

Penyuluhan dan Demonstrasi Pembuatan Makanan Pendamping Air Susu Ibu Berbahan Dasar Ikan Jeunara Tinggi Protein bagi Balita Stunting di Gampong Ceurih, Kota Banda Aceh

Ramadhaniah*¹, Qurрата A'yun², Riza Septiani³

^{1,2}Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh, Indonesia

³Postgraduate Program in Health Informatics, School of Computing and Information Technology, Faculty of Engineering and Information Sciences
University of Wollongong, New South Wales, Australia

*e-mail: ramadhaniah@unmuha.ac.id¹, qurrataayun@unmha.ac.id², rizaseptiani@rocketmail.com³

Abstrak

Balita merupakan kelompok yang paling rentan mengalami gangguan tumbuh kembang, sehingga pencegahan harus dimulai sejak dalam kandungan atau 1000 hari pertama kehidupan. Pemenuhan gizi optimal baik sebelum maupun saat kehamilan menjadi kunci utama. Pengabdian ini bertujuan memecahkan permasalahan gizi yang masih menjadi isu nasional dan internasional melalui pemanfaatan hasil laut lokal di Banda Aceh yaitu ikan jeunara, yang pemanfaatannya belum optimal. Inovasi ini diharapkan dapat meningkatkan asupan gizi balita, peningkatan ekonomi lokal, meminimalisir food loss dan meningkatkan nilai jual. Proses pengabdian ini akan melalui proses penyampaian materi secara luring; demonstrasi; diskusi interaktif; dan diakhiri dengan evaluasi secara kuantitatif dan kualitatif. Dalam demonstrasi, ikan jeunara diubah menjadi nugget yang bisa dikonsumsi baik ibu hamil, ibu balita, ibu menyusui, dan Wanita Usia Subur (WUS). Sebanyak 70% ibu-ibu yang hadir berpartisipasi aktif dalam demonstrasi pembuatan nugget yang menghasilkan 40 potong produk. Selain itu, 95% audiens menyatakan dari kegiatan ini memberikan mereka pengetahuan baru terkait variasi pengolahan ikan jeunara sebagai lauk harian keluarga di Gampong Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh. Diharapkan kegiatan ini dapat memaksimalkan pemanfaatan pangan lokal dan upaya pencegahan stunting berkelanjutan sekaligus sebagai peluang untuk mengembangkan produk olahan bergizi dan bernilai ekonomi untuk masyarakat.

Kata Kunci: Balita, Ikan Jeunara, Makanan Pendamping ASI, Protein Tinggi, Stunting

Abstract

Toddlers are the most vulnerable group to experience growth and developmental disorders, so prevention must begin during pregnancy or the first 1.000 days of life. Optimal nutritional intake before and during pregnancy is essential. This community service aims to address nutritional problems which remain national and international issues through the use of local marine resources in Banda Aceh specifically Jeunara fish, which has yet to be utilized optimally. This innovation is expected to improve toddler nutrition; boost the local economy; minimize food loss; and increase product value. The activities include offline material delivery; demonstrations; interactive discussions; and both quantitative and qualitative evaluations. While demonstration, Jeunara fish was processed into nuggets suitable for pregnant women; breastfeeding mothers; mothers with toddlers; and women of reproductive age. About 70% of the mothers actively participated in the demonstration, which produced 40 nugget pieces. In addition, 95% of the audience reported gaining new knowledge on alternative ways to process Jeunara fish as a daily family meal in Gampong Ceurih, Ulee Kareng Subdistrict, Banda Aceh. This program is expected to maximize the use of local food and support sustainable stunting prevention, also creating opportunities to develop nutritious and economically valuable processed food products for the community.

Keywords: Complementary Foods for Breast Milk, High Protein, Jeunara Fish, Stunting, Toddlers

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi terhambatnya tumbuh kembang anak akibat kurang gizi kronis, infeksi, dan kurangnya stimulasi psikososial (WHO, 2015). Menurut (KemenKes RI, n.d.) stunting dimulai sejak masa kehamilan dan terlihat jelas sebelum anak berusia dua tahun. Stunting dapat dicegah dengan intervensi pada 1.000 hari pertama kehidupan anak (Aurelia, 2024 Kondisi ini

tidak hanya disebabkan oleh asupan gizi yang kurang sejak dalam kandungan, tetapi juga akibat penyakit yang dialami selama masa balita (Ruaida, 2018).

Berdasarkan data Januari–April 2024 dari Puskesmas Ulee Kareng, tercatat 8,42% balita (98 dari 1.163) mengalami stunting, salah satunya di Gampong Ceurih (Mahdalena et al., 2024). Pada 18 Oktober 2024, kepala puskesmas juga menyampaikan bahwa terdapat 87 balita di Gampong Ceurih yang membutuhkan perhatian dalam program distribusi makanan tambahan (Dinkes Aceh, 2024).

Upaya pencegahan stunting harus difokuskan pada masa emas 1.000 HPK, salah satunya dengan pemberian MP-ASI berbahan dasar ikan jeunara (rachma purwanti, 2019). Kegiatan ini diawali dengan penyuluhan gizi seimbang yang terbukti efektif dalam meningkatkan status gizi balita (Tadale et al., 2020). Namun, ikan jeunara sebagai hasil tangkapan laut lokal sering kali terbuang karena tidak diolah untuk penyimpanan jangka panjang (pane, 2025). Padahal, penyimpanan yang buruk bisa berdampak pada lingkungan dan keamanan pangan (Bimal et al., 2019). Oleh karena itu, pengolahan menjadi nugget menjadi solusi tepat karena dapat memperpanjang masa simpan ikan tanpa mengurangi nilai gizinya (Fazil et al., 2022) (dewi, 2024). Nugget juga digemari anak-anak, sehingga lebih mudah diterima (Darmadi et al., 2019; Dewi et al., 2024; Ismail et al., 2023). Inovasi pengolahan pangan lokal ini tidak hanya meningkatkan nilai jual produk perikanan di Gampong Ceurih, tetapi juga mendorong keterampilan masyarakat dalam membuat makanan bergizi (Kette et al., 2024).

