Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Pelatihan Pembuatan Katsu Ikan Payus untuk Pencegahan Stunting

Empowering Posyandu Cadres in Training on Making Payus Fish Katsu to Prevent Stunting

Leni Halimatusyadiah[1], Rina Octavia[2], Fajrin Noviyanto[3], Dinda Ayu Aprilia Qurotul Ain[4], Rahma Maghfiroti Maula[5]

[1, 2, 3, 4, 5)] Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila Serang
e-mail: leni.halimatusyadiah@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan kondisi ketika anak mengalami kekurangan gizi kronis yang disertai infeksi, sehingga tinggi badan anak lebih rendah dari usianya. Salah satu faktor penyebab stunting adalah kurangnya asupan zat gizi makro (protein) dan zat gizi mikro (Fe, Zn, Ca, serta vitamin D, A, dan C). Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan kader Posyandu di Kelurahan Cilaku, Kota Serang, melalui pelatihan pembuatan Katsu Ikan Payus (Elops hawaiensis) sebagai Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan dilaksanakan melalui kolaborasi antara dosen kebidanan, dosen farmasi, mahasiswa S1 Kebidanan, dan kader Posyandu Cilaku. Metode pelaksanaan mencakup sosialisasi, penyuluhan, pelatihan, pendistribusian, monitoring, dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mitra sebesar 29% mengenai gizi dan pencegahan stunting, serta peningkatan keterampilan dalam pembuatan Katsu Ikan Payus. Produk ini menjadi inovasi menu PMT dalam kegiatan posyandu dan memberikan peluang ekonomi bagi kader dalam memproduksi serta mengembangkan olahan ikan payus. Program ini diharapkan dapat diimplementasikan secara berkelanjutan sebagai alternatif pemanfaatan sumber daya alam lokal untuk pemenuhan protein hewani dan perbaikan status gizi masyarakat.

Kata kunci: Pemberdayaan; Kader Posyandu; Pelatihan; Katsu Ikan Payus; Pencegahan Stunting.

Abstract

Stunting is a condition in which a child experiences chronic malnutrition accompanied by infection, resulting in a shorter height for their age. One of the main causes of stunting is the lack of macronutrient (protein) and micronutrient intake (Fe, Zn, Ca, and vitamins D, A, and C). This community service program aims to empower Posyandu cadres in Cilaku Village, Serang City, through training in making Payus Fish Katsu (Elops hawaiensis) as a Supplementary Feeding (PMT) product for stunting prevention. The activity was carried out through collaboration between midwifery lecturers, pharmacy lecturers, undergraduate midwifery students, and Posyandu cadres. The implementation method included socialization, counseling, training, distribution, monitoring, and evaluation. The results showed a 29% increase in cadres' knowledge regarding nutrition and stunting prevention, as well as improved skills in producing Payus Fish Katsu. This product serves as an innovative supplementary food menu in Posyandu activities and provides economic opportunities for cadres to produce and develop Payus-based products. The program is expected to be implemented sustainably as an alternative use of local natural resources to fulfill animal protein needs and improve community nutritional status.

Keywords: Empowerment; Cadres; Training; Payus Fish Katsu; Stunting.

PENDAHULUAN

Kelurahan Cilaku merupakan salah satu kelurahan yang ada di Kecamatan Curug Kota Serang Provinsi Banten. Kelurahan ini memiliki luas wilayah 5,64 km² dan terdiri dari 7.596 jiwa dengan rincian 3.896 jiwa laki-laki dan 3.700 jiwa perempuan. Kelurahan Cilaku termasuk padat penduduk dan memiliki lima posyandu aktif dengan jumlah kader sebanyak 25 orang. Posyandu berfungsi sebagai pusat pelayanan kesehatan dasar ibu dan anak, dibina oleh bidan desa, serta

menjadi garda terdepan dalam deteksi dini masalah gizi balita. Data sasaran menunjukkan terdapat 708 balita di Kelurahan Cilaku yang menjadi target pemantauan tumbuh kembang. Meskipun kader telah rutin melaksanakan kegiatan penimbangan, pencatatan KMS, dan konseling kesehatan, hingga saat ini mereka belum pernah memperoleh pelatihan khusus mengenai inovasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT).

