

## Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein Hewani Dalam Mencegah Stunting di Kabupaten Jembrana

<sup>1</sup>\*Ni Putu Eny Sulistyadewi, <sup>2</sup>Kurniasih Widiyati, <sup>2</sup>Ni Putu Eka Febianingsih, <sup>2</sup>Ni Luh Made Asri Dewi, <sup>2</sup>Ni Putu Ayu Wulan Noviyanti, <sup>2</sup>Putu Intan Daryaswanti, <sup>2</sup>Windu Astutik, dan <sup>2</sup>Adinda Putri Meylani

<sup>1</sup> Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan dan Sains Universitas Dhyana Pura - Badung; <sup>2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IX/Udayana - Denpasar

\*Email: [enysulistyadewi@undhirabali.ac.id](mailto:enysulistyadewi@undhirabali.ac.id)

---

### ABSTRAK

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Stunting ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak berada di bawah standar. Ikan merupakan sumber protein hewani yang kaya akan asam lemak omega-3 yang dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan otak, menurunkan risiko berat badan lahir rendah, serta stunting. Ikan kembung di Kabupaten Jembrana merupakan komoditas yang salah satu produksinya melimpah. Melihat hasil produksi ikan kembung yang melimpah, dan kandungan nilai gizi yang baik maka perlu dilakukan suatu upaya yang dapat meningkatkan konsumsi ikan kembung tersebut untuk pencegahan stunting di Kabupaten Jembrana. Untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan PLKB, Kader Posyandu Balita, dan Kader Posyandu Remaja perlu dilakukan suatu upaya nyata dalam optimalisasi potensi dan pengembangan keterampilan dengan memberikan pelatihan pengolahan dan pemanfaatan ikan sebagai sumber protein hewani dalam mencegah stunting di Kabupaten Jembrana. Luaran dari kegiatan ini yaitu : peserta memiliki pengetahuan, pemahaman serta keterampilan dalam mengolah berbagai jenis olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor). Hasil akhir dari kegiatan ini diketahui bahwa peserta kegiatan memiliki peningkatan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan dalam mengolah berbagai jenis olahan ikan.

**Kata kunci:** Stunting, Ikan Kembung, Olahan Ikan

### ABSTRACT

*Stunting is a growth and development disorder that occurs in children due to chronic malnutrition and repeated infections. Stunting is characterized by a child's length or height being below the standard. Fish is a source of animal protein that is rich in omega-3 fatty acids that can stimulate brain growth and development, reduce the risk of low birth weight, and stunting. Mackerel in Jembrana Regency is a commodity whose production is abundant. Considering the abundant production of mackerel and its good nutritional value, it is necessary to increase the consumption of mackerel to prevent stunting in Jembrana Regency. To improve the skills and abilities of PLKB, Posyandu Cadres for Toddlers, and Posyandu Cadres for Adolescents, a real effort needs to be made in optimizing potential and developing skills by providing training in processing and utilizing fish as a source of animal protein in preventing stunting in Jembrana District. The outputs of this activity are: participants have the knowledge, understanding and skills in processing various types of processed fish (especially Fish Cake, Fish Dimsum, Grilled Brains, Fish Meatballs, and Batagor). The final results of this activity showed that the participants had increased knowledge, understanding and skills in processing various types of processed fish.*

**Keywords:** Stunting, Mackerel, Fish Preparation

---

## PENDAHULUAN

Permasalahan stunting di Indonesia masih menjadi fokus utama dalam penanganan kesehatan. Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan (Perpres, 2021). Selain itu, pengertian stunting menurut Kemenkes yaitu kondisi gagal pertumbuhan (pertumbuhan tubuh dan otak) yang terjadi pada anak akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama sehingga menyebabkan anak lebih pendek dari anak usia normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam berpikir. Stunting dapat terjadi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang dimulai sejak pertama kali terjadinya pembuahan, atau terbentuknya janin dalam kandungan, hingga buah hati berusia 2 tahun.