Ikan jeunara sendiri memiliki kandungan protein sebesar 21,4 gram dan omega-3 sebesar 2,6 gram, bahkan lebih tinggi dari ikan salmon (Kurniasari et al., 2024). Nilai gizi lainnya meliputi energi 103–824 kkal, protein 21–22 g, lemak 1–2 g, kalsium 20 mg, fosfor 200 mg, dan zat besi 1,5 mg Informasi ini dari penelitian (Jayanti Usman et al., 2024) dalam Indaryanto et al., 2018.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan memberikan penyuluhan dan demonstrasi pembuatan MP-ASI berbahan dasar ikan jeunara tinggi protein sebagai upaya pencegahan stunting pada balita di Gampong Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh tahun 2025.

2. METODE

2.1. Waktu dan Lokasi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2025 hari Minggu, di rumah ketua kader posyandu gampong Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh.

2.2. Peserta Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat yang tekhusus pada ibu-ibu dengan balita, ibu menyusui, ibu hamil, dan ibu rumah tangga. Setelah dlakukannya kegiatan berdasarkan absensi kegiatan ini berhasil dihadiri dengan total 33 audiens dengan persen partisipasi yang cukup tinggi dalam kegiatan(70%).

2.3. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan secara tatap muka (luring) dengan pendekatan interaktif, sehingga mampu menarik partisipasi aktif dari para peserta. Kegiatan ini terdiri atas tiga tahapan yang disusun secara sistematis. Tahap pertama adalah penyuluhan, di mana peserta diberikan materi bertema *“MP-ASI Nugget Ikan Jeunara Tinggi Protein untuk Balita Stunting”*. Selanjutnya, dilakukan praktik demonstrasi pembuatan nugget ikan jeunara yang melibatkan langsung para peserta. Selama proses ini, peserta juga diberikan penjelasan mengenai kandungan gizi dan manfaat nutrisi dari bahan yang digunakan.

Tahap terakhir adalah diskusi dan evaluasi. Peserta diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan seputar pengolahan MP-ASI berbahan ikan jeunara. Evaluasi dilakukan untuk mengidentifikasi tantangan yang muncul selama kegiatan berlangsung sekaligus sebagai bahan perbaikan untuk pelaksanaan berikutnya. Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya

menambah wawasan dan keterampilan peserta dalam mengolah pangan lokal bergizi, tetapi juga diharapkan menjadi langkah konkret dalam mencegah dan menanggulangi stunting melalui peningkatan kualitas asupan gizi balita.

2.4. Metode Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pendekatan triangulasi data, yaitu observasi langsung, dokumentasi visual, dan umpan balik lisan. Observasi digunakan untuk menilai antusiasme peserta, dokumentasi mencatat jumlah produk yang diolah dan kehadiran peserta, sementara umpan balik lisan mencerminkan pemahaman mereka terhadap materi. Evaluasi ini bersifat kuantitatif dan kualitatif: kuantitatif melalui pencatatan jumlah peserta dan keterlibatan mereka, serta kualitatif melalui pengamatan langsung dan respon peserta selama dan setelah kegiatan.

Keberhasilan kegiatan ini diukur melalui berdasarkan indikator:

- a. Minimal 50% peserta yang dapat berhadir dalam kegiatan
- b. Adanya peningkatan pemahaman berdasarkan 80% peserta dapat menjelaskan kembali terkait poin penting dalam pentingnya pemberian PMT tinggi protein pada balita dan anak
- c. Peserta mampu mengikuti proses pembuatan nugget secara mandiri
- d. Peserta menyatakan ingin untuk menerapkan hasil kegiatan di rumah

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2025 hari Minggu, di rumah salah satu kader posyandu gampong Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh yang dihadiri sejumlah 33 peserta dan mayoritas adalah ibu rumah tangga dan ibu yang memiliki balita dengan rentang usia 30-50 tahun dan bedomisili di gampong ceurih. Acara dimulai dari pukul 09.00-12.00 WIB dan dimulai dengan pembacaan doa dan pembukaan kegiatan oleh Master Of Ceremony (MC) yaitu Ramadhaniah, dilanjutkan dengan pemberian materi dengan judul “Penyuluhan dan Demonstrasi Pembuatan Makanan Pendamping Air Susu Ibu Berbahan Dasar Ikan Jeunara Tinggi Protein bagi Balita Stunting di Gampong Ceurih, Kota Banda Aceh” yang disampaikan oleh Ibu Ramadhaniah S.Gz., M.P.H. kegiatan dilanjutkan dengan proses demonstrasi dan ditutup dengan sesi tanya jawab.