Permasalahan gizi pada balita masih menjadi isu kesehatan utama di tingkat nasional maupun daerah. Berdasarkan *Studi Status Gizi Indonesia (SSGI)* tahun 2021, prevalensi stunting di Provinsi Banten mencapai 24,5%, sedangkan Kota Serang sebesar 23,4% (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Data tersebut menunjukkan bahwa Kota Serang termasuk daerah prioritas intervensi percepatan penurunan stunting di Banten. Kondisi ini juga relevan dengan situasi di Kelurahan Cilaku, di mana sebagian balita masih berisiko mengalami masalah gizi.

Stunting merupakan kondisi dimana anak mengalami kekurangan gizi yang diikuti dengan adanya penyakit infeksi dan anak terlihat lebih pendek dari usianya (Fauziah dkk., 2024). Salah satu faktor yang menjadi penyebab terjadinya stunting adalah kurangnya asupan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh, baik zat gizi makro (protein) maupun zat gizi mikro seperti Fe, Zn, Ca, vitamin D, A, dan C (Ernawati, 2020). Balita dengan stunting dapat mengalami gangguan perkembangan, kecerdasan, pertumbuhan, dan terganggunya metabolisme tubuh (Rini dkk., 2023). Upaya pencegahan dan penanganan stunting dimulai dari masa pembuahan sampai dengan balita usia dua tahun, yaitu masa *golden age* atau masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Siahaan dkk., 2023).

Secara nasional, strategi percepatan penurunan masalah gizi yang terjadi pada balita yaitu dengan memperbanyak konsumsi protein hewani seperti ikan (Pagaya dkk., 2024). Salah satu program yang digunakan dalam penanganan stunting adalah dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi balita (Pratiwi dkk., 2023). PMT merupakan program perbaikan gizi yang dapat dibuat dengan bahan pangan lokal yang mudah didapat dan dengan harga terjangkau (Mutoharoh dkk., 2022).

Di Provinsi Banten, ikan payus (*Elops hawaiensis*) menjadi salah satu komoditas perikanan air tawar yang merupakan sumber pangan lokal mengandung tinggi protein dan berpotensi meningkatkan gizi balita serta menunjang proses metabolisme tubuh manusia (Novi dkk., 2024). Salah satu jenis produk olahan PMT balita berbasis ikan payus adalah Katsu Ikan Payus. Katsu Ikan Payus (*Elops hawaiensis*) merupakan olahan daging ikan bergizi tinggi yang dapat dijadikan lauk pendamping nasi maupun camilan bergizi. Kandungan proteinnya yang tinggi berpotensi meningkatkan status gizi balita (Ma'arif dkk., 2023; Lesmana dkk., 2022; Caroline dkk., 2024).

Hasil identifikasi lapangan menunjukkan bahwa kader posyandu belum pernah mendapatkan pelatihan khusus terkait inovasi PMT berbasis pangan lokal. Pengetahuan kader masih terfokus pada aspek dasar gizi, sementara keterampilan dalam mengolah bahan pangan bergizi tinggi menjadi menu alternatif yang menarik bagi balita masih terbatas. Kondisi ini menjadi hambatan dalam mendukung upaya penurunan angka stunting, mengingat prevalensi stunting di Kota Serang masih mencapai 23,4% (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa permasalahan utama mitra terletak pada keterbatasan kemampuan kader posyandu dalam melakukan inovasi PMT berbasis pangan lokal. Oleh karena itu, diperlukan program pemberdayaan melalui penyuluhan gizi dan pelatihan pembuatan PMT berbahan dasar ikan payus dalam bentuk olahan Katsu Ikan Payus, sehingga kader posyandu dapat meningkatkan perannya secara optimal dalam upaya pencegahan stunting di Kelurahan Cilaku.

METODE

Metode tahapan pelaksanaan dibuat secara sistematis dan tertata dengan beberapa tahapan yaitu sosialisasi dan penyuluhan, pelatihan, penerapan teknologi, evaluasi dan keberlanjutan program. Adapun detail penjelasan mengenai bentuk dari masing-masing kegiatan adalah sebagai berikut:

Sosialisasi

Tahap awal pelaksanaan program dilakukan melalui ceramah dan komunikasi interaktif antara tim pelaksana dengan kader posyandu dan ibu balita di Kelurahan Cilaku. Kegiatan meliputi koordinasi dengan pihak terkait, penyampaian tujuan dan manfaat program, pengumpulan data

awal (pretest), penyampaian materi melalui diskusi serta media edukasi (poster, leaflet, dan digital), dan evaluasi hasil pretest.