Berdasarkan hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022, menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia masih tinggi yaitu sebesar 24,4% (Menkes RI, 2023). Hal ini berarti tiga dari sepuluh anak Indonesia yang berusia di bawah lima tahun mengalami gangguan pertumbuhan yang dapat mengakibatkan keterlambatan kemampuan berpikir dan berkurangnya kecerdasan. Hasil prevalensi stunting Provinsi Bali berdasarkan SSGI 2022 yaitu sebesar 8,0% dan Kabupaten Jembrana sebesar 14,2% yang dimana merupakan prevalensi tertinggi dari 8 Kabupaten/Kota di Bali.

Stunting dapat disebabkan oleh banyak faktor risiko, dimana faktor risiko penyebab langsung stunting karena asupan yang tidak adekuat dan adanya penyakit infeksi. Sedangkan faktor risiko penyebab tidak langsung terjadinya stunting ada pada calon pengantin (catin), ibu hamil, ibu nifas, baduta, dan balita. Asupan makan merupakan faktor

risiko penyebab terjadinya stunting secara langsung, baik karena asupan zat gizi makro ataupun zat gizi mikro yang kurang.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk peningkatan nilai gizi dalam pencegahan stunting adalah dengan mengkonsumsi makanan dari unsur protein dan konsumsi ikan sangat penting. Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang memiliki banyak keunggulan. Dimana, ikan selain menjadi sumber protein juga mengandung beberapa zat gizi lain seperti lemak, vitamin, dan mineral yang sangat dibutuhkan tubuh. Selain itu, ikan kaya akan asam lemak omega-3 yang dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan otak. Manfaat dari konsumsi ikan diantaranya dapat membantu perkembangan sel otak, menambah daya ingat, mencegah penyakit jantung, memelihara kesehatan mata, dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Berdasarkan data Susenas BPS diketahui bahwa sumbangan protein ikan terhadap konsumsi protein hewani masyarakat Indonesia mencapai 57%.

Kabupaten Jembrana merupakan daerah yang dikelilingi oleh lautan sehingga sumber kekayaan ikan sangat melimpah. Berdasarkan data statistik sektoral Kabupaten Jembrana Tahun 2023, diketahui bahwa ikan kembung (*Rastrellinger faughni*) merupakan salah satu komoditas yang banyak di produksi yaitu sebesar 115.555 kg. Adapun daerah produksi ikan di Kabupaten Negara ada di Pekutatan, Mendoyo, dan Melaya. Kandungan nilai gizi ikan kembung per 100 gram bahan makanan yaitu, Energi 699 kkal, Protein 19,32 gram, Lemak 9,36 gram, Lemak jenuh 2,444 gram, Lemak tak Jenuh Ganda 2,343 gram, Lemak tak Jenuh Tunggal 3,205 gram, Kolesterol 64 mg, Sodium 78 mg, dan Kalium 389 mg. Selain itu, ikan kembung juga kaya akan asam lemak omega-3 (DHA) dan selenium yang penting bagi ibu hamil pada trimester terakhir (trimester 3) untuk perkembangan otak janin dan sistem saraf agar dapat berkembang

dengan pesat, mencegah komplikasi pada saat kehamilan dan dapat berperan dalam penurunan risiko berat badan lahir rendah, serta stunting.

Melihat hasil produksi ikan kembung yang melimpah, dan kandungan nilai gizi yang baik maka perlu dilakukan suatu upaya yang dapat meningkatkan konsumsi ikan kembung tersebut untuk pencegahan stunting. Ikan kembung yang dihasilkan tidak hanya dikonsumsi sebagai bagian dari makanan utama, tetapi dapat dijadikan makanan pendamping/snack bagi Ibu hamil, Ibu menyusui, Bayi, Balita hingga Remaja. Olahan ini juga dapat dijadikan sebagai Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang setiap bulan dilaksanakan di Posyandu, baik itu Posyandu Balita, Posyandu Remaja, maupun Posyandu Lansia.

Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukan “Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein” dalam upaya Peningkatan Ketahanan pangan dan gizi pada tingkat individu, keluarga, dan masyarakat di lima desa terpilih di Kabupaten Jembrana.

