

## DIVERSIFIKASI OLAHAN IKAN UNTUK MENCEGAH STUNTING DI DESA PULAU PANJANG, PULO AMPEL, SERANG, BANTEN

Naira Maisye\*, Ittaqi Tafuzi, Nazma Zahira, Nuril Khairiyah, Ibrahim Rassiddy Bahroun, Oktavia Dinnur Romadhona

Sistem Informasi Kelautan, Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Serang

\*Email: maisyenaira@gmail.com

Naskah diterima: 08-12-2025, disetujui: 10-03-2026, diterbitkan: 07-05-2026

DOI: <http://dx.doi.org/10.29303/jppm.v9i2.10956>

**Abstrak** - Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Pulo Panjang, Kecamatan Pulo Ampel, Kabupaten Serang, Provinsi Banten, dengan tujuan meningkatkan pemanfaatan potensi perikanan lokal melalui inovasi diversifikasi olahan ikan sebagai upaya pencegahan stunting. Program pelatihan pembuatan *fishbar* diberikan kepada Ibu Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) melalui sosialisasi gizi seimbang, manfaat konsumsi ikan, serta praktik langsung pengolahan tepung ikan hingga menghasilkan produk *fishbar* siap konsumsi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai gizi anak dan keterampilan teknis pengolahan pangan lokal. *Fishbar* yang dihasilkan memiliki kandungan protein, *omega-3*, vitamin, dan mineral penting yang berperan dalam mendukung pertumbuhan anak. Selain itu, kemudahan bahan baku serta proses pengolahan memungkinkan produk ini dikembangkan sebagai usaha rumahan. Program ini membuktikan bahwa pendekatan partisipatif berbasis masyarakat efektif dalam meningkatkan pemenuhan gizi serta memberdayakan masyarakat pesisir sebagai bagian dari strategi penurunan stunting.

**Kata kunci** : stunting, disersivikasi pangan, pengabdian masyarakat

### LATAR BELAKANG

Stunting adalah kondisi kekurangan gizi jangka panjang yang terlihat dari panjang atau tinggi badan anak yang berada di bawah standar sesuai usianya (World Health Organization, 2024). Keadaan tersebut muncul akibat ketidakcukupan nutrisi dalam waktu yang berkepanjangan, khususnya pada fase 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), dan semakin diperburuk oleh kejadian penyakit atau infeksi yang terjadi secara berulang (Septian et al., 2025). Dampak stunting tidak hanya bersifat serius tetapi juga berlangsung dalam jangka panjang, karena dapat menghambat fungsi kognitif dan motorik anak, sehingga memengaruhi kemampuan produktif dan kualitas hidupnya di masa dewasa (Kemenkes, 2023). Secara global, status stunting masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang mendesak untuk ditanggulangi.

Pemerintah Indonesia secara konsisten berupaya keras untuk menurunkan angka prevalensi stunting nasional. Berdasarkan data

Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting menunjukkan tren penurunan dari tahun ke tahun (Lestari, 2025). Meskipun demikian, Indonesia masih menghadapi beban kasus yang tinggi dan berada di bawah target yang telah ditetapkan untuk mencapai prevalensi ideal (Lestari et al., 2025). Upaya percepatan penurunan stunting ditetapkan sebagai prioritas nasional karena dampak negatifnya yang berkelanjutan terhadap kualitas generasi penerus bangsa (Kemenkes et al., 2023). Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Serang, angka kejadian stunting pada balita berusia 0–59 bulan di Kecamatan Pulo Ampel pada tahun 2021 mencapai 27,27% (EPPBGM et al., 2021). Walaupun angka tersebut menunjukkan penurunan sebesar 1,14% dibandingkan tahun 2020, prevalensi ini masih jauh di atas ambang batas yang direkomendasikan secara internasional. Kondisi ini mempertegas urgensi untuk menciptakan inovasi dalam pengolahan makanan bergizi yang mudah diakses dan

memiliki tingkat penerimaan yang tinggi di kalangan anak-anak (Daulay et al., 2024).