Pelatihan

Pelatihan bertujuan meningkatkan keterampilan kader dalam pembuatan dan pendistribusian PMT berbahan ikan payus. Langkahnya meliputi persiapan bahan dan dokumen, pembukaan kegiatan, penyampaian materi, demonstrasi dan simulasi pembuatan katsu ikan payus oleh peserta, evaluasi keberhasilan, serta penutupan kegiatan.

Penerapan Teknologi

Penerapan teknologi mencakup inovasi pembuatan PMT berupa katsu ikan payus serta penggunaan media edukasi digital berupa video. Produk katsu ikan payus disimpan menggunakan freezer untuk menjaga kualitas dan daya tahan. Selain itu, digunakan aplikasi komunikasi untuk memudahkan koordinasi dan penyebaran informasi antar kader dan masyarakat dalam upaya pencegahan stunting.

Pendampingan dan Evaluasi

Pendampingan dilakukan secara berkelanjutan mencakup kegiatan sosialisasi, pelatihan, pemilihan bahan, pembuatan dan distribusi PMT, serta pemeriksaan gizi balita. Evaluasi dilakukan melalui pretest-posttest untuk menilai peningkatan pengetahuan, kepuasan mitra, dan perubahan status gizi balita sebelum dan sesudah program.

Keberlanjutan Program

Program akan dilanjutkan melalui komunikasi, diskusi, dan kolaborasi berkelanjutan dalam pelatihan pembuatan PMT ikan payus guna mendukung peningkatan status gizi balita dan pencegahan stunting.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi dan Penyuluhan

Sosialisasi dan penyuluhan mengenai pencegahan stunting melalui konsumsi makanan bergizi dilaksanakan pada 1 Oktober 2025. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan peserta tentang faktor penyebab, dampak, dan cara pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi seimbang. Peserta mengikuti sesi *pretest* dan *posttest* untuk mengukur peningkatan pengetahuan.



Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi dan Penyuluhan Pengabdian kepada Masyarakat

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan rata-rata sebesar 29 poin. Peningkatan tertinggi terjadi pada aspek pemanfaatan ikan payus sebagai sumber protein lokal (40 poin), sedangkan peningkatan terendah terdapat pada aspek pemberian MP-ASI (20 poin). Hal ini menunjukkan bahwa materi penyuluhan berhasil menambah wawasan peserta, terutama mengenai pemanfaatan ikan lokal sebagai bahan pangan bergizi.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Mutoharoh et al. (2022) yang menyatakan bahwa penyuluhan gizi berbasis pangan lokal mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya asupan protein hewani bagi balita.

Pelatihan Pembuatan Katsu Ikan Payus

Pelatihan dilaksanakan pada 15 Oktober 2025 di Posyandu Bidara, Kelurahan Cilaku. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan keterampilan kader posyandu dalam mengolah ikan payus menjadi produk bergizi sebagai Pemberian Makanan Tambahan (PMT).

Pelatihan dilakukan secara demonstratif dan partisipatif, dimulai dari tahap pemilihan ikan, penggilingan, pencampuran adonan, pembentukan, pelapisan tepung panir, hingga penggorengan. Peserta juga dilatih mengenai teknik penyimpanan produk menggunakan *freezer* untuk menjaga kualitas dan daya simpan.



Gambar 2. Pelaksanaan Pelatihan Pembuatan Katsu Ikan Payus

Hasil uji kandungan gizi di Laboratorium Kesehatan Daerah (Labkesda) DKI Jakarta menunjukkan bahwa setiap 100gram daging ikan payus mengandung 23,68gram protein, 3,3gram lemak, 71,58gram air, dan 1,35gram abu. Kandungan protein tersebut mencukupi sekitar 40% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) anak usia 1–3 tahun, sehingga layak dijadikan bahan dasar PMT untuk pencegahan stunting.

