



Optimalisasi Pangan Lokal untuk Pencegahan Stunting Balita Berbasis Intervensi Gizi Metode Sanisa

Elyani Sembiring¹, Dewi Astuti Pasaribu², Lisnawati Tumanggor³, Lusiana Lusiana Sirait⁴, Nia Lavensi Sianturi⁵

Program Studi Ilmu Keperawatan^{1,5}, Program Studi Ilmu Keperawatan², Program Studi S1 Gizi³, Program Studi Kebidanan⁴
Insitut Kesehatan Sumatera Utara
e-mail: elyanisembiring@yahoo.com

Abstrak

Stunting merupakan proses tumbuh kembang yang dapat menyerang anak sejak awal kehamilan hingga usia tiga atau empat tahun, sering kali disebabkan oleh kurangnya asupan zat gizi mikro. Makanan yang mengandung protein hewani sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi pada masa tumbuh kembang anak, terutama 1000 hari pertama kehidupan. Ikan adalah makanan hewani yang murah, kaya protein, dan mudah didapat. Dampak panjang dari konsumsi protein hewani antara lain meningkatkan status gizi pada baduta. Tujuan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki balita di kelurahan Belawan Sicanang tentang pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting berbasis intervensi gizi metode konsumsi (SANISA) satu ikan satu anak dan konsumsi telur, beragam, bergizi, seimbang dan aman yang merupakan Isi Piringku. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan intervensi yang terarah dan penyuluhan mengenai kesehatan, dengan fokus pada manfaat ikan sebagai sumber protein hewani yang terjangkau dan mudah diakses untuk mencegah stunting. Luaran pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan di kalangan ibu-ibu yang memiliki balita beresiko stunting, serta pemberian ikan dan telur kepada 44 anak stunting dan berisiko stunting di wilayah kerja kelurahan belawan Sicanang.

Kata Kunci: *Pemanfaatan Pangan Lokal, Ikan, PMT, Balita, Stunting.*

Abstract

Stunting is a growth and development process that can affect children from early pregnancy to the age of three or four, often caused by a lack of micronutrients. Foods containing animal protein are very important for meeting nutritional needs during a child's growth and development, especially during the first 1000 days of life (HPK). The long-term effects of animal protein consumption include improving the nutritional status of toddlers. The purpose of this community service program is to increase the knowledge of mothers with toddlers in the Belawan Sicanang sub-district about stunting prevention through the use of local foods as a stunting prevention effort based on nutritional intervention using the consumption method (SANISA) of one fish per child and consumption of eggs, which are varied, nutritious, balanced, and safe, which is the content of My Plate. This community service program employs a targeted intervention and health education approach, focusing on the benefits of fish as an affordable and easily accessible source of animal protein to prevent stunting. The output of this

community service project is an increase in knowledge among mothers with toddlers at risk of stunting, as well as the provision of fish and eggs to 44 children with stunting and at risk of stunting in the working area of Belawan Sicanang sub-district.

Kata Kunci: *Utilization of Local Food, Fish, PMT, Toddlers, Stunting.*

PENDAHULUAN

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang dialami oleh anak-anak berusia 6 hingga 59 bulan, yang berdampak negatif pada kecerdasan, daya tahan tubuh, dan produktivitas mereka (Siswati, 2018). Menurut data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2017, Indonesia menempati peringkat keempat dalam tingkat stunting. Namun, data dari SSGI pada tahun 2022 menunjukkan penurunan, di mana angka stunting pada tahun 2021 adalah 24,4%, dan menurun menjadi 21,6% pada tahun 2022 (SSGI, 2023).

Masalah stunting tetap menjadi perhatian penting bagi pemerintah dan Presiden Republik Indonesia. Pada tahun 2021, Presiden mengeluarkan Peraturan Nomor 72 yang berfokus pada percepatan penurunan stunting, dengan target prevalensi stunting di Indonesia mencapai 14% pada tahun 2024, yang selanjutnya diintegrasikan dalam tujuan pembangunan berkelanjutan pada tahun 2030 melalui lima pilar, salah satunya adalah gizi dan ketahanan pangan (Pemerintah Republik Indonesia, 2021).

Berbagai faktor menyebabkan stunting pada balita, termasuk ketergantungan anak pada ibu dan kondisi keluarga, yang juga memengaruhi status gizi. Asupan gizi yang tidak mencukupi dan infeksi bisa mengakibatkan penurunan status gizi. Ibu berperan penting dalam menyiapkan makanan bergizi untuk anak-anak mereka (Amri Yeni Putri et al., 2022). Faktor ekonomi juga berperan, karena sulitnya menyediakan gizi yang layak jika keterbatasan dana menjadi penghambat, ditambah kurangnya akses terhadap makanan bergizi (Gonxa et al., 2022). Penelitian lain menunjukkan bahwa jumlah anak dan jarak kelahiran juga berkontribusi terhadap stunting (Kasad 1, 2020) (Karundeng et al., 2015).

