

## Edukasi Pengolahan Nugget Ikan Lele Sebagai Produk Unggulan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting

Sustiyah<sup>1</sup>, Angely Eunike Wulansari<sup>2\*</sup>, Tresia A.L.E. Ambarita<sup>1</sup>, Aria Gantiku<sup>3</sup>,

<sup>1</sup>Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Palangka Raya

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris, FKIP Universitas Palangka Raya

<sup>3</sup>Pendidikan Matematika, FKIP Universitas Palangka Raya

Email: angelywulansr@gmail.com

### Abstrak

*Stunting* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu tingkat pendidikan orang tua, status sosial dan ekonomi rumah tangga, serta minimnya penyuluhan tentang *stunting* dan akses layanan kesehatan. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia, pada tahun 2023, Kabupaten Kapuas mencatat angka prevalensi *stunting* sebesar 16,2%, termasuk di Kecamatan Kapuas Hilir khususnya di Desa Saka Batur. Penurunan angka *stunting* juga merupakan salah satu prioritas pemerintah Kabupaten Kapuas karena akan berdampak positif bagi kualitas perkembangan masyarakat. Oleh karena itu, Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Saka Batur bertujuan untuk memberikan edukasi sosialisasi dan pendampingan pentingnya pencegahan *stunting* bagi ibu hamil dan balita melalui program kerja Pengolahan Nugget Ikan Lele sebagai produk unggulan ketahanan pangan. Metode yang digunakan adalah sosialisasi melalui penyuluhan pentingnya pengetahuan, pencegahan, dan dampak *stunting*, serta pendampingan pembuatan nugget ikan lele. Kegiatan ini diikuti oleh 32 orang dan mendapatkan respon positif oleh masyarakat karena ikan lele diternak oleh kelompok masyarakat setempat dan merupakan program unggulan, sehingga keberlanjutan produk nugget ini dapat menjadi salah satu pilihan dalam memenuhi kebutuhan gizi dan menjadi aset untuk meningkatkan pendapatan masyarakat Desa Saka Batur.

**Kata Kunci:** *nugget ikan lele, stunting*

### Abstract

Stunting can be influenced by several factors, including parental education levels, household socioeconomic status, and the lack of education about stunting and access to healthcare services. According to data from the Survei Layanan Kesehatan, in 2023, Kapuas Regency recorded a stunting prevalence rate of 16.2%, particularly in Kapuas Hilir District, specifically in Saka Batur Village. Reducing the stunting rate is also one of the priorities of the Kapuas Regency government, as it would positively impact the quality of community development. Therefore, the Community Service Program (KKN) in Saka Batur Village aims to provide education and assistance on the importance of preventing stunting for pregnant women and toddlers through a program focused on catfish nuggets as a flagship food security product. The methods used include raising awareness through education on the importance, prevention, and impact of stunting, as well as assisting in the production of catfish nuggets. This activity was attended by 32 people and received positive feedback from the locals, as the catfish are farmed by local community groups and the program is a flagship initiative. Therefore, the sustainability of this nugget product can be a valuable option in meeting nutritional needs and serve as an asset to increase the income of the residents of Saka Batur Village.

**Keywords:** *catfish nugget, stunting*

### Pendahuluan

*Stunting*, atau kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, adalah masalah kesehatan yang serius di banyak daerah di Indonesia karena mengalami peningkatan 1,3% dari tahun 2007 sampai 2018. Seorang anak dapat

dikatakan *stunting* jika pertumbuhannya terganggu selama periode emas 1000 hari pertama kehidupan atau dari awal kehamilan sampai anak berusia 24 bulan. Faktor utama pendorong peningkatan angka *stunting* adalah tingkat pendidikan orang tua, status sosial, ekonomi rumah tangga, dan

minimnya penyuluhan tentang *stunting* dan akses layanan kesehatan (Vaivada *et al.*, 2020). Dengan pengadaan air bersih berupa penggalian sumur bor dan pembuatan toilet/jamban bagi masyarakat kurang mampu, serta kegiatan posyandu rutin adalah salah satu inisiatif yang diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya *stunting*.

