



Peningkatan Kapasitas Ibu Rumah Tangga di Pesisir Kalimantan Timur untuk Pencegahan Stunting dengan Konsumsi Ikan Laut

**Lies Permana^{1*}, Tasya Cintya Putri², Ariza Sausan Salsabila³, Syifa Syahira⁴,
Frida Septiya Ayu Putri⁵, Tiara Fadhillah Azhmi⁶, Aji Tiya Merlinda⁷,
Alessandro Kevin Yudhistira⁸, Adit Setiawan⁹**

¹ Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

^{2, 3, 4, 5, 6, 7} Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

⁸ Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

⁹ Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

*Corresponding author: liespermana@fkm.unmul.ac.id

Received 08-09-2025

Revised 25-09-2025

Published 30-09-2025

ABSTRAK

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan yang cukup tinggi di Kalimantan Timur, khususnya wilayah pesisir yang memiliki potensi ikan laut melimpah namun belum dimanfaatkan optimal sebagai sumber protein. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan kapasitas ibu rumah tangga dalam pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan demonstrasi olahan ikan kembung di Kampung Biduk-Biduk, Kabupaten Berau. Metode kegiatan meliputi penyuluhan interaktif tentang stunting dan pentingnya konsumsi ikan, dilanjutkan dengan demonstrasi memasak menu berbasis ikan kembung. Evaluasi dilakukan dengan pretest dan posttest kepada 34 peserta yang terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan, motivasi, dan keterampilan setelah intervensi, dengan p-value 0,000. Peningkatan tertinggi terdapat pada aspek manfaat konsumsi ikan, pengertian stunting, dan cara memilih ikan segar. Kegiatan ini terbukti efektif meningkatkan wawasan dan keterampilan ibu dalam memanfaatkan ikan lokal, sehingga diharapkan mampu berkontribusi pada upaya percepatan penurunan stunting di wilayah pesisir.

Kata kunci: Edukasi Gizi; Ikan Kembung; Pengabdian Masyarakat; Pesisir; Stunting

ABSTRACT

In East Kalimantan, stunting is still a major health issue, especially around the coast where marine fish are available but not used to their full potential as a source of protein. Through nutrition education and mackerel processing demonstrations, this community service project in Biduk-Biduk Village, Berau Regency, seeks to increase housewives' ability to avoid stunting. Interactive education on stunting and the value of eating fish was part of the activity technique. This was followed by cooking demonstrations using mackerel. Thirty-four participants—pregnant women, nursing moms, and mothers of toddlers—were evaluated using pretests and post-tests. With a p-value of 0.000, the results demonstrated a substantial gain in knowledge, motivation, and abilities following the intervention. The areas that saw the biggest growth were understanding stunting, the advantages of eating fish. With a p-value of 0.000, the results demonstrated significant improvements in knowledge, motivation, and abilities following the intervention. The areas that increased the most were knowledge of stunting, the advantages of eating fish, and how to choose fresh fish. Since this activity has been successful in improving mothers' understanding and ability in using local fish, it is expected to support initiatives aimed at accelerated the decrease of stunting in coastal regions.

Keywords: Nutrition Education; Mackerel; Community Service; Coast; Stunting



PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan prevalensi stunting nasional mencapai 21,6%, sementara di Provinsi Kalimantan Timur (Kaltim) angkanya berada di atas target nasional yang ditetapkan sebesar 14% pada tahun 2024 (Munira, 2023). Angka prevalensi stunting di Kaltim tahun 2023, ditemukan juga masih tinggi yakni 17,46% sedikit menurun dibandingkan dengan tahun 2022 sebesar 23,9% (Imran, 2024). Kondisi ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan stunting perlu terus ditingkatkan, khususnya pada wilayah pesisir yang memiliki karakteristik sosial-ekonomi dan geografis berbeda dibandingkan daerah lain. Wilayah pesisir memiliki potensi yang cukup baik dalam menyediakan sumber omega-3 dan omega-6. Namun, tidak semua anak mampu memperoleh asupan yang memadai. Pada keluarga dengan kondisi ekonomi menengah ke bawah, asupan omega-6 umumnya masih berasal dari protein nabati. Sementara itu, protein hewani, khususnya ikan, memang berperan penting sebagai sumber omega-3, tetapi bukan satu-satunya kontributor, sebab harga protein nabati lebih terjangkau (Nirmala & Octavia, 2022).