3.1. Tahap Sosialisasi

Pada awal kegiatan dimulai dengan sosialisasi (gambar 1), audiens akan diberikan pemaparan materi terkait pentingnya asupan makanan tambahan bergizi bagi balita untuk mencegah stunting dengan memanfaatkan hasil pangan lokal yang mudah di dapatkan. Materi dalam sosialisasi terdiri dari:

- a. Ikan Jeunara
- b. Nugget Ikan Jeunara
- c. Kondisi Kekurangan Gizi Pada Balita
- d. Faktor Pemengaruh Terjadinya Kekurangan Gizi Pada Balita
- e. Manfaat Ikan Jeunara Pada Balita
- f. Dampak Stunting
- g. Faktor Pemengaruh Terjadinya Stunting
- h. Proses Demonstrasi

Berikut penjelasan terkait materi yang akan disampaikan:

- a. Ikan jeunara

Ikan jeunara, atau ikan kembung dalam bahasa Indonesia, merupakan ikan laut kecil khas Aceh yang mudah ditemukan namun masih kurang dimanfaatkan. Pada 2024, terjadi peningkatan hasil tangkapan yang berujung pada pembusukan dan pembuangan karena minimnya pembeli dan anjloknya harga (Katakamus.id, n.d).

Ikan ini sering diperoleh melalui tradisi tarek pukot metode gotong royong menangkap ikan dari pantai dan biasanya dijual segar di pesisir dengan harga terjangkau

(Universitas Malikussaleh, 2021). Di pelabuhan perikanan Kutaraja, Banda Aceh, sebagai pusat pendaratan ikan terbesar di Aceh, produksi ikan jeunara terus meningkat (Universitas Airlangga, 2023).

b. Nugget Ikan Jeunara

Melimpahnya tangkapan ikan jeunara menjadikannya bahan potensial untuk olahan bergizi seperti nugget, karena kandungan proteinnya tinggi dan teksturnya lembut. Kombinasi dengan tepung sagu atau maizena memperkaya rasa, tekstur, dan aroma, menjadikannya produk yang digemari anak-anak. Inovasi ini tidak hanya meningkatkan nilai gizi dan daya cerna, tetapi juga memberi nilai tambah ekonomi bagi daerah (Ismail et al., 2023).

c. Kondisi Kekurangan Gizi Pada Balita

Kekurangan gizi masih menjadi masalah serius pada balita di Indonesia, memengaruhi pertumbuhan fisik, kognitif, dan daya tahan tubuh. Faktor penyebabnya mencakup kurangnya asupan zat gizi mikro (seperti zat besi, zinc, dan vitamin A), pola makan yang buruk, serta literasi gizi ibu yang rendah. Kondisi ini juga erat kaitannya dengan status sosial ekonomi dan keterbatasan akses pangan bergizi (Sirajuddin et al., 2020). Balita yang kekurangan protein hewani memiliki risiko 1,6 kali lebih tinggi mengalami stunting (Afiah et al., 2020).

d. Faktor Pengaruh Terjadinya Kurang Gizi Pada Balita

Terdapat faktor langsung dan tidak langsung dari kejadian kurang gizi pada balita, berikut untuk faktor langsung:

- 1) BBLR atau lahir <2.5 kg lebih beresiko untuk mengalami stunting karena rendahnya imun dan cadangan nutrisi awal bayi untuk bertahan (Hall et al., 2020).
- 2) Infeksi secara berulang, karena penyerapan nutrisi tidak sempurna berakibat pada tidak maksimalnya tumbuh kembang (Feyisa & Dabu, 2023).
- 3) ASI eksklusif, Pemberian makanan/minuman terlalu awal bisa mengganggu penyerapan nutrisi dan menyebabkan masalah pencernaan (Fitriami & Huriah, 2019).

Dan faktor Tidak langsung antara lain:

- 1) Sanitasi dan kualitas lingkungan, yang buruk beresiko untuk mengalami infeksi. Saat sakit mereka akan cenderung menurun untuk selera makan dan rentan terserang penyakit (Ansuya et al., 2018).
- 2) Jarak kelahiran dan jumlah anak, banyak anak membuat kesulitan dalam pemenuhan asupan nutrisi karena sumber daya terbatas (Wasihun et al., 2018).
- 3) Status ibu dari sebelum hamil, jika yang hamil adalah ibu KEK (kekurangan energi kronis) bisa beresiko melahirkan anak yang BBLR karena kurangnya asupan nutrisi ibu ke janin untuk pertumbuhan janin yang optimal (Roswita et al., 2024).
- 4) Kondisi ibu, ibu yang menikah terlalu muda maka kondisi rahimnya belum terlalu kuat untuk menampung janin dan bisa memberikan resiko pada tumbuh kembang anak bahkan sedari masih menjadi janin (Efevbera et al., 2017).
- 5) Pendapatan keluarga, penghasilan yang rendah lebih tinggi mengalami resiko stunting dan underweight karena sering kali pertimbangan untuk asupan makanan hari-hari bukan berdasarkan kualitas namun berdasarkan kuantitas (Hall et al., 2020).
- 6) Pendidikan keluarga (ayah dan ibu), ibu yang punya pendidikan dan pemahaman terkait pengolahan makanan yang baik untuk anak dan keluarga bisa lebih rendah untuk memiliki anak yang stunting karena pengambilan keputusan dalam mengolah makanan yang baik (Te Ku Nor et al., 2024). Ayah dengan pendidikan yang baik bisa mendapatkan pekerjaan yang layak dan dapat menyuplai bahan pokok yang cukup untuk anak dan keluarga (Karki et al., 2021).

e. Manfaat Ikan Jeunara Pada Balita

Ikan jeunara (ikan kembung) merupakan sumber protein hewani berkualitas tinggi dan omega-3 yang penting untuk perkembangan otak, tulang, dan sistem imun balita (Rachim & Pratiwi, 2017).