Melihat tingginya kasus stunting di Desa Pulo Panjang, Kecamatan Pulo Ampel, Kabupaten Serang, Provinsi Banten yang merupakan wilayah pesisir dengan sumber daya perikanan yang melimpah, maka dibutuhkan inovasi dalam pengolahan pangan bergizi yang memanfaatkan potensi lokal. Ikan memegang peranan penting karena kandungan nutrisinya yang kaya akan zat gizi esensial sangat efektif dalam mendukung peningkatan status gizi balita (Dewi et al., 2018). Sebagai sumber protein hewani utama dengan kualitas tinggi, ikan juga kaya akan asam lemak tak jenuh ganda termasuk *DHA* dan *EPA* yang berperan vital dalam pertumbuhan dan fungsi otak, serta mengandung berbagai mikronutrien penting (Kemenkes, 2023). Oleh karena itu, dalam upaya spesifik untuk meningkatkan kualitas gizi anak di Kampung Peres Desa Pulau Panjang, Departemen Pengabdian Masyarakat dari Himpunan Mahasiswa Sistem Informasi Kelautan (HIMATASKA) menginisiasi inovasi diversifikasi olahan ikan menjadi produk *Fishbar* (makanan ringan bergizi).

Kegiatan ini diwujudkan melalui sosialisasi dan pelatihan teknis pembuatan *Fishbar* yang ditujukan kepada Ibu Pembinaan Kesejahteraan Keluarga. Melalui pelatihan ini, masyarakat Desa Pulau Panjang diharapkan mampu meningkatkan kapasitasnya dalam memanfaatkan dan mengelola potensi lokal berupa hasil laut secara optimal, memperluas wawasan mengenai inovasi pangan fungsional, serta secara tidak langsung mendorong pertumbuhan ekonomi desa secara berkelanjutan (Saputra et al., 2025). Hal ini dilakukan melalui pengembangan produk olahan ikan yang tidak hanya baik untuk dikonsumsi sebagai intervensi gizi, tetapi juga berpotensi dikembangkan menjadi produk komersial sebagai ide usaha makanan ringan

sehat (Syaifudin et al., 2025). Program pelatihan *Fishbar* ini menjadi kontribusi nyata dalam mendukung percepatan penurunan stunting melalui *intervensi gizi spesifik* berbasis pangan lokal.

## METODE PELAKSANAAN

Program pengabdian kepada masyarakat ini terselenggara pada 10–15 Agustus 2025 di Desa Pulo Panjang, Kecamatan Pulo Ampel, Kabupaten Serang, Provinsi Banten, dengan partisipasi Ibu Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) sebagai mitra utama. Kegiatan diawali dengan sosialisasi dan penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang, manfaat protein ikan, serta peran diversifikasi pangan dalam mencegah stunting. Setelah itu, peserta mengikuti praktik pembuatan *fishbar* yang dipandu oleh panitia desa binaan melalui demonstrasi dan praktik kelompok.

Proses pembuatan *fishbar* dilakukan melalui dua tahap. Tahap pertama, pembuatan tepung ikan yang dimulai dengan pemfilletan dan pembersihan ikan, pengukusan daging selama  $\pm 5$  menit, penghancuran hingga halus, pengeringan, penggilingan, dan pengayakan hingga menjadi tepung halus. Tahap kedua, pembuatan adonan *fishbar* dengan mencampurkan tepung ikan bersama bahan lain, yaitu tepung terigu, oatmeal, gula, mentega, kuning telur, garam, vanili, dan baking powder. Adonan dihaluskan, dicetak, lalu dikukus hingga matang. Setelah praktik selesai, dilakukan evaluasi dan diskusi untuk menampung umpan balik peserta terkait proses pembuatan, cita rasa, dan potensi pengembangan produk ke depan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada 10-15 Agustus 2025 di Desa Pulo Panjang, Kecamatan Pulo Ampel, Kabupaten Serang, Provinsi Banten

berlangsung dengan baik serta memperoleh respons positif dari masyarakat, terutama dari Ibu Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) selaku mitra utama. Program ini berfokus pada pelatihan pembuatan produk olahan ikan bernama *fishbar* sebagai bentuk diversifikasi pangan bergizi untuk menurunkan angka stunting di wilayah pesisir.

