

Pemberdayaan Masyarakat dalam Difersifikasi Produk Abon Ikan sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Nangahale, Kecamatan Talibura, Kabupaten Sikka

Community Empowerment in Product Diversification Fish Floss as a Stunting Prevention Effort in Nangahale Village, Talibura District, Sikka Regency

Maisya Malika^{1*}, Angelinus Vincentius², Ummi Rohani Ponso³, Beatrix Barek Tupen⁴, Oktaviani Calisca⁵, Adventia Natalia Dare⁶

¹⁻⁵ Universitas Nusa Nipa, Indonesia

*Penulis Korespondensi: maisyamalika13@gmail.com¹

Article History:

Naskah Masuk: 15 September 2025;

Revisi: 30 September 2025;

Diterima: 26 Oktober 2025;

Terbit: 29 Oktober 2025.

Keywords: Balanced Nutrition; Community Empowerment; Local Economy; Skipjack Tuna Floss; Stunting.

Abstract. Nangahale Village in Talibura District, Sikka Regency, is the location for the 2025 Community Service Program (KKN) of Nusa Nipa University Indonesia, focusing on preventing stunting by optimizing local food resources, particularly skipjack tuna. This village has significant fisheries potential but also faces a high prevalence of stunted children under five. The main KKN program is the production of skipjack tuna floss as a nutritious, practical, long-lasting, and marketable food product. This activity involves training, education, counseling, and community empowerment, aimed at raising awareness about the importance of balanced nutrition, especially animal protein, and providing new skills in processing marine products. The results show that the tuna floss training successfully increased community awareness of the importance of nutrition and provided them with new skills to process marine resources. This KKN program not only helps prevent stunting but also strengthens the local coastal economy sustainably by creating opportunities for businesses that can improve family incomes. Thus, this program has a significant impact on improving children's nutritional status and enhancing the economic well-being of families in Nangahale Village in a sustainable manner.

Abstrak

Desa Nangahale di Kecamatan Talibura, Kabupaten Sikka, merupakan lokasi Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Nusa Nipa Indonesia tahun 2025 yang berfokus pada upaya pencegahan stunting melalui pemanfaatan sumber daya pangan lokal, khususnya ikan tongkol. Desa ini memiliki potensi besar dalam sektor perikanan, namun juga menghadapi masalah prevalensi balita stunting yang tinggi. Program utama KKN adalah pembuatan abon ikan tongkol sebagai alternatif makanan bergizi, praktis, tahan lama, dan bernilai jual. Kegiatan ini melibatkan pelatihan, pendidikan, penyuluhan, dan pemberdayaan masyarakat setempat, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya gizi seimbang, terutama protein hewani, dan memberikan keterampilan baru dalam mengolah hasil laut. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pelatihan pembuatan abon ikan tongkol efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya gizi, serta memberikan peluang ekonomi baru bagi keluarga pesisir. Program ini tidak hanya berkontribusi dalam pencegahan stunting, tetapi juga memperkuat ekonomi lokal dengan menciptakan produk olahan yang bernilai jual tinggi. Dengan demikian, program ini memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan status gizi balita serta meningkatkan kesejahteraan ekonomi keluarga di Desa Nangahale secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Abon Ikan Tongkol; Ekonomi Lokal; Gizi Seimbang; Pemberdayaan Masyarakat; Stunting.

1. PENDAHULUAN

Di Indonesia, stunting, gangguan pertumbuhan yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang, masih menjadi masalah kesehatan anak yang signifikan. Target penurunan stunting nasional sebesar 14% ditetapkan pada tahun 2024, tetapi pada tahun 2022 prevalensinya masih 24%, pergizipanganntt.id. Salah satu faktor utama penyebab kondisi ini adalah kekurangan gizi, terutama protein hewani (Gita et al., 2023). Salah satu pendekatan kreatif adalah menggunakan sumber daya lokal untuk membuat abon ikan yang terbuat dari ikan tongkol, yang kaya akan protein dan asam lemak esensial. Studi pengabdian masyarakat di wilayah pesisir telah menunjukkan bahwa pelatihan pembuatan abon ikan tongkol dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu dan kader Posyandu tentang cara menggunakan ikan lokal sebagai makanan tambahan gizi untuk balita dan sebagai cara untuk mencegah stunting. (Yaumil Bay Thaifur et al., 2024).

