gizi masyarakat melalui penyediaan pangan yang aman, bergizi, dan berkelanjutan.

Meskipun berbagai kegiatan pengabdian tersebut telah menunjukkan hasil yang positif, sebagian besar masih berfokus pada edukasi gizi atau pelatihan pembuatan satu jenis produk olahan pangan. Pendekatan yang mengintegrasikan edukasi gizi, pemberdayaan kelompok wanita, serta pemanfaatan potensi perikanan lokal dalam satu program pendampingan yang berkelanjutan masih relatif terbatas. Selain itu, sebagian besar kegiatan lebih menitikberatkan pada peningkatan pengetahuan tanpa disertai pendampingan praktik yang memungkinkan peserta mengembangkan keterampilan secara mandiri. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya model pengabdian masyarakat yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membangun kapasitas masyarakat melalui praktik langsung dan pendampingan yang berkesinambungan.

Program GIZI LESTARI (Gerakan Pemberdayaan Kelompok Wanita Berbasis Potensi Lokal melalui Diversifikasi Olahan Ikan) dikembangkan sebagai bentuk inovasi pengabdian kepada masyarakat yang mengintegrasikan edukasi gizi, pelatihan diversifikasi olahan ikan, serta pemberdayaan kelompok wanita dalam satu rangkaian kegiatan yang sistematis. Program ini memanfaatkan potensi perikanan lokal Desa Koto Tibun sebagai bahan baku utama dalam pembuatan produk pangan bergizi berupa bakso ikan, nugget ikan dan lainnya yang mudah diterapkan pada skala rumah tangga. Pendekatan tersebut diharapkan tidak hanya meningkatkan

pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting, tetapi juga meningkatkan keterampilan dalam mengolah ikan menjadi produk yang bernilai gizi tinggi, mudah diterima oleh anak, serta memiliki nilai ekonomi bagi keluarga.

Keunggulan Program GIZI LESTARI dibandingkan kegiatan pengabdian sebelumnya terletak pada integrasi antara edukasi gizi, pelatihan keterampilan, pendampingan praktik, serta pemanfaatan potensi lokal yang melibatkan kelompok wanita sebagai agen perubahan di tingkat keluarga. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat menjadi salah satu model pemberdayaan masyarakat yang mendukung peningkatan ketahanan pangan keluarga sekaligus memperkuat upaya pencegahan stunting berbasis potensi lokal. Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberdayakan kelompok wanita melalui Program GIZI LESTARI berbasis diversifikasi olahan ikan dalam upaya pencegahan stunting di Desa Koto Tibun. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan peserta mengenai gizi dan pencegahan stunting, meningkatkan keterampilan dalam mengolah ikan menjadi produk pangan bergizi berupa bakso ikan, nugget ikan dan lain sebagainya, serta mendorong pemanfaatan potensi perikanan lokal sebagai sumber pangan bergizi yang berkelanjutan bagi keluarga.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Koto Tibun, Kecamatan Kampar, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau dengan sasaran sebanyak 30 orang anggota PKK Desa Koto Tibun. Metode yang digunakan merupakan pendekatan partisipatif yang mengombinasikan pendidikan masyarakat, pelatihan, difusi ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEKS), serta pendampingan. Sebelum pelaksanaan kegiatan, dilakukan koordinasi dengan pemerintah desa dan pengurus PKK untuk mengidentifikasi permasalahan, potensi lokal, serta menyusun jadwal kegiatan.

Metode pendidikan masyarakat dilaksanakan melalui penyuluhan mengenai stunting, pentingnya pemenuhan gizi seimbang, serta manfaat konsumsi ikan sebagai sumber protein hewani dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan berupa demonstrasi dan praktik langsung pembuatan pengolahan ikan seperti bakso ikan, nugget ikan dan lainnya, yang meliputi pemilihan bahan baku, proses pengolahan, penerapan higiene dan sanitasi pangan, serta teknik pengemasan sederhana.