Kandungan gizinya meliputi energi 103–824 kkal, protein 21–22 g, lemak 1–2 g, kalsium 20 mg, fosfor 200 mg, dan zat besi 1,5 mg (Jayanti Usman et al., 2024) Bahkan, kandungan proteinnya (21,4 g) dan omega-3 (2,6 g) lebih tinggi dari ikan salmon (Kurniasari

et al., 2024). Asam amino esensial dari protein hewani ini juga berperan penting dalam produksi hormon pertumbuhan dan pencegahan stunting (Sholikhah & Dewi, 2022).

f. Dampak Stunting

Stunting berdampak buruk pada tumbuh kembang anak, mulai dari gangguan kognitif, motorik, hingga sosial-emosional (Saputri et al., 2025).

Dalam jangka panjang, hal ini menurunkan produktivitas, kapasitas intelektual, serta meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes dan hipertensi. Efek stunting bersifat permanen dan menurunkan kualitas hidup ((Imeldawati, 2025) dalam Laily dan Indarjo 2023).

Pencegahan stunting membutuhkan pemenuhan gizi seimbang sejak dini, terutama selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan. Kekurangan zat gizi makro dan mikro dapat menghambat pertumbuhan dan meningkatkan kerentanan terhadap infeksi. Nutrisi penting yang dibutuhkan antara lain protein hewani, zat besi, vitamin A, dan asam lemak esensial (Rahmi et al., 2022).

g. Faktor Pemengaruh Terjadinya Stunting

Terdapat beberapa factor bisa terjadinya stunting pada anak karena penyebabnya multicausal (lebih dari 1 penyebab), antara lain:

- 1) Pengetahuan Ibu berperan penting dalam pengambilan keputusan terkait gizi anak. Ibu dengan informasi gizi yang baik cenderung mampu menjaga status gizi balita dan keluarga (Pariadi, 2020).
- 2) Pendapatan keluarga memengaruhi variasi dan jumlah makanan. Pendapatan rendah bisa menyebabkan asupan gizi tidak tercukupi, sehingga menghambat tumbuh kembang anak dan meningkatkan risiko stunting (Fathirulhadi, 2023).
- 3) Pola pikir terkait stunting yang menganggapnya tidak serius membuat penanganannya terlambat. Padahal, stunting tidak bisa dipulihkan jika sudah melewati 1.000 hari pertama kehidupan (Annisa, 2015).
- 4) Kondisi lingkungan seperti paparan polusi dan sanitasi buruk, bisa menyebabkan infeksi berulang (ISPA, diare) yang mengganggu penyerapan gizi dan memicu stunting (Khoiriyah & Ismarwati, 2023).
- 5) Rendahnya pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama meningkatkan risiko stunting, karena ASI mengandung nutrisi penting untuk pertumbuhan anak, khususnya tinggi badan (Fitriami & Huriah, 2019).

h. Proses Demonstrasi

Selanjutnya setelah penyampaian materi, dilanjutkan dengan proses demonstrasi yang dimulai dengan pengenalan alat dan bahan yang digunakan, lalu penjelasan dan praktik langsung tata cara pembuatan nugget ikan jeunara yang diikuti dengan para audiens agar mereka bisa mencoba secara langsung dan bisa mempraktikkan kembali di rumah.



Gambar 1. Proses sosialisasi materi

Sosialisasi dilakukan dengan mengaitkan konsep budaya di masyarakat Aceh. Penyampaian yang interaktif seperti yang ditunjukkan pada gambar 1 dapat menarik minat audiens dengan mengaitkan pada adat dan budaya di banda aceh (*tarek pukot*) sehingga audiens memberikan respon balik positif dengan melontarkan pertanyaan.

3.2. Demonstrasi Pembuatan Produk

Pada gambar 2 menunjukkan tahapan pembuatan produk yang diikutsertai audiens secara langsung.



Gambar 2. proses pelaksanaan demonstrasi

Tahap demonstrasi nugget ikan jeunara diikutsertai secara aktif oleh audiens. Berikut persiapan dalam pembuatan nugget ikan jeunara:

a. Alat

Kompor, Blender, Panci Penggorengan, Sendok, Cetakan Kue, Piring, Gelas Ukur, Wadah Plastik Kecil dan Besar, Sarung Tangan, Ayakan, Stoples Kue, Sticker Stoples.

b. Alat dan Bahan pendukung lainnya yang akan diperlukan:

Spanduk, Selebaran serta materi dalam bentuk power point untuk instruksi cara pembuatan kue dan materi penyuluhan, dan buku saku.

c. Bahan:

- 1) 2,5 kg ikan jeunara giling (atau bebas jenis ikannya)
- 2) 1 kg wortel, parut dengan parutan keju
- 3) 400 gr tepung terigu
- 4) 100 gr maizena
- 5) 10 btr telur, kocok lepas
- 6) 200 gr bawang daun, iris-iris kecil
- 7) 200 gr seledri, potong-potong kecil
- 8) 8 sachet kecil kaldu bubuk ayam
- 9) 12 gr lada bubuk (4 sachet kecil Ladaku 3gr)
- 10) 4 sdt munjung garam / atau secukupnya garam
- 11) 2 sdt gula pasir
- 12) 200 gr bawang putih
- 13) 200 gr bawang merah
- 14) 8 cm jahe
- 15) 400 gr terigu protein sedang
- 16) 2 sdt lada bubuk
- 17) 1 sdt garam
- 18) Secukupnya air (sampai sedikit kental saja)
- 19) 1 kg tepung panir
- 20) 250 gr minyak goreng

d. Cara membuat nugget ikan jeunara yang ditunjukkan seperti dalam gambar 3 hingga gambar 7:

- 1) Campur ikan giling dengan wortel, garam, lada bubuk, gula pasir, aduk rata. Tambahkan daun bawang dan seledri, aduk rata.
- 2) Masukkan telur, aduk rata. Masukkan terigu dan maizena, aduk rata. Jangan lupa tes rasa (karena ini ikan mentah jadi, goreng sedikit adonan dulu).
- 3) Panaskan kukusan. Tuang adonan ke dalam loyang yang sudah dioles minyak. Kukus hingga matang $\pm$ 25-30 menit (tergantung tebal tipisnya adonan). Setelah dikukus, angkat dan dinginkan. Setelah dingin potong sesuai selera.
- 4) Siapkan bahan pencelup dan tepung panir. Celupkan potongan nugget ke bahan pencelup, lalu baluri dengan tepung panir hingga rata.

- 5) Simpan di kulkas 1 jam supaya tepung panir menempel. Bisa juga dibekukan untuk persediaan frozen food.
- 6) Panaskan minyak. Goreng nugget ikan hingga matang. Nugget yang belum digoreng bisa disimpan dikulkas, untuk selanjutnya tinggal digoreng saja jika ingin memakannya. Bahan pencelup bisa pakai telur kocok lepas saja, rasanya akan berbeda dengan pencelup tanpa telur.



Gambar 3. Persiapan bahan memasak. Mempersiapkan bahan yang diperlukan membuat nugget ikan jeunara.



Gambar 4. Persiapan peralatan memasak. Mempersiapkan alat yang digunakan saat membuat nugget ikan jeunara



Gambar 5. Proses pembuatan adonan. Mencampurkan seluruh bahan yang telah dipersiapkan untuk dikukus dan dibentuk



Gambar 6. Proses penggorengan nugget. Adonan yang telah dibentuk kemudian digoreng dalam minyak hingga kuning keemasan



Gambar 7. Nugget yang siap di konsumsi

- 7) Nugget yang telah kuning keemasan diangkat dan tiriskan, nugget ikan jeunara siap disajikan

3.3. Evaluasi Keberhasilan Kegiatan

Setelah kegiatan dilakukan, dilanjutkan dengan proses evaluasi hasil dari kegiatan secara kuantitatif dan kualitatif yang disajikan dalam tabel 1:

Tabel 1. Proses evaluasi Kegiatan

No.	Evaluasi Kuantitatif	Evaluasi Kualitatif
1.	Peserta hadir sebanyak 33 orang	95% peserta yang berhadir merasakan manfaat dari kegiatan pengabdian ini
2.	Berhasil membuat 1 resep nugget ikan jeunara (40 pcs) dan disukai oleh anak-anak yang hadir pada saat kegiatan	Muncul pemikiran kritis setelah memahami pemaparan terkait bahan-bahan yang digunakan dalam membuat nugget (seperti apakah boleh menambahkan protein nabati)

- | | |
|------|--|
| 3. - | Muncul pertimbangan terkait rekomendasi ide baru dari audiens untuk membuat menu lain yang tidak menggunakan protein hewani tetapi menggunakan bahan utama protein nabati. |
|------|--|

3.4. Studi Komparasi dengan Jurnal Lain

Hasil pengabdian ini sejalan dengan temuan oleh (Hardianti et al., 2024) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta hingga 100% lewat penyuluhan dan praktik pembuatan nugget ikan. Berbagai studi juga membuktikan bahwa nugget berbahan ikan (ikan terbang, tongkol, tuna, hingga patin), dikombinasikan dengan bahan bergizi seperti tepung millet dan daun kelor, mengandung protein tinggi (>20–30%) dan diterima baik oleh balita stunting (Yuniati et al., 2024; Zuriatun Solehah et al., 2023; Sari et al., 2023; Erianti & Cholifah, 2025). Selain itu, pengembangan produk ini turut mendorong ekonomi lokal (Nursia et al., 2024).

3.5. Refleksi Dampak

Masyarakat yang berhadir sepakat bahwa mereka terbantu dengan dilakukannya kegiatan ini sehingga menambah wawasan bagi mereka untuk tidak hanya menggunakan ikan jeunara sebagai lauk pendamping makanan pokok tetapi juga menjadi asupan tambahan bagi anak balita semasa tumbuh kembang mereka. Tidak hanya itu, dengan meningkatkan minat dan pengetahuan masyarakat terkait alternative pengolahan ikan jeunara, ini juga bisa menjadi upaya menaikkan ekonomi pasar lokal.

3.6. Tantangan

Terlepas dari tingginya antusiasme masyarakat, terdapat beberapa tantangan yang sekiranya dapat diatasi dan harapannya dapat diwujudkan di gampong Ceurih, Kec. Ulee Kareng, antara lain:

- Motivasi dan kemauan yang tidak berkelanjutan, sehingga perlu diberikan motivasi secara berkala agar antusias ibu-ibu dalam menerapkan pengolahan ini pada menu makanan rumah tangga tidak hanya pada jangka pendek namun juga berkelanjutan.
- Konsistensi yang bisa dipengaruhi oleh lingkungan, sehingga perlu pemantauan berkelanjutan terkait apakah PMT ini memberikan dampak yang positif pada target utama (mengurangi kasus stunting) oleh pihak puskesmas setempat.