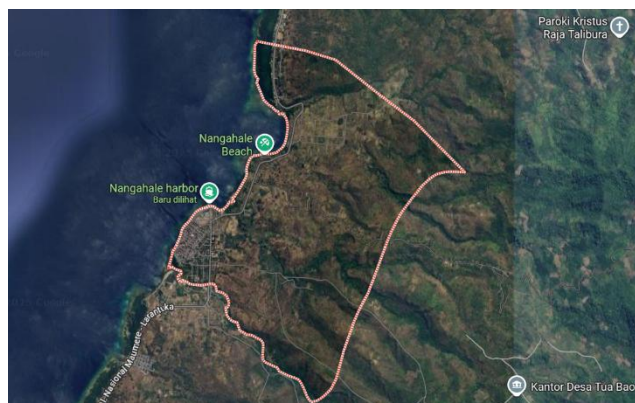
Desa Nangahale, Kecamatan Talibura, memiliki 40 balita yang pernah mengalami stunting. 12 di antaranya masih stunting saat ini, sementara yang lain telah "dibebaskan" dari stunting karena usianya melebihi masa kritis (1000 Hari Pertama Kehidupan). Situasi ini menunjukkan betapa pentingnya upaya gizi lokal yang efesien dan berkelanjutan (Gita et al., 2023). Dengan mengusung tema "Kampus Berdampak dari Nusa Nipa untuk Nian Tana", Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Nusa Nipa 2025 memilih Desa Nangahale sebagai lokasi pengabdian. KKN menerapkan tema tersebut melalui program-program yang dirancang dengan mempertimbangkan potensi dan masalah desa. Mengumpulkan Daftar Inventaris Masalah dan Potensi Desa adalah bagian dari proses observasi. Daftar ini menunjukkan dua hal utama: potensi besar untuk perikanan, terutama ikan tongkol, dan masalah gizi balita yang masih terjadi.

Metode pelaksanaan program diwujudkan dalam bentuk Pelatihan, Edukasi, Penyuluhan, dan Pemberdayaan yang melibatkan seluruh sumber daya masyarakat desa, khususnya Ibu Rumah Tangga, Kader Posyandu, Dan Kelompok PKK. Fokus pengabdian peserta KKN kali ini menitikberatkan pada upaya pemanfaatan bahan pangan lokal untuk pencegahan stunting, dengan produk utama berupa abon ikan tongkol sebagai makanan bergizi, praktis, dan tahan lama. Mahasiswa KKN Universitas Nusa Nipa menggunakan Program KKN Pemberdayaan Gizi Lokal Desa Nangahale untuk melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi, yang mencakup pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Program ini dirancang sebagai bentuk kontribusi nyata perguruan tinggi dalam mengatasi masalah gizi masyarakat, khususnya pencegahan stunting pada balita, dengan memanfaatkan potensi perikanan lokal, yaitu ikan tongkol.

Diharapkan ada inovasi dalam pengolahan hasil laut menjadi produk bergizi, seperti abon ikan tongkol, melalui kerja sama antara mahasiswa KKN, pemerintah desa, personel Posyandu, dan kelompok masyarakat. Metode ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan gizi anak-anak di Desa Nangahale, tetapi juga untuk mendorong peluang bisnis baru yang dapat meningkatkan ekonomi keluarga dan secara berkelanjutan meningkatkan Pendapatan Asli Desa.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dalam bentuk KKN ini dilaksanakan selama periode bulan Juni-Juli 2024, bertempat di Desa Nangahale, Kecamatan Talibura, Kabupaten Sikka Lokasi KKN terletak pada koordinat 8°33'18,36"S 122°31'24.56"E.



Gambar 1. 18°33'18,34"S 122°31'24.58"E.

Tahapan kegiatan pembuatan abon ikan di Desa Nangahale, terdiri dari:

1. Pertama, observasi lapangan dan pengumpulan data dilakukan. Tim KKN berkunjung langsung ke setiap dusun untuk mengidentifikasi masalah dan potensi. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan anggota masyarakat, kader, PMT, pejabat desa, dan ibu dari bayi bali yang terkena stunting dan gizi buruk. Hasil observasi menunjukkan bahwa masih ada kurangnya inovasi dalam mengolah bahan baku lokal, kurangnya pengetahuan tentang pengemasan produk, dan tingginya angka stunting di desa. Sebaliknya, Desa Leraboleng memiliki banyak potensi karena bahan baku ikan yang melimpah, sumber daya manusia yang cukup, dan identitas lokal yang kuat.
2. Kedua, Perencanaan program. Kegiatan pelatihan untuk mengolah ikan menjadi abon dirancang untuk menjadi produk bergizi yang tahan lama, mudah didistribusikan, dan bernilai jual tinggi. Penyuluhan kontemporer tentang manajemen usaha, strategi pemasaran, dan teknik pengemasan disertakan dalam program ini. Tujuan utama adalah

menghidupkan kembali BUMDes dan mendorong kelompok usaha rumah tangga untuk menggunakan bahan lokal dengan cara yang lebih inovatif, sekaligus membantu mengurangi angka stunting melalui penyediaan makanan sehat.