Kabupaten Kapuas adalah salah satu kabupaten di Kalimantan Tengah yang mengalami penurunan angka *stunting* dari tahun 2022 sebesar 20,1% menjadi 16,2% ditahun 2023, atau mengalami penurunan sebesar 3,9%. Penurunan angka *stunting* merupakan salah satu pencapaian yang cukup signifikan bagi Kabupaten Kapuas, namun angka tersebut masih dianggap memiliki prevalensi yang cukup tinggi, sehingga perlu penurunan agar mencapai angka ideal di bawah 15%. Pengetahuan masyarakat tentang bahaya *stunting* juga menjadi sorotan. Jika berkaca pada penurunan angka *stunting*, dapat disimpulkan bahwa masyarakat sebenarnya cukup awas akan bahaya serta dampak dari *stunting*, namun bimbingan dan pengawasan dari pemerintah tentang pengontrolan angka *stunting* menjadi hal yang wajib untuk selalu diperhatikan. Dampak negatif dari *stunting* itu sendiri telah dibuktikan oleh beberapa studi, seperti penurunan prestasi anak (Picauly dan Toy, 2013), gangguan emosi dan perilaku (Walker *et al.*, 2007), dan peningkatan resiko penyakit degeneratif (Crookston *et al.*, 2010).

Salah satu pendekatan untuk mengurangi *stunting* adalah dengan memberdayakan masyarakat dalam bidang ekonomi dan pangan. Dengan tingginya angka *stunting* di Desa Saka Batur, membuat mahasiswa KKN tergerak untuk membantu dengan program sosialisasi dan pendampingan pengolahan produk ikan lele. Ikan lele merupakan bahan dasar nugget diperoleh dari hasil budidaya kelompok masyarakat Desa Saka Batur yang jumlahnya berlimpah dan dipasarkan dalam produk mentah, padahal ikan lele

merupakan sumber gizi yang dapat menjadi bahan dasar produk olahan makanan. Habib menyatakan bahwa ekonomi kreatif menjadi salah satu konsep penting dalam pemberdayaan masyarakat (Habib, 2021). Mahasiswa KKN memanfaatkan potensi lokal yaitu ikan lele yang sebelumnya telah dan sedang dikembangkan oleh beberapa kelompok masyarakat Desa Saka Batur, sehingga tidak hanya bertujuan membantu meningkatkan kesadaran warga akan pentingnya mencegah *stunting*, mahasiswa KKN juga berharap dengan produk nugget ikan lele, nantinya akan meningkatkan perekonomian masyarakat di Desa Saka Batur.

### Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan kegiatan di Desa Saka Batur menggunakan metode yang digunakan adalah sosialisasi melalui penyuluhan pentingnya pengetahuan, pencegahan, dan dampak *stunting*, serta pendampingan pembuatan nugget ikan lele. Pendekatan ini bertujuan untuk memastikan bahwa program dan kegiatan yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan desa. Tahap ini dimulai dengan identifikasi kebutuhan desa melalui survei lapangan dan diskusi kelompok. Data dan informasi yang diperoleh dari masyarakat digunakan untuk menyusun rencana kerja/kegiatan. Setelah rencana disusun, kegiatan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan.

Desa Saka Batur memiliki program ketahanan pangan melalui budidaya ikan lele dan pisang sebagai potensi sumber daya lokal yang berlimpah untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Kedua bahan tersebut merupakan bahan dasar untuk membuat makanan olahan yang sangat penting dalam rangka menurunkan angka *stunting*, sehingga diputuskan untuk mengembangkan produk olahan berbasis ikan lele. Ikan lele merupakan salah satu produk perikanan yang melimpah dan memiliki nilai gizi tinggi yang dapat diolah menjadi nugget.

Sosialisasi mengenai pembuatan nugget ikan lele dilakukan untuk memperkenalkan konsep, manfaat, pengetahuan, pencegahan, dan dampak *stunting* serta teknik pembuatan nugget kepada masyarakat Desa Saka Batur yang dilaksanakan pada hari Jumat, 26 Juli dan Rabu, 14 Agustus 2024 di Balai Desa.