Difusi IPTEKS dilakukan melalui transfer pengetahuan dan keterampilan pengolahan ikan menjadi produk pangan bergizi yang mudah diterapkan pada tingkat rumah tangga. Selama pelatihan, peserta memperoleh pendampingan secara langsung dari tim pengabdi untuk memastikan setiap tahapan pengolahan dapat dilakukan dengan benar serta mendorong pemanfaatan potensi perikanan lokal sebagai alternatif pangan bergizi dalam upaya pencegahan stunting.

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pretest dan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta mengenai stunting dan gizi seimbang. Selain itu, observasi dilakukan untuk menilai keterampilan peserta dalam mempraktikkan pembuatan bakso ikan dan nugget ikan serta tingkat partisipasi selama kegiatan. Keberhasilan program ditandai dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan peserta dalam mengolah ikan menjadi pangan bergizi serta meningkatnya pemanfaatan potensi perikanan lokal sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Koto Tibun.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Program GIZI LESTARI dilaksanakan di Desa Koto Tibun dengan melibatkan 30 orang anggota PKK sebagai peserta. Kegiatan terdiri atas penyuluhan mengenai stunting, gizi seimbang, dan pentingnya konsumsi protein hewani, dilanjutkan dengan pelatihan diversifikasi olahan ikan berupa pembuatan bakso ikan dan nugget ikan. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan secara aktif mulai dari penyampaian materi, demonstrasi, praktik pengolahan, hingga sesi diskusi dan evaluasi.

Untuk mengetahui efektivitas kegiatan, dilakukan evaluasi menggunakan pretest dan posttest terhadap tingkat pengetahuan peserta mengenai stunting, gizi seimbang, serta pemanfaatan

ikan sebagai sumber protein dalam pencegahan stunting. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti Program GIZI LESTARI**.** Pada saat pretest, sebagian besar peserta berada pada kategori cukup sebanyak 20 orang (66,7%)**,** kategori kurang sebanyak 8 orang (26,7%)**,** dan hanya 2 orang (6,6%) yang berada pada kategori baik. Setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan, hasil posttest menunjukkan peningkatan yang signifikan, yaitu 25 orang (83,3%) berada pada kategori baik**,** 5 orang (16,7%) berada pada kategori cukup, dan tidak ada lagi peserta yang berada pada kategori kurang.

**Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest Tingkat Pengetahuan Peserta**

| **Tingkat Pengetahuan** | **Pretest n (%)** | **Posttest n (%)** |
|---|---|---|
| Baik | 2 (6,7%) | 25 (83,3%) |
| Cukup | 20 (66,7%) | 5 (16,7%) |
| Kurang | 8 (26,6%) | 0 (0,0%) |
| **Total** | **30 (100%)** | **30 (100%)** |

Peningkatan hasil pretest dan posttest menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan yang dipadukan dengan pelatihan praktik mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pencegahan stunting dan pemanfaatan ikan sebagai sumber pangan bergizi. Persentase peserta yang memiliki tingkat pengetahuan kategori baik meningkat dari 6,7% menjadi 83,3%, sekaligus menunjukkan bahwa target program, yaitu minimal 80% peserta memiliki pengetahuan yang baik setelah kegiatan**,** telah tercapai.

Selain peningkatan pengetahuan, keterampilan peserta dalam mengolah ikan juga mengalami peningkatan setelah mengikuti pelatihan. Berdasarkan hasil observasi selama praktik, sebagian besar peserta telah mampu mempraktikkan pembuatan bakso ikan dan nugget ikan sesuai tahapan yang didemonstrasikan oleh tim pengabdi. Peserta juga mampu memilih bahan baku yang baik, menerapkan teknik pengolahan yang benar, serta menghasilkan produk dengan cita rasa dan tekstur yang sesuai.

