



Pengembangan Produk Bakso Ikan Patin (*Pangasius sp.*) Sebagai Sumber Gizi Pencegah *Stunting* di Desa Pulau Rambai, Kampar

Eirene Junita Br. Siagian

Universitas Riau

Putri Regina Prayoga

Universitas Riau

Zia Nasywa Aninta

Universitas Riau

Intan Syafdina

Universitas Riau

Uci Agustin

Universitas Riau

Rahmad Irfandi

Universitas Riau

Rahmat Suhendra

Universitas Riau

Putra Agung Wiradharma

Universitas Riau

Syafira Permata Sari

Universitas Riau

Putriana Sari Sirait

Universitas Riau

Alamat: Kampus Bina Widya Km 12,5, Simpang Baru, Pekanbaru, Riau, Indonesia 28293

Korespondensi penulis: putrianasari@lecturer.unri.ac.id

Abstract. Fish is a raw material that is rich in protein, amino acids and fatty acids. This nutritional content is very necessary, especially for the growth and development of early childhood. Lack of consumption of nutritious food will cause several problems, one of which is stunting. Pulau Rambai Village, Kampar has potential in the fisheries sector, but its utilization is not yet optimal due to a lack of knowledge about the diversification of processed fishery products. Therefore, activities were carried out to socialize the fish eating movement (GEMARIKAN) and process the diversification of catfish products into meatballs. The service method is carried out directly to students and parents of Mawar Indah Kindergarten students, Pulau Rambai Village, Kampar. This program includes preparation stages, presentation of material and training demonstrations on making catfish meatballs. The result is a catfish meatball product that can be used as a nutritional source to prevent stunting for early childhood.

Keywords: GEMARIKAN, Kampar, fish meatball. *Pangasius sp.*, stunting.

Abstrak. Ikan merupakan salah satu bahan baku yang kaya akan protein, asam amino dan asam lemak. Kandungan gizi tersebut sangat diperlukan terutama pada pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Kurangnya konsumsi makanan bergizi akan menyebabkan beberapa masalah salah satunya *stunting*. Desa Pulau Rambai, Kampar memiliki potensi di bidang perikanan, namun belum optimal dalam pemanfaatannya akibat kurangnya pengetahuan diversifikasi produk olahan perikanan. Oleh karena itu, dilakukan kegiatan sosialisasi gerakan makan ikan (GEMARIKAN) dan pengolahan diversifikasi produk ikan patin menjadi bakso. Metode pengabdian dilakukan secara langsung kepada murid dan orang tua murid TK Mawar Indah, Desa Pulau Rambai, Kampar. Program ini mencakup tahapan persiapan, pemaparan materi dan demonstrasi pelatihan pembuatan bakso ikan patin. Hasilnya adalah adanya produk bakso ikan patin yang dapat digunakan sebagai sumber gizi pencegah *stunting* untuk anak usia dini.

Kata kunci: bakso ikan, GEMARIKAN, Kampar, *Pangasius sp.*, *stunting*.

Received Mei 30, 2024; Revised Juni 24 2024; Juli 01, 2024

* Eirene Junita Br. Siagian, putrianasari@lecturer.unri.ac.id

LATAR BELAKANG

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih tersebar luas di Indonesia. *Stunting* sendiri adalah kondisi dimana berat badan dan tinggi badan anak ternyata masih kurang untuk anak seusianya dan keadaan ini mulai terlihat ketika anak berumur dua tahun yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang cukup dalam jangka waktu yang lama, kondisi ekonomi, akses pelayanan kesehatan yang sukar untuk dijangkau, kelangkaan air bersih dan sanitasi yang kurang higienis. Dampak dari gangguan pada masa bayi dan anak, khususnya *stunting* dapat menyebabkan gangguan perkembangan kognitif dan meningkatnya risiko terhadap penyakit infeksi dan lebih lanjut kematian (Uliyatul dan Andriani, 2019).