#### 1. Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan merupakan tahap pertama yang dilakukan mahasiswa KKN di Desa Saka Batur. Tahap ini dilakukan untuk mendesain kemasan dan label (stiker logo) yang nantinya akan dimuat dalam logo nugget lele. Final logo produk nugget lele memiliki unsur utama yaitu ikan lele sebagai bahan utama dalam produk, identitas desa asal produk nugget lele dibuat yaitu “Desa Saka Batur” sehingga konsumen akan langsung tahu dimana produk tersebut berasal.

#### 2. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan, mahasiswa KKN mempersiapkan peralatan dan bahan yang digunakan, serta melakukan analisis usaha nugget lele, melakukan uji coba pengolahan nugget lele, serta melakukan cetak stiker logo yang nantinya akan ditempel pada *standing pouch*.

#### 3. Pembuatan Produk

Pembuatan produk dilakukan setelah bahan dan alat yang disiapkan dengan lengkap. Tahapan pembuatan produk Nugget Ikan Lele yaitu sebagai berikut:

- a. Daging ikan lele dipisahkan dari kulit dan tulang, selanjutnya dicopper/blender bersamaan dengan bawang putih, kemudian tuangkan ke wadah yang cukup besar.
- b. Mencampur bahan-bahan yang sudah disediakan seperti; telur, tepung terigu, garam, lada, dan kaldu bubuk kedalam wadah yang sudah diisi daging ikan, dan aduk hingga tercampur merata menjadi adonan nugget ikan lele.
- c. Menyiapkan loyang yang sudah diolesi minyak goreng menggunakan kuas, dan menuangkan adonan nugget ikan lele tersebut ke dalam loyang,

- d. Memasukkan air ke panci kukus dan menyalakan kompor hingga air kukusan mendidih, selanjutnya adonan nugget ikan lele yang ada dalam loyang dimasukkan. Ditunggu hingga 30 menit dan ditusuk menggunakan garpu, jika adonan tidak menempel artinya nugget ikan lele sudah matang, lalu pindahkan ke wadah.
- e. Jika adonan sudah dingin, dipotong-potong atau dicetak, kemudian potongan tersebut dibaluri menggunakan adonan basah dari tepung terigu ditambah air dan ditaburi tepung panir. Adonan Nugget Ikan Lele Mentah, siap dimasukan kedalam kemasan dan simpan di Freezer beberapa menit, lalu Nugget siap digoreng dan disajikan.
- f. Setelah produk siap dikonsumsi dan dipasarkan. Pemasaran dapat dilakukan dengan menggunakan media sosial dan penjualan langsung.

#### 4. Sosialisasi

Setelah segala tahap telah dilewati, melakukanlah sosialisasi kepada masyarakat guna meningkatkan pengetahuan serta kesadaran akan pentingnya meningkatkan ketahanan pangan yang memiliki nilai gizi tinggi untuk pencegahan *stunting* pada balita dan ibu hamil di Desa Saka Batur. Sosialisasi cara pembuatan nugget ikan lele dan paparan pentingnya perbaikan gizi bagi balita dan ibu hamil, serta potensi lokal seperti ikan lele dapat dimanfaatkan sebagai terobosan dan alternatif yang mudah dijangkau oleh masyarakat setempat (Desa Saka Batur) dilakukan tanggal 14 Agustus 2024.

#### Hasil dan Pembahasan

Mahasiswa KKN di Desa Saka Batur membantu memberikan sosialisasi kepada masyarakat tentang produk dan pemasaran nugget ikan lele sebagai terobosan baru dalam mengolah ikan lele yang berlimpah di Desa Saka Batur, sehingga pengetahuan dan keterampilan masyarakat meningkat.

Dalam melaksanakan kegiatan sosialisasi, mahasiswa KKN juga membuat logo untuk memberikan ciri khas pada nugget lele Desa Saka Batur. Logo tersebut diharapkan mampu menjadi wajah atau ikon Desa Saka Batur, sehingga memiliki perbedaan dan ciri khas yang akan membedakannya dengan nugget lain yang berada di pasaran. Logo yang dibuat memiliki motif ikan lele sebagai objek utama sehingga dapat menarik minat pembeli.