**Tabel 2. Ketercapaian Luaran Program GIZI LESTARI**

| **Indikator Luaran** | **Target** | **Capaian** |
|---|---|---|
| Peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan | 30 orang | 30 orang (100%) |
| Peserta dengan pengetahuan kategori baik setelah pelatihan | ≥80% | 25 orang (83,3%) |
| Peserta mampu mempraktikkan pembuatan bakso ikan dan nugget ikan | ≥80% | 27 orang (90,0%) |
| Peserta mampu menerapkan hasil pelatihan untuk konsumsi keluarga | ≥60% | 20 orang (66,7%) |

Secara kualitatif, kegiatan ini mendapat respons yang sangat baik dari peserta. Selama diskusi berlangsung, peserta menyampaikan bahwa materi yang diberikan mudah dipahami dan praktik pengolahan bakso ikan serta nugget ikan memberikan pengalaman baru dalam memanfaatkan hasil perikanan lokal. Peserta juga menyatakan bahwa kedua produk tersebut lebih menarik untuk dikonsumsi anak sehingga berpotensi menjadi alternatif menu bergizi di rumah. Selain itu, modul pelatihan yang diberikan diharapkan dapat menjadi panduan bagi peserta untuk terus mempraktikkan keterampilan yang telah diperoleh dan mendukung keberlanjutan Program GIZI LESTARI di Desa Koto Tibun.

Berikut adalah dokumentasi kegiatan



**Gambar 1 : foto bersama Tim Pengabdian bersama peserta**



**Gambar 2 : Pelatihan pengolahan ikan patin**

## PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan Program **GIZI LESTARI** menunjukkan bahwa pendekatan pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan dan pelatihan mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai stunting, gizi seimbang, serta pemanfaatan ikan sebagai sumber protein hewani. Peningkatan kategori pengetahuan dari hasil pretest dan posttest menunjukkan bahwa penyampaian materi yang dipadukan dengan praktik langsung memberikan pengalaman belajar yang lebih efektif dibandingkan penyampaian informasi secara teoritis. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya pemenuhan gizi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan, tetapi juga memberikan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan Terok et al. (2023) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan efikasi diri ibu dalam menerapkan perilaku pencegahan stunting di lingkungan keluarga. Peningkatan pengetahuan juga merupakan langkah awal dalam membentuk perubahan perilaku kesehatan yang berkelanjutan.

Keberhasilan kegiatan ini ditunjukkan oleh meningkatnya jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik dari 6,7% pada saat pretest menjadi 83,3% pada saat posttest. Tidak adanya lagi peserta dengan kategori pengetahuan kurang menunjukkan bahwa materi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh seluruh peserta. Hasil ini juga didukung oleh penelitian THARRA Widadari Aldinda et al. (2025) yang melaporkan bahwa kelas pencegahan stunting mampu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi bayi. Pengetahuan yang baik merupakan faktor penting dalam menentukan perilaku ibu dalam memilih, mengolah, dan menyediakan makanan bergizi bagi keluarga sehingga berkontribusi terhadap upaya pencegahan stunting (Pesa et al., 2024).

Selain meningkatkan pengetahuan, Program GIZI LESTARI juga berhasil meningkatkan keterampilan peserta dalam mengolah ikan menjadi produk pangan bergizi berupa bakso ikan dan nugget ikan. Berdasarkan hasil observasi, sebanyak 90,0% peserta telah mampu mempraktikkan proses pengolahan secara mandiri sesuai tahapan yang telah didemonstrasikan. Keberhasilan tersebut menunjukkan bahwa metode pelatihan berbasis praktik (*learning by doing*) efektif dalam meningkatkan keterampilan masyarakat. Peserta tidak hanya memperoleh informasi mengenai kandungan gizi ikan, tetapi juga mampu mengolah bahan pangan lokal menjadi produk yang lebih menarik, memiliki cita rasa yang baik, serta berpotensi meningkatkan minat konsumsi ikan pada anak.

Hasil tersebut sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Tuloli et al. (2025) yang menunjukkan bahwa pelatihan diversifikasi olahan ikan mampu meningkatkan keterampilan masyarakat dalam mengolah hasil perikanan menjadi produk bernilai tambah. Demikian pula, Abdullah et al. (2025) melaporkan bahwa inovasi nugget ikan patin dapat menjadi alternatif pangan bergizi yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta berkontribusi dalam pencegahan stunting. Persamaan dengan kegiatan tersebut terletak pada pemanfaatan ikan sebagai sumber protein utama, sedangkan keunggulan Program GIZI LESTARI adalah mengombinasikan edukasi gizi dengan pelatihan dua jenis produk olahan, yaitu bakso ikan dan nugget ikan, sehingga peserta memperoleh variasi keterampilan yang dapat diterapkan sesuai kebutuhan keluarga.