3.7. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 8. Tim pengabdian masyarakat. Foto tim pelaksana pengabmas (2 dosen dan 2 mahasiswi) setelah kegiatan dilaksanakan



Gambar 9. Penyerahan sertifikat kepada kader. Penyerahan sertifikat apresiasi secara simbolis kepada kepala kader posyandu.



Gambar 10. Sesi diskusi dan tanya-jawab.

Masyarakat dan tim pengabmas melakukan diskusi setelah dilakukan ceramah materi dan demonstrasi.



Gambar 11. Foto bersama masyarakat setelah kegiatan

Dokumentasi usai kegiatan berlangsung bersama masyarakat dan tim pengabmas

4. KESIMPULAN

4.1. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian bertajuk *“Penyuluhan dan Demonstrasi Pembuatan MP-ASI Berbahan Dasar Ikan Jeunara Tinggi Protein bagi Balita Stunting di Gampong Ceurih, Kota Banda Aceh”* menyasar ibu-ibu usia 30–50 tahun di Gampong Ceurih, Ulee Kareng. Para peserta menunjukkan antusiasme tinggi melalui respons aktif selama sesi tanya jawab.

Kegiatan terdiri dari penyuluhan, diskusi interaktif, dan demonstrasi pengolahan MP-ASI. Peserta memperoleh pengetahuan baru tentang pentingnya gizi seimbang selama 1.000 HPK dan keterampilan mengolah pangan lokal secara inovatif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman ibu mengenai gizi makro-mikro serta kemampuan menciptakan makanan bergizi yang disukai balita. Tingginya partisipasi dan munculnya ide-ide baru menjadi indikator keberhasilan awal kegiatan ini. Diharapkan, program serupa dapat diterapkan di wilayah lain dengan karakteristik yang sama untuk mendukung penurunan angka stunting melalui pemanfaatan pangan lokal.

4.2. Rekomendasi

Meskipun partisipasi masyarakat dalam demonstrasi pengolahan nugget ikan jeunara sebagai MP-ASI cukup tinggi, terdapat beberapa saran yang dapat diterapkan di Gampong Ceurih, Ulee Kareng, yaitu:

- Perlunya pemantauan rutin oleh puskesmas untuk menilai dampak nyata PMT terhadap penurunan kasus stunting.
- Pentingnya dukungan dan motivasi berkelanjutan agar ibu-ibu terus mengaplikasikan pengolahan makanan ini secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, bukan hanya sesaat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Desa dan Tokoh Masyarakat yang telah memberikan izin dan memfasilitasi lokasi, bersedia untuk bekerjasama dan memfasilitasi agar kader dan masyarakat dapat berhadir di kegiatan pengabdian ini. Ucapan terimakasih kepada kepala kader posyandu Gampong Ceurih dan semua kader yang telah meluangkan waktu dan tempat serta dapat bekerjasama dengan baik dalam mewujudkan kelancaran acara pengabdian ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada ibu balita serta masyarakat yang telah berhadir dan berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat Gampong Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh dengan judul *“Penyuluhan dan Demonstrasi Pembuatan Makanan Pendamping Air Susu Ibu Berbahan Dasar Ikan Jeunara Tinggi Protein bagi Balita Stunting di Gampong Ceurih, Kota Banda*

Aceh” sehingga acara sukses dilaksanakan dan mendapatkan respon yang baik serta dampak yang baik bagi masyarakat Gampong Ceurih.

Dan ucapan terimakasih kepada Lembaga Penelitian, Penerbitan, Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat (LP4M) dan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah memberikan support berupa dana hibah kegiatan pengabdian kepada masyarakat terhadap kegiatan pengabdian ini sehingga kegiatan dan acara dapat terlaksana sesuai dengan yang diharapkan. Diharapkan dari terlaksananya kegiatan ini dapat memberikan dampak yang positif secara langsung baik dalam meningkatkan status gizi balita terutama status gizi stunting yang menjadi permasalahan utama pada balita di Gampong Ceurih, juga meningkatkan pendapatan keluarga masyarakat di Gampong Ceurih, Kec. Ulee Kareng, Kota Banda Aceh.