1. Hasil kegiatan sosialisasi tentang produk dan pemasaran nugget ikan lele di Desa Saka Batur, Kecamatan Kapuas Hilir, Kabupaten Kapuas yang dilaksanakan tanggal 14 Agustus 2024 sebagai berikut:  
Pembuatan logo

Pembuatan logo dilakukan sebelum sosialisasi, dimana mahasiswa KKN berembuk dan merancang logo yang nantinya akan disetujui bersama. Logo kemudian diserahkan pada tanggal 24 Juli

2024. Logo pembuatan nugget ikan lele disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Logo Nugget Ikan Lele

2. Sosialisasi pembuatan nugget ikan lele

Kegiatan sosialisasi diadakan pada tanggal 14 Agustus 2024 pukul 09:00 di balai Desa Saka Batur, yang dihadiri 32 orang di antaranya adalah oleh PJ Kepala Desa, sekretaris desa, perangkat desa, ibu-ibu PKK, dan masyarakat lokal. Dalam sosialisasi ini, mahasiswa KKN mengenalkan produk beserta manfaat di dalamnya kepada masyarakat desa (Gambar 2).

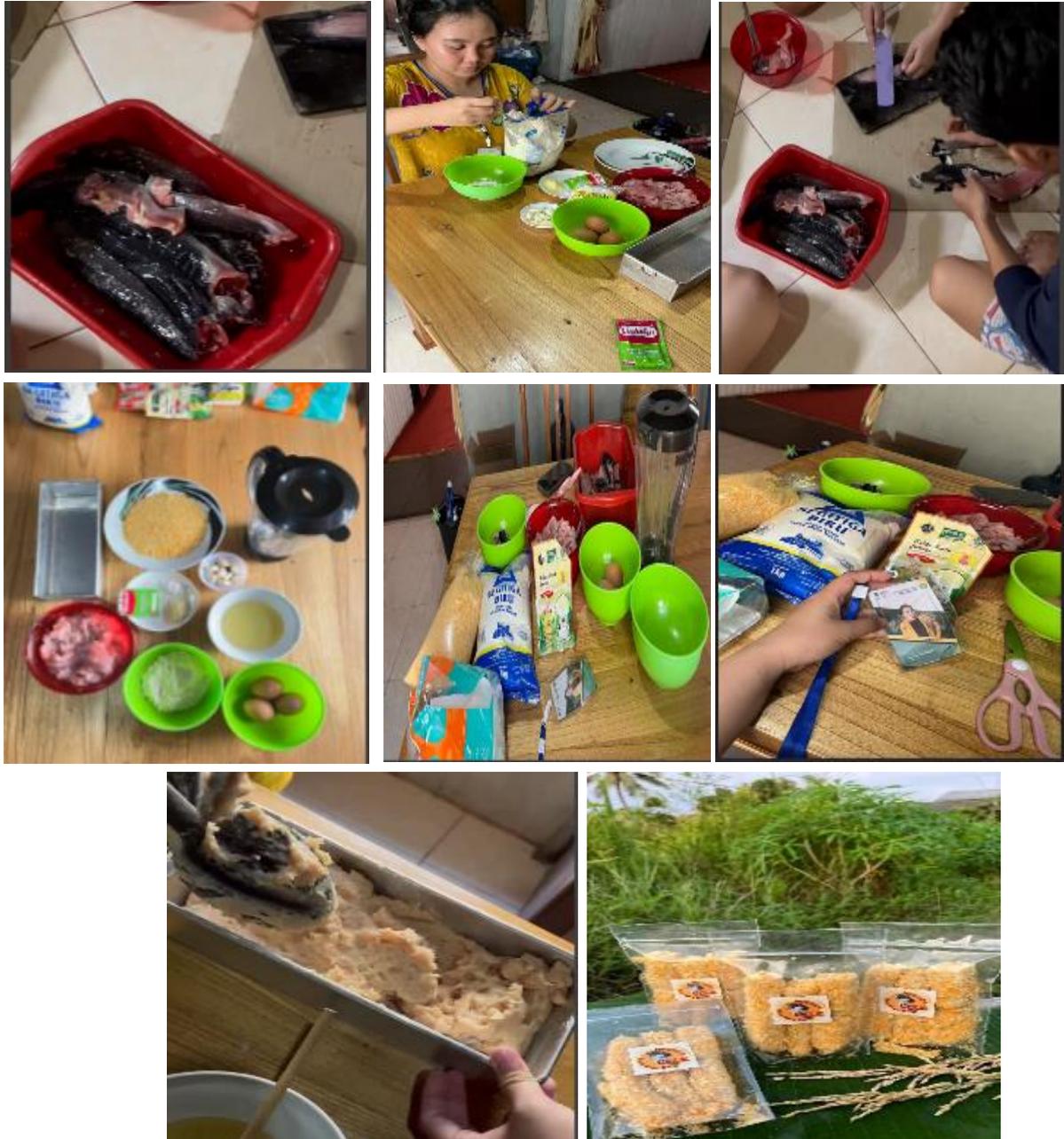


Gambar 2. Sosialisasi Produk Nugget Lele

### 3. Praktik tahapan pembuatan nugget ikan lele

Praktik pembuatan nugget ikan lele dilakukan kepada masyarakat Desa Saka

Batur yang dilaksanakan pada hari Jumat, 26 Juli 2024 di rumah ketua BPD. Tahapan pembuatan nugget ikan lele disajikan pada Gambar 3.



Gambar 3. Tahapan Pengolahan Produk Nugget Lele

### 4. Sosialisasi tentang pemasaran nugget ikan lele

Sosialisasi tentang pemasaran nugget lele dilakukan setelah sesi pengenalan produk nugget lele. Dalam sosialisasi

tentang pemasaran nugget lele, mahasiswa KKN menjelaskan tentang teknik pemasaran yang dapat dilakukan secara *online* (melalui sosial media), ataupun secara tatap muka untuk meningkatkan

jangkauan pembeli. Dengan sosialisasi ini diharapkan masyarakat desa tidak hanya bergantung pada penjualan secara tatap muka, melainkan nantinya dapat memanfaatkan teknologi yang ada untuk kegiatan jual beli (Gambar 4).