Temuan ini mendukung hasil penelitian Ma'arif et al. (2023) yang menunjukkan bahwa pengolahan produk ikan modern berbasis sumber daya lokal berpotensi tinggi dalam mendukung ketahanan pangan dan perbaikan gizi anak.

Uji Keberterimaan Sensorik

Setelah pelatihan, dilakukan uji keberterimaan sensorik (hedonik) terhadap produk Katsu Ikan Payus dengan panelis yang terdiri dari ibu balita dan anak-anak usia sekolah. Penilaian mencakup atribut warna, aroma, rasa, tekstur, dan penilaian keseluruhan menggunakan skala hedonik 1–5.

Tabel 5. Hasil Uji Keberterimaan Sensorik Katsu Ikan Payus

No	Atribut	Nilai Rata-rata	Interpretasi (Skala Hedonik)
1	Warna	4.3 ± 0.4	Suka
2	Aroma	4.2 ± 0.3	Suka
3	Rasa	4.4 ± 0.5	Suka
4	Tekstur	4.1 ± 0.4	Suka
5	Keseluruhan	4.3 ± 0.3	Suka

Hasil uji menunjukkan bahwa produk Katsu Ikan Payus disukai oleh panelis pada semua aspek sensori, terutama rasa dan warna. Hal ini membuktikan bahwa produk dapat diterima oleh masyarakat dan berpotensi untuk dikembangkan sebagai alternatif PMT balita.

Penerapan dan Pendampingan

Sebagai tindak lanjut pelatihan, kader posyandu menerapkan hasil pelatihan dengan mendistribusikan Katsu Ikan Payus kepada balita Kelurahan Cilaku. Kegiatan ini juga menjadi media edukasi bagi orang tua tentang pentingnya konsumsi protein hewani dalam pencegahan stunting.



Gambar 3. Hasil Produksi Katsu Ikan Payus yang Telah Dikemas dan Disimpan dalam Freezer Sebelum Didistribusikan ke Posyandu

Pendampingan dilakukan secara berkelanjutan oleh tim pelaksana untuk memastikan kader mampu mengolah, menyimpan, dan mendistribusikan produk dengan benar. Evaluasi melalui wawancara dan observasi menunjukkan bahwa kader mampu mempraktikkan keterampilan yang diperoleh dan memiliki kepercayaan diri lebih tinggi dalam memberikan edukasi gizi kepada masyarakat.

Dampak dan Pembahasan

Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu. Selain peningkatan pemahaman gizi sebesar 29%, kegiatan ini juga memperkuat peran kader sebagai agen perubahan dalam pencegahan stunting di tingkat masyarakat.

Katsu Ikan Payus menjadi inovasi pangan lokal yang bernilai gizi tinggi, mudah diolah, dan disukai anak-anak. Pelatihan ini tidak hanya berfokus pada aspek gizi, tetapi juga memberikan peluang ekonomi melalui produksi PMT secara mandiri oleh kader. Rencana jangka panjang, program ini dapat diperluas dengan pengembangan varian produk seperti bakso atau nugget ikan payus, serta pembentukan kelompok usaha kader untuk mendukung kemandirian ekonomi dan keberlanjutan program pencegahan stunting.

KESIMPULAN

Program pemberdayaan kader posyandu melalui pelatihan pembuatan Katsu Ikan Payus di Kelurahan Cilaku, Kota Serang, berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam pencegahan stunting melalui pemanfaatan sumber pangan lokal. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 29% setelah mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan. Kandungan protein ikan payus sebesar 23,68 g per 100 g menjadikannya sumber protein hewani yang potensial untuk Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi balita. Produk Katsu Ikan Payus diterima dengan baik berdasarkan uji hedonik dan berpotensi dikembangkan sebagai alternatif PMT bergizi sekaligus peluang ekonomi bagi kader posyandu. Kegiatan ini memperkuat peran kader dalam meningkatkan gizi anak dan diharapkan dapat berlanjut secara mandiri serta berkelanjutan.

SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu. Namun demikian, masih diperlukan beberapa pengembangan lanjutan agar program dapat memberikan dampak yang lebih luas dan berkelanjutan. Disarankan untuk melakukan uji kandungan gizi secara lebih komprehensif, mencakup mikronutrien seperti zat besi, seng, kalsium, serta vitamin A, D, dan C, guna memastikan kelengkapan gizi produk yang dihasilkan. Selain itu, studi longitudinal perlu dilakukan untuk memantau perubahan status gizi balita setelah mengonsumsi Katsu Ikan Payus dalam jangka waktu tertentu.