## **SOLUSI DAN TARGET LUARAN**

### **Solusi**

Sehubungan dengan permasalahan yang dimiliki oleh mitra tersebut, maka berdasarkan analisis tim pelaksana serta hasil observasi dan wawancara dengan beberapa pemangku kepentingan diberikan solusi dengan melaksanakan kegiatan sebagai berikut :

Sosialisasi : 1) Memberikan informasi pengetahuan tentang Pengolahan Ikan sebagai Bahan Pangan Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting, dan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein, 2) Mendemonstrasikan proses pembuatan berbagai jenis olahan ikan (Abon Ikan, Tepung Ikan, Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan), 3) Pelatihan, pendampingan, dan mempraktekkan secara langsung proses

pembuatan berbagai jenis olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor).

Metode Pendekatan : 1) Pendekatan dengan metode ceramah dan Tanya jawab dalam menyampaikan materi tentang Pengolahan Ikan sebagai Bahan Pangan Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting, dan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein, 2) Pendekatan dengan metode demonstrasi dalam proses pembuatan berbagai jenis olahan ikan (Abon Ikan, Tepung Ikan, Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan), 3) Pelatihan dan pendampingan serta mempraktekkan secara langsung pembuatan berbagai jenis olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor).

### **Target Luaran**

Luaran yang dihasilkan mitra adalah :

1. Memiliki pemahaman, pengetahuan tentang Pengolahan Ikan sebagai Bahan Pangan Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting, dan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein.
2. Memiliki keterampilan dalam pembuatan berbagai jenis olahan ikan (Abon Ikan, Tepung Ikan, Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan)
3. Memiliki berbagai jenis produk olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor) yang berkualitas, sehat, dan aman dikonsumsi serta bisa dijadikan cemilan untuk penanganan stunting.

## **METODE PELAKSANAAN**

### **1. Metode Ceramah**

Pelaksanaan kegiatan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein Hewani Dalam Mencegah

Stunting di Kabupaten Jembrana, bagi PLKB, kader posyandu balita, dan kader posyandu remaja di Desa Tukadaya, Desa Perancak, Desa Banyubiru, Desa Mendoyo Dauh Tukad, dan Desa Pangyangan dengan jumlah peserta 75 orang, dalam penguasaan informasi tentang Pengolahan Ikan sebagai Bahan Pangan Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting, dan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein, dengan cara ceramah dan Tanya jawab dengan peserta PLKB, Kader Posyandu Balita, dan Kader Posyandu remaja di 5 desa terpilih. Adapun materi yang disampaikan tentang Pengolahan Ikan sebagai Bahan Pangan Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting, dan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein. Tolak ukur keberhasilan dan kemampuan peserta diuji dengan tanya jawab secara langsung.

## 2. Metode Demonstrasi

Kegiatan dilanjutkan dengan tim mendemonstrasikan atau memberikan contoh – contoh cara-cara mempersiapkan bahan, menyiapkan peralatan yang dipergunakan dalam pembuatan berbagai jenis olahan ikan (Abon Ikan, Tepung Ikan, Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan), dan penerapan teknik/metode memasak dalam pembuatan berbagai jenis olahan ikan (Abon Ikan, Tepung Ikan, Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan).

## 3. Metode Pelatihan dan Pendampingan

Setelah tim mendemonstrasikan cara pembuatan berbagai olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor) kegiatan dilanjutkan dengan

pendampingan proses pembuatan berbagai olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan). Kegiatan pendampingan merupakan salah satu wujud penerapan Iptek bagi masyarakat dalam hal ini bagi PLKB, Kader Posyandu Balita, dan Kader Posyandu Remaja 5 Desa Terpilih di Kabupaten Jembrana, guna meningkatkan kompetensi serta menjalin kerjasama antar universitas dengan masyarakat. Demonstrasi, pelatihan, dan pendampingan diukur dengan berorientasi pada produk.