Dalam hal hasil kelautan, Indonesia memiliki hasil yang melimpah, namun pemanfaatan sumber daya ini seringkali belum optimal (Nurdiansyah & Warsidah, 2024). Sama halnya dengan wilayah pesisir Kaltim juga memiliki potensi sumber daya laut yang melimpah, terutama ikan laut yang kaya akan protein, asam lemak esensial, vitamin, dan mineral yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Data angka konsumsi ikan dari Kementerian Kelautan dan Perikanan RI tahun 2024, didapatkan bahwa Kaltim sedikit di atas dari angka rata-rata nasional (59Kg/Kapita) yakni sebesar 65,49Kg/Kapita. Peningkatan asupan protein pada anak berusia 12–36 bulan mampu mendorong pertumbuhan tinggi badan yang berhubungan erat dengan *catch-up growth* dan perkembangan optimal pada masa *golden age* (Kaimila et al., 2019).

Salah satu wilayah pesisir paling timur Kaltim, yakni Kampung Biduk-biduk, masih ditemukan masalah stunting yang ditemukan melalui observasi lapangan dan telaah data dari puskesmas setempat. Di tahun 2025 sendiri sebanyak 207 anak ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Biduk-Biduk per bulan Februari. Penelitian pada tahun 2019 di Kecamatan Biduk-Biduk, terhadap 121 ibu hamil menunjukkan bahwa 23,2% berada pada usia berisiko, 27,3% memiliki paritas lebih dari dua kali, dan 19% mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) (Dharma, 2019). Kondisi KEK pada ibu hamil menjadi faktor penting yang dapat meningkatkan risiko stunting pada anak, mengingat kekurangan asupan gizi selama kehamilan berdampak pada pertumbuhan janin dan kesehatan anak di masa depan. Kondisi ini cukup memprihatinkan karena daerah dengan potensi hasil laut yang melimpah ternyata belum sepenuhnya memanfaatkan ikan sebagai sumber protein untuk mendukung tumbuh kembang anak. Kegiatan difokuskan pada ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu dengan balita, mengingat peran mereka sangat penting dalam menentukan pola makan

keluarga. Belum ada pendekatan spesifik berbasis pemanfaatan hasil laut lokal yang difokuskan pada peningkatan kapasitas ibu di wilayah pesisir. Pengolahan ikan yang sudah ada pun biasanya dilakukan oleh beberapa pelaku Usaha Mikro Kecil (UMK).

Beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain kurangnya pengetahuan ibu mengenai pentingnya konsumsi ikan laut dalam pemenuhan gizi anak, keterbatasan keterampilan pengolahan ikan menjadi makanan yang menarik dan sesuai untuk anak, serta masih kuatnya preferensi pangan berbasis karbohidrat dengan konsumsi protein hewani yang rendah. Belum lagi permasalahan mitos yang banyak berkembang terhadap konsumsi ikan yang beredar di masyarakat, membuat ibu makin enggan mengonsumsinya. Untuk menggeser pemahaman yang telah lama melekat tersebut, diperlukan penyampaian informasi yang lebih lengkap dan menyeluruh (Prameswari et al., 2019).

Ibu memiliki peran sentral dalam pengasuhan dan pemenuhan gizi anak, sehingga peningkatan kapasitas ibu dalam memahami, memilih, dan mengolah ikan laut menjadi langkah strategis untuk mencegah stunting. Pengetahuan seorang ibu tentang makanan serta beragam olahan ikan dapat membantu dalam menemukan alternatif dan variasi hidangan yang sesuai sekaligus disukai balita. Hal ini menjadi krusial, karena sehebat apapun makanan bergizi yang diberikan, jika balita enggan mengonsumsinya, maka tujuan utama penyediaan makanan bergizi tidak akan tercapai secara optimal (Prameswari et al., 2019). Melalui kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi gizi dan pelatihan pengolahan ikan laut terutama ikan kembung yang melimpah di kampung tersebut. Pelatihan diperuntukkan bagi ibu rumah tangga di Kampung Biduk-biduk dalam pembuatan olahan ikan yang tujuannya untuk penyediaan pangan olahan bayi/balita. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang bahaya stunting dan dampak jangka panjangnya, meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya protein hewani, khususnya ikan, dalam mencegah stunting dan mendorong keluarga untuk menyajikan menu berbasis ikan secara rutin bagi anak-anak dan ibu hamil. Melibatkan ibu rumah tangga dalam intervensi kesehatan dalam keluarga dinilai cukup efektif dalam menciptakan perubahan pengetahuan apalagi bila ditambahkan dengan metode-metode yang melibatkan interaksi langsung dengan peserta (Permana et al., 2025). Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik gizi ibu rumah tangga di wilayah pesisir. Upaya ini diharapkan mampu mendukung percepatan penurunan stunting melalui pemanfaatan potensi lokal yang berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN

Waktu dan tempat

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di kecamatan Biduk-Biduk, Kabupaten Berau Kalimantan Timur. Kecamatan ini terletak di wilayah paling timur Provinsi Kaltim yang berbatasan langsung dengan Laut Sulawesi. Dilaksanakan di kantor Kampung Biduk-biduk pada bulan Juli tahun 2025.

Sasaran

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dihadiri oleh 34 peserta yang terdiri dari 8 ibu hamil, 14 ibu menyusui, dan 12 ibu balita. Pelaksanaan kegiatan juga didampingi oleh dua tenaga kesehatan gizi dari Puskesmas Biduk-Biduk, serta tokoh masyarakat yang membantu memobilisasi peserta.

Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat

Kegiatan dilaksanakan pada beberapa tahapan yaitu observasi awal, identifikasi masalah, perumusan program, pelaksanaan kegiatan, serta evaluasi. Tahap perumusan program dilakukan dengan menyusun intervensi yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat. Pada program edukasi pencegahan stunting melalui konsumsi ikan, perumusan kegiatan dilakukan setelah melalui diskusi dengan tenaga kesehatan Puskesmas Biduk-Biduk dan kader posyandu. Dalam diskusi, peserta menekankan pentingnya meningkatkan konsumsi protein hewani, khususnya ikan laut yang mudah didapat di wilayah pesisir. Oleh karena itu, kegiatan ini dipadukan dengan demonstrasi memasak ikan kembung.

Tahapan persiapan, selain mempersiapkan alat dan bahan yang digunakan, tim juga menyiapkan lembar evaluasi berupa perancangan pretest dan posttest. Alat dan bahan juga dipersiapkan dari pihak Puskesmas Biduk-Biduk sebagai mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Undangan untuk peserta juga disebarkan melalui pihak puskesmas agar sesuai dengan sasaran yang dituju. Persiapan media edukasi juga disusun untuk nantinya diberikan pada saat pelaksanaan program, yakni leaflet.

Pada tahap pelaksanaan program dilakukan edukasi interaktif mengenai stunting dan pentingnya konsumsi ikan bagi tumbuh kembang anak serta pemanfaatan hasil laut sebagai sumber gizi keluarga. Edukasi disampaikan langsung oleh tenaga gizi Puskesmas Biduk-Biduk. Kemudian dilanjutkan melaksanakan demonstrasi pengolahan pangan berbahan dasar ikan kembung. Menu yang dipraktikkan meliputi bola-bola ikan kembung sebagai lauk bergizi tinggi protein, serta MP-ASI ikan kembung sebagai makanan pendamping ASI yang sesuai untuk bayi dan balita. Demonstrasi dilakukan secara sederhana, higienis, dan melibatkan peserta untuk ikut mencoba serta mencicipi hasil olahan.

Sebagai bentuk penguatan edukasi, setiap peserta juga memperoleh leaflet berisi informasi mengenai stunting, tips pemanfaatan ikan dalam menu keluarga, serta resep praktis olahan ikan kembung yang dapat dipraktikkan di rumah. Setelah demonstrasi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif di mana peserta dapat menyampaikan pertanyaan maupun pengalaman seputar pola makan keluarga dan kendala pemanfaatan ikan. Evaluasi program dilaksanakan dengan melakukan pretest dan posttest untuk mengukur perubahan pengetahuan ibu mengenai stunting dan juga melibatkan secara langsung peserta dalam demo masak ikan kembung.