Kementerian Kesehatan telah meluncurkan kampanye nasional untuk peningkatan gizi selama seribu hari pertama kehidupan (HPK) sesuai dengan Perpres Nomor 42 Tahun 2013 tentang percepatan perbaikan gizi nasional, yang difokuskan pada ibu hamil dan keluarga dengan anak berusia nol hingga dua tahun. Upaya prioritas mencakup intervensi gizi spesifik dan gizi sensitive (Sekretariat Percepatan Pencegahan Stunting, 2019). Pemerintah, melalui Kementerian Kesehatan, menerapkan tiga langkah untuk mencegah stunting di Indonesia: 1) pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) untuk remaja putri, 2) pemeriksaan kehamilan dan pemberian makanan tambahan untuk ibu hamil, dan 3) pemberian makanan tambahan protein hewani untuk anak usia 6-24 bulan, seperti telur, ikan, ayam, daging, dan susu (Peronika Sianturi, 2023). Pemberian Makanan Produk Hewani (MPH) satu kali sehari dapat mengurangi

prevalensi stunting sebesar 3,3%, sedangkan pemberian dua kali sehari dapat mengurangi prevalensi stunting sebesar 7,1% (Bolton, 2019).

Protein hewani merupakan sumber gizi penting yang kaya akan protein, asam amino esensial, dan mineral yang diperlukan untuk pertumbuhan anak, seperti seng (Zn) dan zat besi (Fe) (Bolton, 2019). Melalui gerakan "protein hewani tangkal stunting" dan program "Isi Piringku", diharapkan ibu hamil, menyusui, dan keluarga dengan balita dapat berkomitmen untuk mengonsumsi ragam masakan yang kaya protein hewani. Presiden juga mendorong para ibu untuk memberikan makanan tambahan, seperti kacang hijau, telur, ikan, susu, sayur, dan buah, guna mencegah stunting (Henry et al., 2020).

Di Kelurahan Belawan Sicanang, jumlah penduduk mencapai 18.076 jiwa dengan 1.113 keluarga yang memiliki balita, serta 3.972 kepala keluarga. Tercatat ada 9 anak stunting di kelurahan tersebut (Sicanang, 2024). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki balita di Belawan Sicanang tentang pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal, dengan pendekatan intervensi gizi berbasis konsumsi sanisa (satu ikan satu anak). Diharapkan, hasil dari pengabdian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan warga serta mendukung pemerintah dalam penanganan stunting. Temuan dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai stunting, manfaat telur dalam pencegahan stunting, dan pentingnya keluarga berencana sebagai langkah pencegahan di Kelurahan Belawan Sicanang.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman para ibu yang memiliki balita di kelurahan Belawan Sicanang tentang upaya pencegahan stunting melalui peningkatan konsumsi protein hewani secara rutin. Ini dilakukan dengan memberikan makanan tambahan seperti susu dan menerapkan program Satu Ikan satu Anak (SANISA) yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman sesuai dengan konsep Isi Piringku. Diharapkan hasil dari pengabdian ini dapat menambah pengetahuan dan keterampilan warga serta mendukung pemerintah Kelurahan Belawan Sicanang dalam menangani masalah stunting. Kegiatan ini juga sejalan dengan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) di bidang pemberdayaan masyarakat desa, serta berkaitan dengan program Merdeka Belajar-Kampus Merdeka (MBKM) dalam konteks proyek kemanusiaan.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan intervensi yang terarah dan penyuluhan mengenai kesehatan, dengan fokus pada manfaat ikan sebagai sumber protein hewani yang terjangkau dan mudah diakses untuk mencegah stunting. Selain itu, kegiatan ini mencakup edukasi tentang Keluarga Berencana (KB) dan pentingnya ASI Eksklusif serta kolostrum dalam upaya pencegahan stunting, disertai dengan pemberian makanan tambahan yang kaya protein hewani seperti susu dan program Satu Ikan satu Anak (SANISA). Kegiatan ini dimulai dari tanggal 1

Agustus 2025 hingga 28 Agustus 2025, bertempat di Aula Kantor Lurah Belawan Sicanang

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pemberian makanan tambahan yang kaya akan protein hewani, seperti ikan dan susu, kepada anak-anak berisiko stunting di Kelurahan Belawan Sicanang secara umum berjalan dengan baik. Pihak Kelurahan dan pengelola program stunting turut memberikan data mengenai anak-anak yang berisiko.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi dua tahap, yaitu persiapan dan pelaksanaan. Tahap pelaksanaan mencakup pengkajian, perencanaan, implementasi, evaluasi, dan tindak lanjut, sedangkan tahap persiapan berfokus pada persiapan sosial dan teknis. Sebelum kegiatan dimulai, pemateri memperkenalkan diri dan menggali pengetahuan dasar para ibu mengenai perkembangan anak, pola makan sehari-hari, riwayat alergi, kesehatan anak, kebersihan, serta kepatuhan dalam menghadiri posyandu untuk penimbangan dan imunisasi. Mahasiswa juga melakukan pengukuran tinggi dan berat badan anak. Setelah sesi tanya jawab dan pengukuran, mereka memberikan makanan tambahan berupa ikan dan susu kepada anak-anak. Selama kegiatan, terlihat antusiasme tinggi dari anak-anak dan orang tua peserta.