Gambar 4. Sosialisasi Pemasaran Nugget Lele

## 5. Respon Masyarakat

Kegiatan sosialisasi pembuatan nugget ikan lele di Desa Saka Batur memperoleh banyak respon positif dari masyarakat, terutama ibu-ibu PKK yang beranggapan bahwa program pembuatan nugget lele merupakan salah satu pemanfaatan sumber daya lokal yang dapat ditemukan dengan mudah. Masyarakat juga berpendapat bahwa peralatan dan juga bahan-bahan yang dibutuhkan untuk membuat nugget ikan lele mudah dicari dan ditemukan di warung-warung, sehingga memungkinkan untuk membuaat nugget sendiri di rumah. Selain dari berbagai respon positif yang diberikan, masyarakat setempat juga berharap agar mendapatkan PPT lengkap cara membuat nugget ikan lele yang kemudian setelah sosialisasi langsung dibagikan oleh mahasiswa KKN.

Bapak Sekretaris Desa Saka Batur juga mengapresiasi kegiatan pembuatan nugget ikan lele ini, menurutnya kegiatan ini akan sangat membantu kelompok ibu-ibu rumah tangga karena dapat menjadi salah satu ide usaha ia merasa bahwa ibu-ibu nantinya akan lebih bersemangat untuk belajar dan mencoba resep baru. *“Inisiatif pembuatan nugget ini kami harapkan bisa membantu ibu-ibu rumah tangga dalam*

*berkreasi dan melakukan usaha karena laki-laki di Desa Saka Batur banyak yang merantau sehingga dengan nugget ini setidaknya dapat menjadi salah satu rutinitas dalam mengembangkan usaha.”*

Kegiatan ini diikuti oleh 32 orang dan mendapatkan respon positif oleh masyarakat karena ikan lele diternak oleh kelompok masyarakat setempat dan merupakan program unggulan, sehingga keberlanjutan produk nugget ini dapat menjadi salah satu pilihan dalam memenuhi kebutuhan gizi dan menjadi aset untuk meningkatkan pendapatan masyarakat Desa Saka Batur.