HASIL KEGIATAN

Adapun hasil dari pengabdian masyarakat ini adalah hasil dari pretest yang dilakukan sebelum dilaksanakan kegiatan sosialisasi dan demonstrasi masak dan posttest yang dilakukan setelah intervensi tersebut yang merupakan bagian dari evaluasi hasil. Selain itu juga hasil dari praktik demonstrasi masak yang dilakukan dengan melibatkan secara aktif para peserta yang merupakan bagian dari evaluasi proses. Peserta berusia 20 – 37 tahun, dengan keseluruhan adalah ibu rumah tangga. Peserta tidak hanya berasal dari kampung Biduk-Biduk, namun juga berasal dari kampung sekitar seperti Kampung Giring-giring, Kampung Teluk Sulaiman, Kampung Pantai Harapan dan Kampung Tanjung Perepat.

Secara keseluruhan, terjadi peningkatan signifikan dari pretest ke posttest pada semua aspek pengetahuan, motivasi, dan keterampilan. Jumlah jawaban benar peserta pada posttest selalu meningkat, dengan penurunan jumlah jawaban salah. Aspek yang paling tinggi peningkatannya adalah manfaat konsumsi ikan, pengertian stunting, serta cara memilih ikan segar.



Gambar 1. Proses penyampaian informasi

Tabel 1. Distribusi jawaban pretest dan posttest peserta

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	Benar	Salah	Benar	Salah
Mengetahui pengertian stunting	19	15	28	6
Mengetahui dampak jangka panjang stunting pada anak	20	14	29	5
Mengetahui manfaat konsumsi ikan untuk pertumbuhan balita	21	13	30	4
Mengetahui frekuensi konsumsi ikan yang dianjurkan dalam seminggu	19	15	28	6
Mengetahui cara memilih ikan segar sebagai bahan pangan	20	14	29	5

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	Benar	Salah	Benar	Salah
Motivasi meningkatkan konsumsi ikan dalam keluarga	19	15	26	8
Kesediaan mencoba resep olahan ikan kembung di rumah	23	11	27	7
Pemahaman langkah-langkah sederhana mengolah ikan untuk MP-ASI	21	13	29	5

Aspek yang masih perlu ditingkatkan motivasi meningkatkan konsumsi ikan dalam keluarga, karena masih ada 8 orang yang belum sepenuhnya memahami atau terdorong untuk makan ikan. Salah satu alasan masyarakat Indonesia belum terbiasa mengonsumsi ikan adalah karena masih minimnya pengetahuan tentang manfaat ikan, distribusinya yang belum merata terutama ke daerah jauh dari pantai, dan kebiasaan yang lebih menyukai daging ayam maupun sapi. Sudah banyak upaya yang dilakukan pemerintah Indonesia dalam meningkatkan kesadaran tentang manfaat kesehatan dengan mengonsumsi ikan. Dalam penerapan perikanan berkelanjutan, dibangun kerja sama antara para pemangku kepentingan dengan Marine Stewardship Council (Nurdiansyah & Warsidah, 2024).

Dalam hasil pretes dan posttest peserta yang mengikuti kegiatan intervensi, ditemukan pengetahuan yang kurang baik dengan persentase 41,2% sebelum diberikan sosialisasi dan menurun menjadi 11,8% setelah dilakukan intervensi. Hasil perbedaan pretest dan posttest juga diuji dengan menggunakan uji beda Wilcoxon untuk melihat perbedaan antara sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan dengan nilai *p-value* 0.000. adanya peningkatan pengetahuan ibu ini merupakan upaya yang baik karena semakin tinggi pengetahuan seorang ibu, semakin baik pula pemahamannya mengenai jenis dan porsi makanan yang tepat bagi seluruh anggota keluarga, termasuk balita. Hal ini berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan keluarga serta membantu mencegah terjadinya masalah gizi (Dewi et al., 2018).

Tabel 2. Uji beda hasil pretest dan posttest

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah		<i>P-value</i>
	N	%	N	%	
Kurang baik	14	41,2	4	11,8	0,000
Baik	20	58,8	30	88,2	

Setelah dilakukan edukasi, tahap selanjutnya adalah demonstrasi masak menggunakan ikan kembung. Di dalam kegiatan ini, melibatkan secara langsung para peserta untuk mengikuti tahap demi tahap yang dilakukan. Adapun kegiatan yang dilakukan menggunakan bahan antara lain kentang, ikan kembung, tepung dan bumbu masakan. Menu yang dipraktikkan meliputi bola-bola ikan kembung sebagai lauk bergizi tinggi protein, serta MP-ASI cah ikan kembung sebagai makanan pendamping ASI yang sesuai untuk bayi dan balita. Demonstrasi dilakukan secara sederhana,

higienis, dan melibatkan peserta untuk ikut mencoba serta mencicipi hasil olahan. Kegiatan ini berjalan sekitar satu jam dimulai dari persiapan sampai dengan tahap penyelesaian. Demonstrasi memasak dengan variasi menu yang menggunakan bahan sederhana dan mudah dijangkau dapat meningkatkan ketertarikan sekaligus memperluas pengetahuan peserta (Ramadhani et al., 2024).