Pemanfaatan ikan sebagai bahan baku utama dalam kegiatan ini juga didukung oleh berbagai penelitian yang menyatakan bahwa konsumsi protein hewani memiliki hubungan erat dengan pertumbuhan anak. Hermawan et al. (2023) melaporkan bahwa konsumsi protein hewani berhubungan signifikan dengan kejadian stunting pada balita. Protein ikan mengandung asam amino esensial, vitamin, dan mineral yang berperan dalam mendukung pertumbuhan linier, perkembangan otak, dan sistem kekebalan tubuh anak. Selain itu, FAO (2024) menegaskan bahwa sektor perikanan memiliki kontribusi penting dalam mewujudkan ketahanan pangan dan perbaikan status gizi masyarakat melalui penyediaan sumber protein berkualitas tinggi yang mudah diakses oleh masyarakat. Oleh karena itu, diversifikasi olahan ikan menjadi salah satu strategi yang relevan untuk meningkatkan konsumsi protein hewani, khususnya pada anak yang kurang menyukai ikan dalam bentuk segar.

Keberhasilan Program GIZI LESTARI juga dipengaruhi oleh keterlibatan aktif anggota PKK sebagai kelompok sasaran. Kelompok wanita memiliki peran strategis dalam menentukan pola konsumsi pangan keluarga karena bertanggung jawab dalam perencanaan menu, pengolahan, dan penyajian makanan di rumah tangga. Pemberdayaan kelompok wanita melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan diharapkan mampu menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan dalam pemenuhan gizi keluarga. Hal ini sejalan dengan Windiasih et al. (2014) yang menyatakan bahwa partisipasi aktif kelompok perempuan merupakan salah satu faktor penting dalam memperkuat ketahanan pangan rumah tangga melalui pemanfaatan potensi lokal.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa Program GIZI LESTARI telah mencapai luaran yang ditetapkan dalam proposal, yaitu meningkatnya pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting, meningkatnya keterampilan dalam mengolah ikan menjadi bakso ikan dan nugget ikan, serta meningkatnya pemanfaatan potensi perikanan lokal sebagai sumber pangan bergizi. Program ini tidak hanya memberikan manfaat dalam aspek kesehatan melalui peningkatan pengetahuan gizi, tetapi juga memperkuat kapasitas kelompok wanita dalam mengembangkan pangan lokal yang bergizi, praktis, dan mudah diterapkan di tingkat rumah tangga. Dengan demikian, Program GIZI LESTARI berpotensi menjadi salah satu model pemberdayaan masyarakat berbasis potensi lokal yang dapat direplikasi pada desa lain sebagai bagian dari upaya percepatan pencegahan stunting.

## SIMPULAN

Program **GIZI LESTARI** berbasis diversifikasi olahan ikan berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anggota PKK Desa Koto Tibun dalam upaya pencegahan stunting. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta, yang ditandai dengan meningkatnya peserta berkategori pengetahuan baik dari 6,7% pada saat pretest menjadi 83,3% pada saat posttest, serta tidak ditemukannya lagi peserta dengan kategori pengetahuan kurang. Selain itu, sebagian besar peserta telah mampu mempraktikkan pembuatan bakso ikan dan

nugget ikan secara mandiri sebagai bentuk pemanfaatan potensi perikanan lokal menjadi pangan bergizi bagi keluarga. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa pendekatan yang mengintegrasikan penyuluhan, pelatihan, dan pendampingan efektif dalam meningkatkan kapasitas kelompok wanita sebagai agen perubahan dalam pemenuhan gizi keluarga. Dengan demikian, Program GIZI LESTARI tidak hanya mendukung peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat, tetapi juga berpotensi menjadi model pemberdayaan berbasis potensi lokal yang dapat direplikasi sebagai salah satu strategi pencegahan stunting di tingkat desa.