Kegiatan ini mencakup pemberian makanan tambahan, pemeriksaan antropometri anak, dan penyuluhan kepada orang tua tentang pencegahan stunting. Selain itu, juga dilakukan pretest dan post-test menggunakan kuesioner untuk ibu-ibu yang memiliki balita, berlangsung selama tiga hari.



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan



Gambar 2. Foto Bersama Seluruh perangkat



Gambar 3. Pelaksanaan Intervensi Gizi melalui Pemberian Makanan Tambahan

Kegiatan ini dihadiri oleh Lurah belawan sicanang, Sekretaris lurah belawan sicanang, perwakilan, kader stunting belawan sicanang, masyarakat orang tua balita stunting dan non stunting, dan perangkat desa belawan sicanang. Kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah kerja kelurahan belawan sicanang yang berjudul “Gerakan Optimalisasi Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Balita Berbasis Intervensi Gizi Dengan Metode Konsumsi Sanisa (Satu Ikan Satu Anak)” telah berjalan dengan baik selama delapan pertemuan hingga 28 Agustus 2025. Peserta dalam kegiatan ini adalah anak balita dengan resiko stunting yang ada di wilayah Kelurahan Belawan Sicanang yaitu sebanyak 44 orang anak. Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan dikalangan ibu-ibu yang memiliki baduta beresiko stunting tentang makanan tambahan ikan dan susu sebagai upaya pencegahan stunting dan peningkatan pengetahuan tentang Keluarga Berencana (KB) sebagai pencegahan stunting serta pemberian ikan dan susu kepada 44 anak berisiko stunting di wilayah kerja kelurahan belawan Sicanang. Hasil pre test terbanyak ibu berpengetahuan kurang dan setelah diedukasi pengetahuan ibu meningkat menjadi baik (80%).

Hasil pengabdian Aan Yuliani memberikan fondasi teoritis dan gambaran makro yang kuat mengenai peta hambatan penanganan stunting berbasis pangan lokal di wilayah pedesaan. (Yuliani & Umar, 2025). Sementara itu, pengabdian masyarakat Metode SANISA yang kami lakukan berfungsi sebagai solusi taktis eksekutif di tingkat mikro. Integrasi kedua studi ini membuktikan bahwa penuntasan stunting di pedesaan tidak cukup hanya dengan ketersediaan bahan pangan yang melimpah. Diperlukan inovasi intervensi gizi yang terarah, sistematis, dan mudah direplikasi seperti Metode SANISA agar potensi pangan lokal tersebut benar-benar mampu memperbaiki status gizi balita secara berkelanjutan. Pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Al Mar’atul Latifah dkk. (2025/2026) di Posyandu Mangga, (Latifah et al., 2025). Kelurahan Triwung Kidul, membuktikan peran strategis posyandu sebagai garda terdepan layanan kesehatan berbasis komunitas dalam memantau tumbuh kembang balita. Studi Latifah menggarisbawahi bahwa intervensi stunting yang efektif harus melibatkan perbaikan asupan zat gizi makro dan mikro anak secara langsung melalui inovasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Pada pengabdian masyarakat oleh Tika Noor Prastia dkk, di Desa Ciaruteun Udik menyimpulkan bahwa pemberdayaan kader posyandu dalam mengolah makanan tambahan berbasis pangan lokal efektif meningkatkan pengetahuan ibu dan mencegah stunting (Prastia et al., 2023). Pengabdian masyarakat dengan Metode SANISA memperkuat dampak tersebut melalui intervensi gizi terstruktur yang mengonversi komoditas lokal menjadi formula padat gizi untuk balita. Pengabdian masyarakat oleh Solehudin dkk. menyimpulkan bahwa penyuluhan gizi seimbang dan simulasi pengolahan tanaman lokal seperti singkong efektif meningkatkan minat ibu rumah tangga dalam memenuhi nutrisi tumbuh kembang balita. Program tersebut berkaitan erat dengan pengabdian Anda karena Metode SANISA hadir mengeskalasi