DAFTAR PUSTAKA

- Aurelia.Y. (2024). *1000 HPK Kunci Cegah Stunting*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/1000-hpk-kunci-cegah-stunting>
- Afiah, N., Asrianti, T., & Mulyana, D. (2020). Rendahnya Konsumsi Protein Hewani Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Balita Di Kota Samarinda. *Nutrire Diaita*, 12(1), 23–28. <https://nutrecent.fkm.unmul.ac.id/module-detail/rendahnya-konsumsi-protein-hewani-sebagai-faktor-risiko-kejadian-stunting-pada-balita-di-kota-samarinda>
- Annisa, K. (2015). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Implementasi Kebijakan Penurunan Stunting di Kabupaten Solok. *Etika Jurnalisme Pada Koran Kuning : Sebuah Studi Mengenai Koran Lampu Hijau*, 16(2), 39–55.
- Ansuya, Nayak, B. S., Unnikrishnan, B., George, A., N., S. Y., Mundkur, S. C., & Guddattu, V. (2018). Risk factors for malnutrition among preschool children in rural Karnataka: a case-control study. *BMC Public Health*, 18(1), 283. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5124-3>
- Bimal, P. M., Satabdi, G., Arabinda, M., Tandrima, M., Sinjini, P., D. Karunakaran, Suseela, M., Kajal, C., B.N., P., D. Sarma, Syama Dayal, Shivadhar Singh, & S. Ayyappan. (2019). Fish in human health and nutrition. *Advances in Fish Research*, 7(December 2018), 2–3. <https://www.researchgate.net/publication/329831003>
- Darmadi, N. M., Gde, I., Pandit, S., & Sugiana, G. N. (2019). Community Services Journal (CSJ) Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Nugget Ikan (Fish Nugget). *Community Services Journal (CSJ)*, 2(1), 18–22.
- Dewi, Z., Sajiman, Syainah, E., Mas'odah, S., Magdalena, Andres, M. D., Yanti, R., Rahmani, Hariati, N. W., Emelia, H. R., & Nisa, N. (2024). Nugget Ikan Dan Dimsum Ikan Sayur Mengatasi Stunting Dan Wasting. *Jurnal Rakat Sehat : Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 33–39. <https://doi.org/10.31964/jrs.v3i1.60>
- Efevbera, Y., Bhabha, J., Farmer, P. E., & Fink, G. (2017). Girl child marriage as a risk factor for early childhood development and stunting. *Social Science & Medicine*, 185, 91–101. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.05.027>
- Erianti, A., & Cholifah, S. (2025). Inovasi Pemberian Makanan Tambahan Nugget Jamur Tiram Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kelurahan Pataruman Kota *PeTIMAS: Jurnal ...*, 7(2), 395–406. <https://doi.org/10.36565/jak.v7i2.934>
- Fathirulhadi, M. (2023). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, 5(1), 46–51. <https://doi.org/10.59030/jkdb.v5i1.68>
- Feyisa, B. B., & Dabu, G. T. (2023). Determinant of under nutrition among under five children in Ambo town during covid 19 pandemic in 2020. A community-based cross-sectional study. *BMC Nutrition*, 9(1), 103. <https://doi.org/10.1186/s40795-023-00762-5>
- Fitriami, E., & Huriah, T. (2019). Determinan kejadian Stunting pada Anak di Indonesia : A Literature Review. *Jurnal Smart Keperawatan*, 6(2), 113. <https://doi.org/10.34310/jskp.v6i2.190>

- Hall, J., Walton, M., Ogtrop, F. Van, Guest, D., Black, K., & Beardsley, J. (2020). Factors influencing undernutrition among children under 5 years from cocoa-growing communities in Bougainville. *BMJ Global Health*, 5(8), e002478. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2020-002478>
- Hardianti, Chitra Dewi, Bella Merry Jannah, Esse Puji Pawenrusi, & Andi Ayumar. (2024). PRAKTEK PEMBUATAN NUGGET IKAN DALAM MENDUKUNG UPAYA PENANGANAN STUNTING DI POSKESDES BUKIT PANJANG DESA LABBO. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gerakan Aksi Sehat (GESIT)*, 4(2 SE-Articles), 198–205. <https://doi.org/10.51171/jgs.v4i2.462>
- Imeldawati, R. (2025). Dampak Terjadinya Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak : Literature Review. *Jurnal Medika Nusantara*, 3(1 SE-Articles), 101–107. <https://doi.org/10.59680/medika.v3i1.1632>
- Ismail, A. I., Yuniati, D., & Aryanti, N. (2023). Formulasi Nugget Berbahan Dasar Ikan Terbang (*Parexocoetus brachypterus*), Tepung Jewawut (*Setaria italica* (L.) Beauv.) dan Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Menu PMT Pencegah Stunting. *Journal Galung Tropika*, 12(3 SE-Articles), 295–305. <https://doi.org/10.31850/jgt.v12i3.1152>
- Jayanti Usman, J., Rizkaprilisa, W., & Murti, P. D. B. (2024). Karakterisasi Organoleptik dan Kimia Sosis Ikan Kembung (*Rastrelliger Kanagurta* L.) dengan Penambahan Ampas Tahu Untuk Meningkatkan Gizi Anak: INDONESIA. *Journal of Functional Food and Nutraceutical*, 6(1 SE-Articles), 1–12. <https://doi.org/10.33555/jffn.v6i1.162>
- Karki, S., Koirala, S., & Shrestha, S. (2021). Risk Factors of Malnutrition among under Five Children Admitted in Kanti Children's Hospital in Nepal. *Kathmandu University Medical Journal*, 19(4 SE-Original Articles), 486–493. <https://doi.org/10.3126/kumj.v19i4.49783>
- Katakamus.id.(n.d.).Jeunara.<https://katakamus.id/katakamus/kategori/aceh/kata/jeunara/id/960>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (n.d.). *Stunting*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/penyakit/stunting>
- Kette, S., Beeh, N., Kette, A. U. S., & Benu, N. N. (2024). Pelatihan Pembuatan Nugget Ikan Untuk Peningkatan Nilai Tambah Produk Perikanan Di Desa Otan Kecamatan Semau. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(8), 3643–3651. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i8.1498>
- Khoiriyah, H., & Ismarwati, I. (2023). Faktor Kejadian Stunting Pada Balita : Systematic Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(01), 28–40. <https://doi.org/10.33221/jikm.v12i01.1844>
- Kurniasari, Y., Khaerunnisa, A., Utami, S. D., HM, N. R., Anggita, S., Hasanah, R., Sahira, A. J., Wulansari, A., Putri, D. A. A., Saputra, T. T. D., Al-'Ulya, M. N. S., & Saputro, R. T. (2024). Pengolahan dan Pemanfaatan Ikan Kembung Sebagai Sumber Protein Hewani Dalam Upaya Cegah Stunting di Desa Damarsari Kabupaten Kendal. *Bangun Desa: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 90. [https://doi.org/10.21927/jbd.2024.3\(2\).90-99](https://doi.org/10.21927/jbd.2024.3(2).90-99)
- Mahdalena, M., Amelia, K. R., & Zuhkrina, Y. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Ibu Balita Dalam Pencegahan Stunting di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh. *Jurnal Teknologi Dan Sains Modern*, 1(4), 149–157. <https://doi.org/10.69930/jtsm.v1i4.217>
- Nursia, Suryaningsih, Dodi Apriadi, & Ayu Rosalina. (2024). Optimalisasi Pengolahan Ikan Tenggiri Menjadi Nugget Untuk Peningkatan Nilai Ekonomis Dan Konsumsi Di Desa Tanah Kuning. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 5(2), 3298–3304. [https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/download/3609/2495/26711#:~:text=Menurut Ali Khomsan \(2004\)%2C%20keunggulan ikan laut,Omega-3 yang bermanfaat untuk pencegahan penyakit jantung.&text=Sebagai contoh%2C ikan tenggiri terkenal dengan kan](https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/download/3609/2495/26711#:~:text=Menurut Ali Khomsan (2004)%2C%20keunggulan ikan laut,Omega-3 yang bermanfaat untuk pencegahan penyakit jantung.&text=Sebagai contoh%2C ikan tenggiri terkenal dengan kan)
- Pariadi, D. (2020). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Berdasarkan Literature*