## SARAN

Program GIZI LESTARI perlu dilaksanakan secara berkelanjutan melalui pendampingan kepada kelompok PKK agar keterampilan dalam mengolah bakso ikan dan nugget ikan dapat terus diterapkan sebagai alternatif pangan bergizi bagi keluarga sekaligus dikembangkan menjadi produk yang memiliki nilai tambah ekonomi. Pemerintah desa, puskesmas, dan instansi terkait diharapkan dapat memberikan dukungan melalui edukasi gizi, pelatihan lanjutan, pendampingan pengemasan, perizinan produk, serta pemasaran sehingga diversifikasi olahan ikan tidak hanya berkontribusi terhadap upaya pencegahan stunting, tetapi juga mampu meningkatkan pendapatan dan kemandirian ekonomi kelompok wanita di Desa Koto Tibun. Selain itu, kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan melakukan pendampingan yang lebih intensif terhadap pengembangan usaha berbasis olahan ikan serta mengevaluasi perubahan perilaku konsumsi keluarga dan dampaknya terhadap status gizi anak sebagai indikator keberlanjutan program.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Riset, Teknologi, dan Pengabdian kepada Masyarakat (DRTPM), Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Republik Indonesia, yang telah memberikan dukungan pendanaan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada STIKes Tengku Maharatu atas dukungan moril, materiil, serta fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih turut disampaikan kepada Pemerintah Desa Koto Tibun, pengurus PKK Desa Koto Tibun, serta seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif dan bekerja sama sehingga Program GIZI LESTARI dapat berjalan dengan lancar dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

## DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, Norfai, Yeni Riza, E. R. (2025). *Inovasi nugget ikan patin: Solusi meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak serta pencegahan stunting di Desa Handil Birayang Bawah Kecamatan Bumi Makmur Kabupaten Tanah Laut*. 7(November), 690–698.

Food and Agriculture Organization. (2024). *Strengthening sector policies for better food security: Fisheries and aquaculture*. FAO.

Hermawan, D., Kurniasari, D., Sandayanti, V., Sari, N., & Listyaningsih, E. (2023). Relationships of deworming drug consumption and animal protein intake with stunting. *Parasite Epidemiology and Control, 23*, e00326. https://doi.org/10.1016/j.parepi.2023.e00326

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2023*. Kementerian Kesehatan RI.

Pesa, Y. M., Anita, W. A. N., Yulita, E. M. I., Wahyuni, R., Masfufa, I., & Ayumi, N. (2024). Hubungan pengetahuan ibu hamil dengan kejadian anemia di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *Ensiklopedia Journal, 7*(1), 198–204.

Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia. (2018). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting) Periode 2018–2024*. Sekretariat Wakil Presiden RI.

Suryani, D., Krisnasary, A., & Pratiwi, B. A. (2024). Differences in the consumption of macro and micro nutrients among stunted toddlers in Bengkulu City. *Journal of Nutrition Science, 6*(3), 186–193.

Terok, K. A., Pongantung, H., & Maria, G. (2023). Pencegahan stunting dengan peningkatan efikasi diri ibu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1*(2), 16–27.

Tuloli, T. S., Paneo, M. A., & Jumantrin, N. F. (2025). Diversifikasi olahan ikan tuna menjadi keripik amplang sebagai upaya intervensi gizi dan pencegahan stunting di Desa Modelomo Kecamatan Tilamuta Kabupaten Boalemo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4*, 144–154.

UNICEF. (2024). *The State of the World's Children 2024*. United Nations Children's Fund.

Victora, C. G. (2022). Revisiting maternal and child undernutrition in low-income and middle-income countries: Variable progress towards an unfinished agenda. *The Lancet, 397*(10282), 1388–1399.

WHO. (2025). *Stunting policy brief*. World Health Organization.

Windiasih, R., Sari, L. K., Prastyanti, S., Sulaiman, A. I., & Sugito, T. (2014). Women farmers group participation in empowering local food security. 186–194.

Widadari Aldinda, T., Pesa, Y. M., Zalni., & Masfufa, T. I. (2025). Pengaruh kelas pencegahan stunting terhadap pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi bayi usia 6–12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo. *Ensiklopedia Journal, 7*(3), 302–309.