Pengembangan varian olahan ikan payus seperti bakso atau nugget juga dapat menjadi strategi untuk meningkatkan variasi menu Pemberian Makanan Tambahan (PMT) serta memperluas penerimaan masyarakat. Pembentukan kelompok usaha kader posyandu diharapkan mampu menciptakan kemandirian ekonomi sekaligus menjamin keberlanjutan produksi PMT berbasis pangan lokal. Kolaborasi lintas sektor antara perguruan tinggi, pemerintah daerah, dan masyarakat juga sangat penting untuk memperkuat dukungan terhadap implementasi inovasi pangan lokal dalam upaya pencegahan stunting yang berkesinambungan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim Pengabdian kepada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Riset Dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, Dan Teknologi atas dukungan pendanaan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Tahun 2025. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada STIKes Salsabila Serang, Kelurahan Cilaku Kecamatan Curug Kota Serang, serta seluruh kader posyandu dan ibu balita yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Kolaborasi dan dukungan semua pihak berkontribusi besar terhadap keberhasilan pelaksanaan program dan implementasi inovasi pangan lokal dalam pencegahan stunting

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021. Jakarta: Kemenkes RI; 2021

Fauziah F, Trisnawati KD, Rini KPS, Putri SU. Stunting: Penyebab, Gejala, dan Pencegahan. Jurnal Parenting dan Anak. 2024; 1(2): 1-11

Ernawati A. Gambaran Penyebab Balita Stunting di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati. Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK. 2020 Des; 16(2): 77-94

Rini MT, Suryani K, Hardika BD, Widiastari NK. Analisis Faktor Penyebab Kejadian Stunting. Jurnal Keperawatan Florence Nightingale (JKFN). 2023 Jun;6(1): 8-12

Siahaan MF, Rahmatika A, Nadhiroh SR. Intervensi Suplemen Makanan untuk Meningkatkan Z-Skor PB/U pada Balita Stunting: Tinjauan Literatur. Amerta Nutrition. 2023 Maret; 7(1): 154-160

Pagaya J, Setha B, Lapu P, RM Cindy, Loppies Loppies, Tahitu R. Gemar Makan Ikan Sebagai Alternatif Pencegahan Stunting. Communnity Development Journal. 2024; 5(5): 8475-8483

Pratiwi LI, Haryati S, Pratama G. Optimasi Kolagen dari Kulit Ikan Payus (*Elops hawaiensis*) dengan Perbedaan Konsentrasi Natrium Hidroksida (NaOH). Jurnal Agroindustri Halal. 2023 April; 9(1): 62 – 73

Mutoharoh KN, Karim LM, Rahmawati A. Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan (PMT) Yang Bergizi Guna Meningkatkan Kualitas Kesehatan Balita Desa Klapasawit. Prosiding Kampelmas. 2022;1(2): 653-663

Novi SL, Mahira CB, Suraya R, Said NB. Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak di Desa Lorong Pisang. Journal of Gender and Social Inclusion in Muslim Societes. 2024;5(2): 133-139

Ma'arif AS, Wati RE, Dressanala K, Septyarini MC, Rahman PA, Radianto DO. Pengolahan Inovasi Bandeng Modern Kaya Protein dengan Pemanfaatan Sumberdaya Lokal Jawa Timur dan Pemberdayaan Masyarakat. Sci-Tech Journal. 2023;2(2): 196-201

Lesmana IS, Dermawan RA, Rahayu Y, Hidayat R, Jaliyah D, Nurulaini A. PKM Pendampingan Pembuatan Produk Olahan Ikan Payus (Bakso Ikan Payus) Di Desa Linduk Pontang Serang. Batara Wisnu Journal: Indonesian Journal of Community Services 2022 Sep-Des; 2(3): 458-466.

Caroline P, Triastuti J, Nirmala D. The use of payus meat (*Elops hawaiensis*) as a basic material in the fish crackers production. *Fisheries Journal*. 2024;14(3):1069-1076.