edukasi olahan singkong atau pangan lokal tersebut menjadi sebuah formula intervensi gizi terstruktur yang padat zat gizi makro dan mikro guna mempercepat pencegahan stunting secara klinis (Solehudin et al., 2024).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini telah memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan tentang stunting dan makanan tambahan tinggi protein hewani berupa ikan dan telur. tentang manfaat ikan sebagai upaya pencegahan stunting, masyarakat tentang Keluarga Berencana (KB) sebagai pencegahan stunting, tentang manfaat ASI Eksklusif dan Kolostrum sebagai upaya pencegahan stunting. Peserta menunjukkan partisipasi aktif dengan tanya jawab dalam kegiatan. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting blita berbasis intervensi gizi dengan metode konsumsi sanisa (satu ikan satu anak serta penyuluhan tentang stunting kepada orang tua yang memiliki anak dengan resiko stunting dapat disimpulkan antara lain kegiatan ini mampu mengurangi terjadinya resiko stunting kepada anak baduta dengan memberikan anak ikan dan telur setiap harinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri Yeni Putri, A., Roslita, R., Roza Adila, D., Studi, P. S., Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru, I., & artikel Abstrak, H. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Terhadap Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Prasekolah the Relationship of Mother'S Knowledge Level About Stunting Toward Stunting Prevention Efforts in Preschool-Age Children. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)* , 02, 51–66. <http://www.doi.org/10.25311/jkh.Vol2.Iss3.849>
- Bolton, L. (2019). Animal sourced foods (ASF): evidence on stunting and programmes to increase consumption. *Knowledge, Evidence and Learning for Development*, 7 August, 1–10. https://www.who.int/elena/bbc/zinc_stunting/en/
- Gonxa, A., Hera, M., Anindita, A. I., & Malangkey, K. S. (2022). *Hubungan Rendahnya Tingkat Ekonomi terhadap Risiko Terjadinya Stunting : A Systematic Review*. 3, 127–135.
- Henry, D., Ackerman, M., Sancelme, E., Finon, A., Esteve, E., Nwabudike, L. C., Brancato, L., Itescu, S., Skovron, M. L., Solomon, G., Winchester, R., Learning, M., Cookbook, R., Husain, Z., Reddy, B. Y., Schwartz, R. A., Brier, J., Neal, D. E., Feit, E. M., ... Rello, J. (2020). Hubungan Asupan Protein Hewani dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*, 34(8), 709.e1-709.e9. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jaad.2013.01.032>
- Karundeng, L., Ismanto, A., & Kundre, R. (2015). Relationship between birth distance and number of children with nutritional status of toddlers in Kao Health Center, Kao District, North Halmahera Regency. *J Keperawatan UNSRAT*, 3(1), 114321. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/view/7448/6993>

- Latifah, A. M., Maulida, I., Ningsih, I. R. S., Puspa, M. N., & Luayyin, R. H. (2025). Optimalisasi Status Gizi Balita melalui Inovasi Pangan Lokal di Posyandu Mangga sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 251–260. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i2.684>
- Pemerintah Republik Indonesia. (2021). *Presidential Regulation (PERPRES) Number 72 of 2021 concerning Acceleration of Stunting Reduction*. 172. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/174964/perpres-no-72-tahun-2021>
- Peronika Sianturi, S. (2023). *Strategi Komunikasi Pemerintah Kelurahan Sicanang Dalam Menurunkan Angka Stunting*. 1, 100. <https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/21747/1/198530214-SetiaPeronikaSianturi-Fulltext.pdf>
- Prastia, T. N., Listyandini, R., Nuryana, H., Setiadi, M. A., & Sintani, R. D. (2023). Pemanfaatan Pangan Lokal sebagai Upaya Pencegahan Balita Stunting di Desa Ciaruteun Udik. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(5), 736–742. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i5.4286>
- Sekretariat Percepatan Pencegahan Stunting. (2019). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting) (Kedua)*.
- Sicanang. (2024). *Sosialisasi Pemutakhiran Pendataan 2024*. BKKBN. <https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/18609/intervensi/1027841/sosialisasi-pemutakhiran-pendataan-2024>
- Siswati, T. (2018). Stunting Husada Mandiri. In *Husada Mandiri Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/5206/2/buku_stunting_lengkap.pdf
- Solehudin, S., Irma Herliana, Yeni Koto, Nur Eni Lestari, & Lannasari Lannasari. (2024). Nutrisi Seimbang dan Pengolahan Pangan Lokal Untuk Anak. *FUNDAMENTUM: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 2(3), 01–08. <https://doi.org/10.62383/fundamentum.v2i3.264>
- SSGI. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://promkes.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>
- Yuliani, A., & Umar, U. (2025). Optimalisasi Pangan Lokal sebagai Solusi Berkelanjutan untuk Mengurangi Stunting di Pedesaan Kecamatan Jereweh. *Empiricism Journal*, 6(3), 1002–1009. <https://doi.org/10.36312/ej.v6i3.3035>