## EVALUASI

Evaluasi pelaksanaan kegiatan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein Hewani Dalam Mencegah Stunting di Kabupaten Jembrana bagi PLKB, Kader Posyandu Balita, dan Kader Posyandu Remaja dilakukan dengan metode unjuk kerja yang mengutamakan proses dan hasil. Komponen yang dievaluasi dalam kegiatan ini yaitu : 1) Tingkat pemahaman dan pengetahuan sasaran tentang Pengolahan Ikan sebagai Bahan Pangan Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting, dan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein dengan tingkat keberhasilan diukur dengan Tanya jawab secara langsung, 2) Demonstrasi, pelatihan, pendampingan, dan mempraktekkan proses pembuatan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan) dengan keberhasilan peserta membuat produk hasil olahan menjadi hidangan berbagai jenis olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan).

## Partisipasi Mitra Dalam Pelaksanaan Program

Mitra dalam kegiatan ini adalah BKKBN Provinsi Bali dan BKKBN

Kabupaten Jembrana, mitra mengkondisikan proses pelaksanaan pelatihan, pendidikan dan pendampingan dengan merekomendasikan semua pengurus kader posyandu balita dan remaja serta PLKB 5 Desa terpilih Kabupaten Jembrana, sebagai peserta berjumlah 75 orang. Mitra memberikan bantuan fasilitas sarana prasarana dalam pelaksanaan kegiatan seperti tempat, listrik, dan beberapa peralatan yang diperlukan dalam kegiatan ini. Salah satu faktor penting partisipasi mitra dalam kegiatan ini yaitu peran aktif peserta dalam setiap tahapan kegiatan yang telah disepakati dan akan sangat berpengaruh terhadap kesuksesan pelaksanaan kegiatan ini.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan, pelatihan, dan pendampingan dalam pembuatan berbagai olahan ikan dalam kegiatan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein Hewani Dalam Mencegah Stunting di Kabupaten Jembrana dilaksanakan pada hari Jumat, 1 Desember 2023 dari pukul 09.00 – 15.00 WITA bertempat di Gedung Sentra Tenun Kabupaten Jembrana. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pembukaan, penyerahan kit pelatihan, pemaparan materi dan diskusi, demonstrasi serta pelatihan. Tim yang terlibat dalam kegiatan ini adalah Tim Matching Fund Vokasi Tahun 2023 Stikes Kesdam IX/Udayana dan mahasiswa.

Kegiatan pemaparan materi dilakukan oleh narasumber dari AIMI (Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia) yaitu Ibu Dyah Kayuan Pratiwi, S.Gz., RD dengan topik Pengolahan Ikan sebagai Bahan Pangan Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting dan Ibu Ni Putu Eny Sulistyadewi, S.Gz., M.Si dengan topik Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein. Kegiatan dapat dilihat pada Gambar 1.



**Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pembukaan, Penyerahan Kit Pelatihan, dan Pemaparan Materi Oleh Narasumber**

Kegiatan pelatihan dan pendampingan pembuatan berbagai jenis olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan), dilaksanakan setelah penyampaian materi oleh narasumber. Pelaksanaan kegiatan pelatihan dan pendampingan berjalan dengan baik dan telah mampu meningkatkan kemampuan dan pemahaman peserta tentang berbagai jenis olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan). Peserta mampu menyiapkan bahan - bahan, mampu menggunakan peralatan sesuai dengan fungsi dan kegunaannya serta mampu menerapkan teknik/metode memasak dalam proses pembuatan berbagai olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan). Proses demonstrasi dan pendampingan dapat dilihat pada Gambar 2 dan 3.



**Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Demonstrasi dan Pendampingan Proses Pengolahan Fish Cake dan Dimsum Ikan**

Beberapa temuan pada proses pelaksanaan kegiatan ditemukan bahwa peserta belum mempersiapkan diri dengan baik, dimana peserta belum memahami tentang olahan yang akan dibuat. Adapun aktivitas yang nampak dalam kegiatan pengolahan yaitu peserta masih mengalami kebingungan dalam proses persiapan dan pengolahan. Dimana peserta masih memegang resep sambil membaca dengan suara yang agak keras dengan harapan dapat di dengar oleh peserta lain, hampir sebagian dari peserta masih memegang resep dan membacanya sehingga suasana menjadi ramai pada awal kegiatan. Namun, pada pertengahan kegiatan sudah bisa diatasi oleh mahasiswa yang juga membantu melakukan pendampingan pada setiap tahapan. Masalah lain yang juga dialami oleh peserta yaitu kesulitan dalam membentuk dan mengisi isian dimsum yang akan dikukus, membentuk

bulatan yang bagus untuk olahan bakso ikan, membentuk adonan fish cake saat dipanggang, dan memasukkan isian batagor ke dalam tahu. Menurut Siregar, dkk (2016), *Steaming* merupakan teknik memasak bahan makanan dengan menggunakan uap air mendidih dengan alat kukus yang dapat terbuat dari bambu, rotan, aluminium, *stainless steel*, dan lain – lain. *Baking* merupakan teknik memasak dengan menggunakan panas pada alat tanpa menggunakan media minyak sehingga permukaan makanan menjadi kecoklatan dan kering. *Boilling* merupakan teknik memasak bahan makanan dalam air yang bersuhu lebih dari 100°C. *Deep Frying* merupakan teknik memasak bahan makanan dengan menggunakan minyak yang banyak (dalam hal ini bahan makanan terendam keseluruhan oleh minyak). Kesulitan – kesulitan yang dialami oleh peserta pada akhirnya bisa teratasi dengan baik karena ada pendampingan yang baik dari mahasiswa dan tim pelaksana pengabdian.

Memperhatikan kesulitan yang dialami oleh peserta dan adanya bantuan dari mahasiswa dan tim pelaksana pengabdian, sehingga semua peserta menjadi antusias dan bersemangat dalam pembuatan berbagai olahan ikan tersebut. Dimana hasil yang diperoleh memiliki tampilan yang bagus dan memiliki rasa yang enak, serta mampu menghasilkan hidangan yang rapi, menarik, enak dan aman untuk dikonsumsi.

Proses pengolahan dan pemanfaatan ikan sebagai sumber protein hewani dalam mencegah stunting di Kabupaten Jembrana, menunjukkan semua peserta berperan sangat aktif dan antusias untuk mempraktekkan dengan baik setiap resep yang dibuat. Dimana, peserta saling membantu dan mendukung temannya untuk dapat menyelesaikan tugas dengan baik, cepat, dan mendapatkan hasil yang memuaskan. Suasana pelatihan yang menyenangkan membuat pelaksanaan kegiatan ini dapat terlaksana

dengan baik, hal ini karena semua peserta bersemangat untuk belajar dan memiliki keinginan untuk dapat menghasilkan makanan yang sehat, bergizi, menarik dan enak untuk dikonsumsi yang dapat dilihat dari ekspresi peserta pelatihan.



**Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Demonstrasi dan Pendampingan Proses Pengolahan Otak – Otak Panggang, Batagor Ikan, dan Bakso Ikan**

Pelaksanaan kegiatan pengolahan dan pemanfaatan ikan sebagai sumber protein hewani dalam mencegah stunting di Kabupaten Jembrana dapat berjalan dengan baik dan berhasil meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan peserta dalam pembuatan berbagai olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan). Melihat hasil akhir dari proses pembuatan berbagai olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan), peserta merasa sangat puas dan senang dengan pengetahuan

dan keterampilan yang diperoleh. Bahkan ada dari peserta yang berharap dilakukan pelatihan dan pendampingan lagi untuk bisa dilakukan di desa lainnya dan juga dilakukan untuk menu atau resep yang lainnya.

## SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan pemaparan seluruh kegiatan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein Hewani Dalam Mencegah Stunting di Kabupaten Jembrana bagi PLKB, Kader Posyandu Balita, dan Kader Posyandu Remaja dapat disimpulkan bahwa sejumlah target luaran telah tercapai diantaranya : 1) Kegiatan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein Hewani Dalam Mencegah Stunting di Kabupaten Jembrana telah mampu meningkatkan pemahaman, pengetahuan tentang Pengolahan Ikan sebagai Bahan Pangan Tinggi Protein Dalam Upaya Pencegahan Stunting, dan Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Sebagai Sumber Protein, 2) Kegiatan pelatihan dan pendampingan juga mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam mempraktekkan langsung proses pembuatan berbagai olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan) sampai siap untuk dihidangkan, 3) Pada kegiatan pelatihan ini, kreativitas peserta dapat berkembang dengan sangat baik yang dapat dilihat dari hasil akhir proses pembuatan berbagai jenis olahan ikan (khususnya Fish Cake, Dimsum Ikan, Otak – Otak Panggang, Bakso Ikan, dan Batagor Ikan), dan 4) seluruh rangkaian kegiatan ini bagi PLKB, Kader Posyandu Balita, dan Kader Posyandu Remaja serta BKKBN Provinsi Bali dan BKKBN Kabupaten Jembrana mendapatkan apresiasi positif dari seluruh peserta. Bahkan mitra dan peserta berharap kegiatan sejenis dapat diteruskan dilaksanakan di Kabupaten Jembrana untuk desa lainnya dan untuk menu atau resep yang lainnya pula.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan ini, diantaranya :

1. Direktorat Jenderal Pendidikan Vokasi yang telah memberikan dana Matching Fund kepada Stikes Kesdam IX/Udayana.
2. BKKBN Provinsi Bali yang telah berkenan menjadi mitra dalam kegiatan Matching Fund di Kabupaten Jembrana
3. Dinas PPPA-PPKB Kabupaten Jembrana yang telah menerima kami dalam menjalankan program Matching Fund
4. Stikes Kesdam IX/Udayana yang telah memberikan dukungan fasilitas, alat, dana dan moril selama pelaksanaan kegiatan Matching Fund ini berlangsung.
5. Serta seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan yang telah membantu pelaksanaan kegiatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Komunikasi dan Informatika Kabupaten Jembrana. (2023). Data Statistik Sektorial Kabupaten Jembrana.
- Diniarti, N., dkk. (2020). *Edukasi Nilai Gizi Ikan Melalui Pelatihan Pembuatan Makanan Olahan Berbahan Baku Ikan Tongkol*. Jurnal Abdi Insani Universitas Mataram Vol. 7, No. 1, Hal. 49-54.
- Nurapipah, M. & Aprilia L. (2023). *Edukasi Manfaat Mengonsumsi Ikan Bagi Kesehatan Guna Cegah Stunting Sejak Dini*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat : Kesehatan (JPKMK) Vol. 3, No. 1, Hal. 57-68.
- Peraturan Presiden (Perpres). (2021). Percepatan Penurunan Stunting.
- Menteri Kesehatan RI. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022.
- Rachim, A.N.F., & Rina P. (2017). *Hubungan Konsumsi Ikan Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Usia 2-5 Tahun*. Jurnal Kedokteran Diponegoro Vol. 6, No. 1, Hal. 36-45.
- Sari, A., & Tenri U.I. (2023). *PKM Pengolahan Ikan Kembung Menjadi Makanan Yang Menarik Sebagai Upaya Meningkatkan Konsumsi Ikan Masyarakat*. Jurnal Pengabdian

Masyarakat Kauniah Vo. 2, No. 1, Hal. 80-88.

Siregar, R., dkk. (2016). *Buku Ajar Gizi Kuliner Dasar*. Jakarta : EGC.

Susilowati & Retno D. (2021). *Pengolahan Daging Ikan Kembung Untuk Membuat Kerupuk Ikan Sebagai Camilan Bergizi*. Jurnal Abdimas Teknik Kimia Vol. 2, No. 1, Hal. 6-9

Yudanti, G.P., dkk. (2023). *Pengembangan Olahan Ikan Kembung Untuk Mencegah Stunting di Desa Tedunan Wedung Demak*. Muria Jurnal Layanan Masyarakat Vol. 5, No. 2, Hal. 85-89.