Review.

- Rachim, A. N. F., & Pratiwi, R. (2017). HUBUNGAN KONSUMSI IKAN TERHADAP KEJADIAN STUNTING PADA ANAK USIA 2-5 TAHUN. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 6(1), 36–45.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/16233>
- Rahmi, F. J., Huljannah, N., & Rochmah, T. N. (2022). Stunting Prevention Program in Indonesia: A SYSTEMATIC REVIEW. *Media Gizi Indonesia*, 17(3), 281–292.
<https://doi.org/10.20473/mgi.v17i3.281-292>
- Roswita, K. W., Nurbaniwati, N., & Sedayu, S. (2024). The Correlation Between Anemia and Chronic Energy Deficiency in Pregnant Women With the Incidence of Low Birth Weight at the Ciwaringin Cirebon Health Center in 2020 – 2022. *Indonesian Journal of Obstetrics & Gynecology Science*, 7(3), 382. <https://doi.org/10.24198/obgynia.v7i3.751>
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) di Indonesia. *Global Health Science*, 3(1), 139–151.
- Saputri, E. A., Abdullah, Akhriani, M., & Marthalena, Y. (2025). Hubungan Pola Konsumsi Sumber Protein Hewani, Riwayat Penyakit Infeksi dan. *Jurnal Riset Gizi*, 13(1), 65–72.
<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrg/article/view/12525/4155>
- Sari, W. E., Vanda, H., Hambal, M., Riandi, L. V., Azhari, Nurliana, Frengki, Zamzami, R. S., Awaluddin, & Novari, S. (2023). Penyuluhan Stunting dan Pembuatan Nugget Ikan Tuna di Desa Lam Asan Siem dan Desa Kajhu Aceh Besar. *Jurnal Pengabdian Aceh*, 3(3 SE-), 249–255.
<https://doi.org/10.63168/jpa.v3i3.237>
- Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Anak Balita. *JRST (Jurnal Riset Sains Dan Teknologi)*, 6(1), 95.
<https://doi.org/10.30595/jrst.v6i1.12012>
- Sirajuddin, Asbar, R., Nursalim, & Tamrin, A. (2020). Breastfeeding practices can potential to prevent stunting for poor family. *Enfermería Clínica*, 30, 13–17.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.02.007>
- Tadale, D. L., Ramadhan, K., & Nurfatimah, N. (2020). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Terkait Gizi Seimbang Balita untuk Mencegah Stunting Melalui Penyuluhan. *Community Empowerment*, 6(1), 48–53. <https://doi.org/10.31603/ce.4379>
- Te Ku Nor, Tengku Fatin Nadhirah, Wee, Bee Suan, Aung, Myat Moe Thwe, Mohamad, Marhazlina, Ahmad, Aryati, Che Taha, Che Suhaili, Ismail, Karimah Fakhriah, & Shahril, Mohd Razif. (2024). Factors Associated With Malnutrition in Children Under 2 Years Old in Terengganu, Malaysia. *SAGE Open*, 14(2), 21582440241242184.
<https://doi.org/10.1177/21582440241242184>
- Wasihun, A. G., Dejene, T. A., Teferi, M., Marugán, J., Negash, L., Yemane, D., & McGuigan, K. G. (2018). Risk factors for diarrhoea and malnutrition among children under the age of 5 years in the Tigray Region of Northern Ethiopia. *PLOS ONE*, 13(11), e0207743.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0207743>
- Yuniati, D., Ayu Indayanti Ismail, & Novi Aryanti. (2024). Pengolahan Ikan Berbasis Bahan Lokal untuk Makanan Tambahan Pencegah Stunting. *Journal Galung Tropika*, 13(2 SE-Articles), 209–218. <https://doi.org/10.31850/jgt.v13i2.1233>
- Zuriatun Solehah, N., Lastyana, W., Jauhari, M. T., Adrian, J., & Ariani, F. (2023). Local Food-Based Nugget Formulation as Energy and Protein Rich Food for Stunting Toddlers. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 183–189.
<https://doi.org/https://dx.doi.org/10.62870/jgkp.v4i2.24924>
- World Health Organization. (2015). *Stunting In Nutshell*. <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>