Bahan pangan yang mudah didapatkan karena ikan kembung banyak terdapat di perairan kampung Bidung-biduk dan sekitarnya. Ikan kembung dipilih sebagai bahan karena kandungan gizinya tinggi, khususnya omega-3 (2,6 g) yang lebih besar dibanding salmon (1,4 g). Omega-3 berperan penting bagi pertumbuhan anak, mendukung kesehatan jantung, serta bersifat antiinflamasi. Selain bergizi, ikan kembung mudah diperoleh dan harganya terjangkau (Mukhtar et al., 2024). Selain itu bahan seperti kentang juga mudah didapatkan dan sangat baik untuk pertumbuhan balita. Minimal empat kelompok makanan dalam menu anak menjadi indikator keragaman pangan, yang berkaitan dengan kualitas diet lebih baik, baik pada anak dengan maupun tanpa ASI. Empat kelompok makanan tersebut berasal dari tujuh kelompok makanan seperti umbi-umbian, dan biji-bijian, kacang-kacangan, susu dan produk olahannya, daging, telur, buah dan sayur sumber vitamin A, serta buah dan sayur lainnya (Aryani et al., 2021).



Gambar 2. Bahan baku ikan dan hasil demonstrasi masak

Peningkatan skor pengetahuan setelah kegiatan menunjukkan bahwa kombinasi penyuluhan dan demonstrasi masak tidak hanya menambah wawasan, tetapi juga membantu peserta menguasai keterampilan praktis serta menumbuhkan sikap positif terhadap konsumsi ikan dalam keluarga. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Al Amin et al., 2024), pendekatan pencegahan stunting memerlukan upaya holistik melalui pemenuhan gizi seimbang, penyuluhan dan demonstrasi masak terbukti

efektif meningkatkan pemahaman serta keterampilan masyarakat dalam mengolah bahan pangan lokal kaya protein. Metode edukasi berbasis praktik ini mendorong partisipasi aktif peserta, sehingga lebih mudah diadopsi dalam kehidupan sehari-hari dan berkontribusi pada pembentukan perilaku hidup sehat yang mendukung pencegahan stunting. Demonstrasi praktis efektif meningkatkan pemahaman dan kreativitas ibu dalam menyiapkan makanan bergizi, sekaligus mempromosikan penggunaan pangan lokal terjangkau untuk mendukung upaya penurunan stunting (Ayuningrum et al., 2024).



Gambar 3. Proses demonstrasi masak pengolahan makanan bola ubi ikan

Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap peserta terhadap konsumsi ikan sebagai sumber protein keluarga. Sebanyak 76% peserta menyatakan termotivasi untuk meningkatkan frekuensi konsumsi ikan, sedangkan 70% bersedia mencoba resep baru olahan ikan kembung di rumah. Antusiasme ini terlihat dari keaktifan peserta dalam diskusi, banyaknya pertanyaan yang diajukan, serta partisipasi langsung pada sesi demonstrasi memasak, mulai dari mendokumentasikan, mencoba sendiri, hingga bertanya mengenai keamanan penggunaan bahan tambahan. Umpan balik yang diberikan juga menegaskan bahwa materi dan praktik yang disampaikan mudah dipahami, sesuai kebutuhan, dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan meningkatnya motivasi untuk makan ikan ini, diharapkan orang tua terutama ibu dapat membiasakan anak gemar makan ikan, karena ikan lebih mudah dicerna dibanding daging lain dan dapat dikonsumsi oleh semua kelompok usia termasuk balita (Mahrus et al., 2019).