Kegiatan diawali dengan pemberian edukasi mengenai penerapan gizi seimbang, nilai nutrisi dari protein ikan, dan peranan diversifikasi pangan dalam menekan risiko stunting. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti materi yang disampaikan secara interaktif, di mana mereka aktif berdiskusi mengenai kebiasaan konsumsi ikan dan tantangan dalam penyediaan makanan bergizi. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi ditampilkan pada gambar 1.



**Gambar 1.** Penyuluhan mengenai urgensi gizi seimbang

Dari hasil pengujian, *fishbar* memiliki kelembutan tekstur dan rasa manis yang disukai anak-anak, sehingga dapat menjadi inovasi untuk meningkatkan konsumsi ikan pada anak usia dini. Kegiatan pembuatan *fishbar* bersama Ibu PKK ditampilkan pada gambar 2.



**Gambar 2.** Praktik pembuatan *fishbar* bersama Ibu PKK

Secara nutrisi, *fishbar* menyediakan protein dalam jumlah besar, asam lemak *omega-3*, serta vitamin dan mineral esensial termasuk vitamin D dan zat besi yang berkontribusi pada optimalisasi pertumbuhan anak (Fatimah et al., 2025). Produk ini juga selaras dengan konsep pangan Beragam, Bergizi, Seimbang, dan Aman (*B2SA*) yang digagas oleh pemerintah (Febriani et al., 2025). Melalui sesi evaluasi, peserta menyampaikan bahwa bahan baku mudah diperoleh secara lokal dan teknik pengolahannya dapat diterapkan di rumah dengan peralatan sederhana, sehingga meningkatkan potensi keberlanjutan praktik ini.

Dengan adanya inovasi diversifikasi olahan ikan ini, para ibu PKK tidak hanya memperoleh keterampilan baru, tetapi juga berpeluang mengembangkan *fishbar* sebagai produk bernilai tambah yang bermanfaat bagi keluarga maupun usaha rumahan. Strategi ini diharapkan dapat mendorong peningkatan konsumsi ikan di tingkat rumah tangga serta berkontribusi langsung dalam upaya pencegahan stunting di Desa Pulo Panjang. Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan berbasis partisipasi masyarakat efektif dalam memperkuat pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran gizi masyarakat pesisir menuju kehidupan yang lebih sehat dan berkelanjutan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pelatihan pembuatan *fishbar*, memberikan dampak positif yang nyata dalam upaya pencegahan stunting. Melalui pendekatan partisipatif, ibu-ibu PKK mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya gizi seimbang, khususnya peran protein ikan dan asam lemak *omega-3* untuk pertumbuhan anak. Pelatihan dengan praktik langsung pembuatan *fishbar* meningkatkan keterampilan mereka dalam

mengolah bahan lokal menjadi produk bergizi yang disukai anak-anak.

*Fishbar* yang diproduksi memiliki kandungan gizi lengkap, terdiri atas protein tinggi, vitamin D, zat besi, serta asam lemak tak jenuh ganda yang berperan penting dalam mendukung perkembangan otak dan pertumbuhan tubuh anak. Produk ini unggul bukan hanya dari segi gizi, tetapi juga mudah dibuat karena bahan bakunya tersedia di sekitar dan cara pengolahannya sederhana sehingga bisa dilakukan di rumah. Hal ini mendukung kelangsungan konsumsi makanan bergizi dan memperluas akses pangan sehat di keluarga.

Kegiatan ini juga memberikan manfaat ekonomi bagi masyarakat desa melalui pengembangan *fishbar* sebagai usaha rumahan yang bisa dijual. Partisipasi ibu-ibu PKK dalam pelatihan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan masyarakat dalam mengelola potensi lokal secara efektif dan berkelanjutan. Oleh karena itu, inovasi ini tidak hanya mendukung upaya penurunan stunting di daerah pesisir, tetapi juga memperkuat pemahaman dan pemberdayaan masyarakat terkait pentingnya konsumsi pangan bergizi yang beragam.

Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan berbasis masyarakat efektif dalam memperbaiki status gizi dan kualitas hidup anak-anak di daerah rawan stunting. Keberhasilan pelatihan *fishbar* sebagai intervensi gizi khusus berbasis pangan lokal dapat dijadikan contoh yang layak ditiru di daerah lain dengan kondisi yang sama. Dengan demikian, diperlukan dukungan berkesinambungan dari berbagai pihak untuk memperluas penerapan inovasi ini sebagai bagian dari strategi nasional percepatan penurunan stunting, guna mewujudkan generasi masa depan yang sehat dan produktif.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Jaringan Asa dan Kepala Desa Pulo Panjang yang telah menyediakan dukungan dan fasilitas sehingga kegiatan pengabdian masyarakat dapat berjalan dengan optimal. Kontribusi tersebut sangat membantu pelaksanaan sosialisasi, pelatihan, dan interaksi dengan masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, B., Budi, C., & Citra, D. (2024). *Gerakan Mencegah Stunting Bersama Masyarakat melalui Program Fishbar di Desa Pulau Panjang, Kecamatan Pulau Ampel, Kabupaten Serang, Provinsi Banten*. PKM Aksi Sosial, 1(2), 15–25.
- Bontjura, S. D., Pontoh, J., & Rorong, J. A. (2020). Kandungan lemak dan komposisi asam lemak Omega-3 pada ikan kakap merah (*Aphareus furca*).
- Daulay, E., Mahendra, A., Rizky, I. N., Aridzki, A. N., Syahfitri, D., & Anjani, S. (2024). Inovasi Pangan Lokal Untuk Mendukung Gizi Optimal Dan Pencegahan Stunting. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(5), 331-340.
- Dewi, P. F. A., Widarti, I. G. A., & Sukraniti, D. P. (2018). Pengetahuan ibu tentang ikan dan pola konsumsi ikan pada balita di Desa Kedonganan Kabupaten Badung. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 7(1), 17-20.
- EPPBGM. (2021). *Data Stunting Kecamatan Pulo Ampel Tahun 2021*. Dinas Kesehatan Kabupaten Serang.
- Fatimah, S. (2025). Penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi fish bar ikan kembung (*Rastrelliger kanagurta*) bagi ibu hamil sebagai alternatif kudapan dalam pencegahan stunting. Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
- FEBRIANI, C., MALEHA, M., PRAJAWAHYUDO, T., MASLIANI, M., & PORDAMANTRA, P. (2025). ANALISIS KONSUMSI PANGAN

RUMAH TANGGA DENGAN POLA BERAGAM, BERGIZI, SEIMBANG DAN AMAN (B2SA) DI DESA GARUNG KABUPATEN PULANG PISAU. SOCIO ECONOMICS AGRICULTURAL Учредители: Lembaga Penelitian Pengabdian Pada Masyarakat, Universitas Palangka Raya, 20(1).

WHO. (2024). *Fact sheets – Malnutrition*. World Health Organization.

Kemenkes. (2023). *Laporan Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Lestari, T. R. P. (2025). Evaluasi kebijakan dan strategi penurunan angka stunting pada tahun 2024. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 16(1).

Saputra, M. M., Alfandi, W., Lubis, R. K., Khairunnisa, K., Harahap, W. H., & Puteri, C. I. A. (2025). Pemanfaatan Limbah Kulit Udang sebagai Bahan Baku Krupuk Bergizi di Desa Benteng. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(1), 744-750.

Septian, M. A. F., Djalillah, G. N., Mochtar, N. M., & Laitupa, A. A. (2025). Hubungan Infeksi Saluran Pernapasan Akut Berulang Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Jabungsisir Kabupaten Probolinggo. *JurnalMU: Jurnal Medis Umum*, 2(1), 70-75.

Siswadi, S., & Syaifuddin, A. (2024). Penelitian Tindakan Partisipatif Metode Par (Participatory Action Research) Tantangan dan Peluang dalam Pemberdayaan Komunitas. *Ummul Qura Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan*, 19(2), 111-125.

Syaifudin, A., Rahma, A. H., Mayaufanni, F. F., Nisa, C. Z., Prahesti, E. E., Rohana, S., & Lutfiana, R. (2025). Pengembangan produk olahan ikan patin sebagai inovasi ekonomi kreatif masyarakat. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 6(3), 891-900.