Ikan sebagai sumber pangan hewani seyogyanya dapat menjadi salah satu solusi untuk mengatasi kondisi gizi buruk. Protein ikan menyediakan lebih kurang 2/3 dari kebutuhan protein hewani yang diperlukan oleh manusia dan kandungan protein ikan relatif besar yaitu antara 15 – 25 % per 100 gram daging ikan. Disamping menyediakan protein hewani yang relatif tinggi, ikan juga mengandung lemak (minyak ikan) antara 0,2 – 24 % terutama asam lemak esensial yang termasuk omega-3 adalah asam alfa-linolenat (ALA), *Eicosa Pentaenoic Acid* (EPA), dan *Docosa Heksaenoic Acid* (DHA). Ketiganya ini disebut asam lemak esensial karena sangat penting termasuk dalam meningkatkan kecerdasan, sehingga mempengaruhi prestasi anak di sekolah (Riyandini *et al.*, 2014).

Desa Pulau Rambai, Kampar memiliki potensi perikanan, yaitu ikan patin yang berasal dari sungai, danau, ataupun tambak ikan milik warga setempat. Namun, potensi ini belum didukung dengan pengetahuan masyarakat mengenai diversifikasi pangan. Diversifikasi pangan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan daya serap pasar, atau meningkatkan permintaan dan menciptakan alternatif lebih banyak bagi pengolahan hasil perikanan untuk mengembangkan usahanya. Diversifikasi terdiri dari diversifikasi horizontal dan diversifikasi vertikal. Diversifikasi horizontal merupakan pemanfaatan berbagai jenis ikan untuk diolah menjadi jenis produk olahan tertentu. Sedangkan diversifikasi vertikal merupakan pemanfaatan jenis ikan tertentu menjadi berbagai jenis produk olahan (Agustini *et al.*, 2003).

Bakso merupakan salah satu makanan olahan yang banyak diminati masyarakat luas. Menurut SNI No.7266:2014, bakso ikan adalah produk olahan hasil perikanan yang menggunakan lumatan dicampuri tepung dan bahan-bahan lainnya bila diperlukan, dan

proses pemasakan. Hasil penelitian Antoni *et al.* (2016) menyatakan bahwa perlakuan ikan segar pada penelitian pembuatan bakso ikan patin dari penanganan bahan baku berbeda menunjukkan hasil terbaik dengan karakteristik rupa bentuk bulat beraturan, seragam, tidak berongga, dan warna putih krem; aroma tidak amis, spesifik bakso ikan; rasa enak dimana rasa ikan masih terasa; tekstur yang padat kompak dan kenyal dan kadar protein yang tinggi yaitu 28,17%.

GEMARIKAN (Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan) adalah program nasional yang dicanangkan oleh Kementerian Kelautan Dan Perikanan mulai tahun 2004 dengan tujuan meningkatkan gizi masyarakat sejak dini dari sumber protein hewani yaitu ikan. Sokib (2012) menyatakan satu faktor yang paling dominan mempengaruhi konsumen untuk mengkonsumsi ikan, yakni usia. Agar anak gemar makan ikan, diperlukan peningkatan pengetahuan dan sikap anak terkait manfaat positif mengkonsumsi ikan bagi kesehatan, khususnya bagi pertumbuhan dan kecerdasan anak usia sekolah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan sosialisasi gemar makan ikan pada anak usia dini dan demonstrasi pengolahan diversifikasi produk olahan ikan pada orang tua murid.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan menggunakan pendekatan persuasif melalui sosialisasi dan praktik langsung, diantaranya sebagai berikut:

1. Persiapan

Pada tahap ini, dilakukan pengamatan dilapangan, serta wawancara ke beberapa masyarakat setempat. Lalu, mengidentifikasi permasalahan masyarakat terkait *stunting* yang menjadi dasar kegiatan GEMARIKAN.

2. Sosialisasi GEMARIKAN

Sosialisasi berupa pemaparan materi secara audio dan tayangan *slide* presentasi secara visual. Materi yang dipaparkan mencakup kandungan gizi ikan dan pencegahan *stunting*, serta ragam produk diversifikasi olahan hasil perikanan.

3. Pelatihan pembuatan bakso ikan patin

Pelatihan pembuatan bakso ikan patin dilakukan dengan demonstrasi langsung dari pembuatan adonan, pencetakan, dan perebusan. Hasil bakso ikan patin dinikmati bersama oleh peserta pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian mahasiswa kuliah kerja nyata (Kukerta) Universitas Riau dalam mencegah sekaligus mengurangi stunting di desa Pulau Rambai melalui sosialisasi GEMARIKAN dan pengolahan ikan patin menjadi produk bakso ikan, telah dilaksanakan pada tanggal 04 Agustus 2023, kegiatan ini dilaksanakan di TK Mawar Indah yang dihadiri sekitar 30 orang. Sebelum kegiatan ini berlangsung, tim Kukerta telah yang mengkoordinasi dengan kepala desa dan masyarakat setempat, serta melakukan pendekatan dengan masyarakat setempat terutama kepada sasaran untuk kegiatan sosialisasi.

Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk kepedulian terhadap tingginya angka *stunting* yang masih terjadi khususnya di daerah Kampar, karena asupan gizi yang masih kurang serta kurangnya perhatian akan kesehatan sehingga berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Permasalahan ini perlu dukungan dari segala pihak, termasuk para orang tua yang memiliki balita, sehingga dapat mengatasi atau pencegahan perkembangan stunting bagi anak balita maupun batita. Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian ini berupa:

1. Pembukaan

Tahap pembukaan, dilakukan pengenalan dan penyambutan kepada para peserta pelatihan. Pembukaan juga menjelaskan tujuan kegiatan pengabdian, yaitu untuk sosialisasi GEMARIKAN dan pelatihan pengolahan produk perikanan.



Gambar 1. Tahapan pembukaan sosialisasi GEMARIKAN

2. Pemaparan materi

Tahap ini disampaikan materi mencakup kandungan gizi ikan dan pencegahan *stunting*, serta ragam produk diversifikasi olahan hasil perikanan. Pemaparan materi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada orang tua murid tentang

pentingnya anak usia dini untuk mengkonsumsi ikan dan olahannya sebagai upaya pencegahan stunting.



Gambar 2. Tahapan pemaparan materi sosialisasi GEMARIKAN

3. Pelatihan pembuatan produk bakso ikan patin

Tahap pelatihan mengajarkan peserta, yaitu orang tua murid, proses pembuatan bakso ikan patin, dari pengadonan, pencetakan bakso, dan perebusan. Diskusi aktif berlangsung selama proses demonstrasi pembuatan bakso ikan patin. Hasil bakso ikan patin dinikmati bersama oleh peserta pelatihan.



Gambar 3. Tahapan pelatihan pembuatan produk olahan bakso ikan patin

4. Penutupan

Tahap penutupan dilakukan pembagian contoh produk bakso ikan yang telah dimasak, dikemas dan dibekukan. Lalu, dilanjutkan dengan sesi foto bersama untuk mengakhiri pelaksanaan pengabdian.



Gambar 4. Contoh produk bakso ikan dan sesi akhir pengabdian (foto bersama)

KESIMPULAN DAN SARAN

Melalui pelaksanaan kegiatan pengabdian ini telah berhasil dilakukan kegiatan sosialisasi GEMARIKAN dan pelatihan pembuatan produk bakso ikan patin di Desa Pulau Rambai, Pekanbaru. Hasil dari pelaksanaan pengabdian ini adalah adanya produk olahan perikanan dengan bahan baku lokal, yaitu ikan patin. Selain itu, bakso ikan patin dapat dijadikan sebagai alternatif olahan sumber gizi dalam upaya pencegahan *stunting*.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini T. W., Swastawati F. (2003). Pemanfaatan hasil perikanan sebagai produk bernilai tambah (value added) dalam upaya penganeekaragaman pangan. *Jurnal Teknologi dan Industri Pangan*. 14(1): 74-81.
- Antoni MZ, Sari N. I., Sumarto. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan Universitas Riau*. 3(1): 1-12.
- Laili U, Andriani R. A. D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks*. 5(1): 8-12. https://doi.org/10.32528/pengabdian_iptek.v5i1.2154
- Riyandini, M. C., Sudaryati, E., & Siagian, A. (2014). Hubungan konsumsi ikan dengan prestasi belajar anak di Sekolah Dasar Swasta Brigjend Katamso II Kecamatan Medan Marelan Kota Medan. *Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*, 1(4): 1-10.
- Sokib N, Palupi N. S., Suharjo B. (2010). Strategi Peningkatan Konsumsi Ikan di Kota Depok, Jawa Barat. *Jurnal Manajemen Pengembang Industri Kecil Menengah*. 7(2): 166-171. <https://doi.org/10.29244/mikm.7.2.166-171>