Luaran kegiatan meliputi leaflet edukasi, dokumentasi program, serta resep olahan berbahan ikan kembung, seperti bola-bola ikan dan MP-ASI ikan kembung, yang dapat menjadi alternatif menu sehat dan terjangkau. Keberlanjutan program didorong melalui integrasi dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang telah berjalan di Puskesmas bersama kader posyandu. Kader berperan dalam distribusi PMT dan pemantauan pertumbuhan balita melalui posyandu bulanan, sedangkan

Puskesmas melakukan monitoring serta pendampingan teknis. Sinergi ini diharapkan mampu menjaga kesinambungan upaya pencegahan stunting, sehingga dampak positif kegiatan tim pengabdian masyarakat tidak berhenti pada saat program berlangsung, tetapi berlanjut melalui layanan kesehatan primer. Media cetak seperti leaflet yang disusun secara kontekstual efektif meningkatkan pemahaman gizi, terlebih jika dipadukan dengan resep lokal bergizi, keterlibatan kader Posyandu, serta integrasi program PMT (Setyawan et al., 2025). Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku konsumsi gizi di tingkat rumah tangga secara berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Kampung Biduk-Biduk berhasil meningkatkan pengetahuan, motivasi, dan keterampilan ibu rumah tangga terkait pencegahan stunting melalui konsumsi ikan laut, khususnya ikan kembung. Terdapat perbedaan signifikan antara hasil pretest dan posttest, menunjukkan bahwa kombinasi penyuluhan dan demonstrasi masak efektif memperkuat pemahaman serta keterampilan praktis peserta. Pemanfaatan ikan kembung sebagai bahan pangan lokal yang bergizi, mudah diperoleh, dan terjangkau menjadi strategi tepat untuk mendukung pemenuhan gizi keluarga. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku konsumsi dan berkontribusi pada penurunan angka stunting di wilayah pesisir Kalimantan Timur.

Diperlukan pendampingan berkelanjutan kepada ibu rumah tangga agar keterampilan mengolah ikan dapat terus dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Pemerintah daerah dan tenaga kesehatan di Puskesmas diharapkan dapat memperluas kegiatan serupa ke wilayah pesisir lain dengan menyesuaikan pada potensi lokal masing-masing. Selain itu, kolaborasi dengan pelaku UMKM pengolahan ikan dapat menjadi strategi untuk memperkuat ketersediaan pangan bergizi sekaligus mendukung perekonomian masyarakat. Penelitian lebih lanjut juga disarankan untuk menilai dampak jangka panjang intervensi ini terhadap status gizi dan prevalensi stunting anak di wilayah pesisir.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu kegiatan pengabdian masyarakat ini, terutama pada pihak Puskesmas Biduk-Biduk serta seluruh masyarakat yang mengikuti kegiatan ini sampai selesai. Terima kasih juga kami ucapkan kepada pihak LPPM Universitas Mulawarman yang telah memberikan kesempatan untuk mendapatkan pendanaan dalam kegiatan dan publikasi ini dalam rangka KKN ke-51 tematik Generasi Sehat tahun 2025.

DAFTAR PUSTAKA

Al Amin, M. K., Izqia, S. N., Astuti, E. Z., Phudaro, M. N., Hikmah, N. M., Hutami, F. F., Putri, D. J., Qotrunnada, S., Husna, A., Fasa, A. M., Nurhalimah, S., Syahrin, A. K. A., Febriani, Oktavianto, M. I., & Muhammad, A. W. (2024). Penyuluhan dan Demo