## Kesimpulan dan Saran

Program edukasi pemberdayaan kemampuan masyarakat dalam mencegah *stunting* pada balita dan ibu hamil melalui pembelajaran pengolahan nugget ikan lele di Desa Saka Batur, Kecamatan Kapuas Hilir, Kabupaten Kapuas dapat menambah pengetahuan dan keterampilan praktis Masyarakat dalam pengembangan produk pangan lokal yang bergizi yang menjadi strategi efektif untuk meningkatkan ketahanan pangan dan kesehatan anak-anak di desa tersebut.

Produk nugget ikan lele yang dihasilkan memiliki potensi besar sebagai produk unggulan desa yang dapat meningkatkan pendapatan masyarakat sekaligus memenuhi kebutuhan gizi balita dan ibu hamil, sehingga berkontribusi langsung dalam upaya pencegahan *stunting*.

Pengetahuan tambahan mengenai manajemen usaha, strategi pemasaran, dan branding produk, dapat membantu mengembangkan usaha secara berkelanjutan, sehingga produk nugget ikan lele dapat menjangkau pasar yang lebih luas dan memberikan manfaat ekonomi yang lebih besar bagi masyarakat, serta menjalin kolaborasi yang lebih erat dengan pemerintah daerah, lembaga swadaya masyarakat (LSM), dan sektor swasta, sehingga memiliki peluang yang lebih besar untuk bertahan dan berkembang dalam

jangka panjang. Diharapkan kegiatan ini dapat berdampak positif, berkontribusi lebih jauh dalam upaya nasional untuk mencegah *stunting* dan meningkatkan ketahanan pangan di Desa Saka Batur.

### Daftar Pustaka

- Aliyyah, R. R., Rahmawati, R., Septriyani, W., Safitri, J., dan Ramadhan, S. N. P. 2021. Kuliah kerja nyata: pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan pendampingan pendidikan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(2), 663-676.
- Amar, M. I., Martana, B., Rizal, R., dan Hidayati, A. N. 2022. Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Masyarakat Tentang Pengolahan Hasil Budidaya Ikan Lele Melalui Diversifikasi Pada Olahan Ikan Lele. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(2), 1340-1348.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2024 Riset Kesehatan Dasar Indonesia
- Crookston B, Penny M, Alder SC, Dickerson T, Merrill RM, Stanford J, Porucznik CA, Dearden KA, 2010. Children Who Recover from Early Stunting and Children Who Are Not Stunted Demonstrate Similar Levels of Cognition. *American Society for Nutrition*. doi: 10.3945/jn.109.118927.
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting)
- Endah, K. 2020. Pemberdayaan masyarakat: Menggali potensi lokal desa. *Moderat: Jurnal Ilmiah Ilmu Pemerintahan*, 6(1), 135-143.
- Gautama, B. P., Yuliawati, A. K., Nurhayati, N. S., Fitriyani, E., dan Pratiwi, I. I. 2020. Pengembangan desa wisata melalui pendekatan pemberdayaan masyarakat. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(4), 355-369.
- Habib, M. A. F. 2021. Kajian teoritis pemberdayaan masyarakat dan ekonomi kreatif. *Ar Rehla: Journal of Islamic Tourism, Halal Food, Islamic Traveling, and Creative Economy*, 1(2), 82-110.
- Kusumaningrum, I., dan Oktawati, N. O. 2023. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Diversifikasi Produk Olahan Berbasis Ikan Lele (Stik Ikan Dan Stik Tulang Ikan). *Logista-Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 72-78.
- Mustanir, Ahmad, Annisa Ilmi Faried, Aksal Mursalat, Iwan Henri Kusnadi, Rusydi Fauzan, Duwi Siswanto, and Rina Widiyawati. 2023. "Pemberdayaan Masyarakat." *Global Eksekutif Teknologi*.
- Vaivada, T., Akseer, N., Akseer, S., Somaskandan, A., Stefopoulos, M., & Bhutta, Z. A. 2020. Stunting in childhood: an overview of global burden, trends, determinants, and drivers of decline. *The American journal of clinical nutrition*, 112, 777S-791S.
- Walker, S.P, Chang, S.M, Powell, C.A., Simonoff, E., dan McGregor S.M. 2007. Early Childhood Stunting Is Associated with Poor Psychological Functioning in Late Adolescence and Effects Are Reduced by Psychosocial Stimulation *Journal Nutrition*, 137:2464-2469.