- Masak dalam Upaya Pemberdayaan Ekonomi Kreatif Masyarakat sebagai Peningkatan Kesejahteraan dan Upaya Pencegahan Stunting. *Kegiatan Positif: Jurnal Hasil Karya Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 183–189. <https://doi.org/10.61132/kegiatanpositif.v2i1.838>
- Aryani, D., Krisnasary, A., & Simanjuntak, B. Y. (2021). Pemberian Makanan Pendamping ASI dan Keragaman Konsumsi Sumber Vitamin A dan Zat Besi Usia 6-23 Bulan di Provinsi Bengkulu (Analisis Data SDKI 2017). *Journal of Nutrition College*, 10(3).
- Ayuningrum, L. D., Muslihah, T., Kholifatun, N., & Noviantoro, A. (2024). Pelatihan Menu Sehat Ibu Hamil dan Balita dengan Pangan Lokal sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Korowelanganyar Kendal. *Jurnal SOLMA*, 13(3), 2676–2685. <https://doi.org/10.22236/solma.v13i3.16486>
- Dewi, P. F. A., Widarti, I. G. A. A., & Sukraniti, D. P. (2018). Pengetahuan Ibu Tentang Ikan Dan Pola Konsumsi Ikan Pada Balita Di Desa Kedonganan Kabupaten Badung. *Journal of Nutrition Science*, 7(1).
- Dharma, I. P. P. S. (2019). Paritas sebagai Faktor Risiko Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Kecamatan Biduk-Biduk Kabupaten Berau. *Indonesian Journal of Obstetrics & Gynecology Science e*, 2.
- Imran, M. (2024). Angka Stunting di Kaltim Menurun Drastis Hingga 14 Persen. *Radio Republik Indonesia*.
- Kaimila, Y., Divala, O., Agapova, S. E., Stephenson, K. B., Thakwalakwa, C., Trehan, I., Manary, M. J., & Maleta, K. M. (2019). Consumption of animal-source protein is associated with improved height-for-age Z scores in rural malawian children aged 12–36 months. *Nutrients*, 11(2). <https://doi.org/10.3390/nu11020480>
- Mahrus, Zulkifli, L., Rasmi, D. A. C., Sedijani, P., & Bahri, S. (2019). Penyuluhan Gerakan Makan Ikan Laut Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Di SMPN 2 Gunungsari Kabupten Lombok Barat. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 1(2), 17–21.
- Mukhtar, A. N., Dewi, K. A. S., Wabarobo, W., Rohmah, F., Solihin, A., Shafira, Rahma N.S, A., Hajar, D. I., Adi A, S., Afiq M, M., Ferdi, N., Miftakhul, R., & Lestari, E. J. (2024). Pemanfaatan Ikan Kembung untuk MPASI Inovatif Berbasis Pangan Lokal di Desa Terlangu, Brebes. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 2024.
- Munira, S. L. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Nirmala, I. R., & Octavia, L. (2022). Peran Makanan Laut Sumber Protein dan Anak Stunting di Wilayah Pesisir. *Jurnal Stunting Pesisir Dan Aplikasinya*, 1(2). <https://doi.org/10.36990/jspa.v1i2.707>
- Nurdiansyah, S. I., & Warsidah. (2024). Sosialisasi Pengolahan Makanan Sehat Hasil Perikanan Laut Dalam Usaha Peningkatan Kesehatan Keluarga. *Journal of Maritime Empowerment*, 6(2). <https://ojs.umrah.ac.id/index.php/jme>

- Permana, L., Ifroh, R. H., & Yuniar, D. (2025). Peningkatan Peran Ibu Rumah Tangga Melawan Asap Rokok dalam Rumah melalui Edukasi Interaktif dan Permainan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 6(2), 103–110. <https://doi.org/https://doi.org/10.32807/jpms.v6i2.1108>
- Prameswari, G. N., Kurnia, A. R., & Susilo, M. T. (2019). Peningkatan Pengetahuan Ibu melalui Penyuluhan dan Pelatihan Pembuatan Makanan Olahan Ikan. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*, 3(3), 469–478. <https://doi.org/10.15294/higeia/v3i3/25155>
- Ramadhani, N., Abdillah, M. N., Mandhegani, M., Larasati, A. T., Zahrah, A., Albab, S. U., Salwa, N., Nurhidayat, A. S., Suryani, A. L., Hakim, M. Z., & Krisnatuti, D. (2024). Penyuluhan Gizi Balita dan Demonstrasi Memasak MP-ASI di Desa Dramaga, Bogor. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat (PIM)*, 6(Khusus), 109–116. <https://doi.org/10.29244/jpim.6.khusus.109-116>
- Setyawan, M. R., Hidayah, T. Y., Wibowo, N. A. R., Setyaningrum, D., Trisanti, N. E., Kurniawati, S. Y., Putri, D., Rais, M. R. F., Damayanti, K. S., Rifa'i, M. R., & Hartono, B. (2025). Efektivitas Leaflet Menu PMT dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu terhadap Pencegahan Stunting di Kelurahan Jurang, Temanggung. *Pelayanan Unggulan: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terapan*, 2(3), 1–10. <https://doi.org/10.62951/unggulan.v2i2.1951>