3. Ketiga, Pembuatan program adalah tahap. Dimulai dengan memilih ikan tongkol segar, kemudian dibersihkan, dan direbus hingga matang. Setelah itu, daging ikan diambil dari tulangnya dan disuwir halus. Sementara itu, bumbu yang terdiri dari bawang merah, bawang putih, ketumbar, garam, gula, dan rempah lain ditumis hingga harum. Kemudian, daging ikan yang sudah disuwir dimasukkan ke dalam bumbu dan terus diaduk hingga kering dan berwarna coklat. Proses ini membuat abon lebih gurih dan tahan lebih lama. Untuk menjaga kualitas dan kebersihannya, abon didinginkan sebelum dikemas menggunakan wadah plastik atau kedap udara yang telah diberi label.
4. Keempat, Pembagian program. Abon yang sudah matang dan dingin kemudian dikemas secara higienis sebelum dibagikan. Pembagian difokuskan kepada anak-anak stunting yang telah terdata oleh kader kesehatan desa. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya menyediakan makanan bergizi, tetapi juga meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemenuhan gizi anak, khususnya di daerah pesisir yang memiliki potensi bahan pangan laut melimpah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Salah satu program sumber daya perairan dan Kesehatan terhadap anak stunting lainnya adalah pembuatan makanan bergizi dengan bahan lokal berbentuk abon ikan adalah para kelompok petani di Desa Nangahale. Dalam pelaksanaan program ini peserta KKN memberikan abon ikan untuk bayi balita stunting cara membuat abon ikan dari ikan tongkol.

Abon ikan adalah produk hasil perikanan yang dibuat dari daging ikan yang diproses melalui penggilingan, penggorengan, dan pengeringan serta penambahan bahan pembantu dan penyedap. Ikan tongkol yang dibuat dari tangkapan nelayan yang masih segar digunakan sebagai bahan baku. Menurut (Anggraini et al., 2023) cara terbaik untuk memilih ikan tongkol adalah sebagai berikut pilih ikan dengan mata yang jernih dan insang yang masih berwarna merah darah dan memiliki aroma yang segar, kulitnya cerah, dan dagingnya akan cepat kembali ke bentuk semula ketika ditekan, dan perutnya tidak lembek atau berlendir (Wahyuni et al., 2025). Dalam pelatihan dan edukasi proses pembuatan abon ini menggunakan bahan-bahan yang fresh terutama ikan tongkol yang digunakan yakni yang baru ditangkap oleh nelayan.

Adapun bahan dan cara pembuatan abon sebagai berikut:

Tabel 1. Bahan-Bahan Pembuatan Abon Ikan.

	BAHAN	BUMBU HALUS	
1 ½	Tongkol Segar	8 siung	Bawang Putih
500 ml	Santan Kental	15 siung	Bawang Merah
4 lembar	Daun jeruk dan salam	100 gr	Cabai rawit
± 3 sdm	Garam	100 gr	Cabai keriting kering
± 3 sdm	Gula	Sck	Jahe, Kunyit, lengkuas
Sck	Minyak Goreng	½ sdt	Ketumbar
Sck	Air	3 batang	Serai
		½ sdt	Lada Halus

Proses Pembuatan Abon Ikan:

1. Blanching ikan tongkol sampai ± 3 menit air mendidih.
2. Buang air rebusan dan cuci ikan tongkol
3. Masukkan air dan Rebus kembali ikan tongkol sampai matang (Ikan yang sudah matang memiliki tekstur yang padat apabila ditekan dan memiliki warna sedikit pudar sampe kering).
4. Angkat dan diamkan sampai dingin, saring air rebusan dan simpan sebagai kaldu untuk nanti diolah bersama ikan.
5. Suwir-suwir daging tongkol (bila ingin tekstur abon besar disuwir dengan bentuk yang lebih besar.
6. Tumis bumbu halus dalam pan hingga matang, tuangkan kaldu ikan, santa, daun jeruk, daun salam, aduk hingga merata dan mendidih, gunakan api kecil agar santan tidak pecah.
7. Masukkan suwiran ikan tongkol aduk perlahan dan biarkan hingga hamper mengering dan sesekali diaduk agar bagian bawahnya tidak gosong.
8. Bumbui garam dan gula, aduk terus hingga rata dan mengering.
9. Jika sudah tekstur sudah kering seperti serundeng, angkat dan pindahkan dalam wadah lain.
10. Abon ikan tongkol siap disajikan dan tunggu dingin untuk di packing.

Untuk membantu anak stunting mendapatkan nutrisi yang cukup, tim KKN Desa Nangahale berfokus pada mendorong UMKM lokal melalui pelatihan pembuatan abon ikan yang dibuat dengan bahan lokal. Untuk memastikan bahwa produk aman untuk dikonsumsi dan tahan lama, kegiatan ini juga menawarkan pelatihan tentang metode pengemasan yang higienis. Program mendapat sambutan positif dari masyarakat, terutama para ibu, yang berharap keterampilan ini dapat membantu meningkatkan nutrisi keluarga.



Gambar 2. Pamarutan Kelapa.



Gambar 3. Pembersihan Ikan.



Gambar 4. Proses Pemasakan Abon Ikan Sebelum Kering.



Gambar 5. Proses Pemasakan Abon Ikan Jadi Kering.



Gambar 6. Pembagian Abon Ikan Ke PMT dan Kader Desa untuk Sasaran Stunting.

4. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT PROGRAM

Masa pengabdian KKN di Desa Nangahale secara formal berakhir. Meskipun demikian, pemantauan terus dilakukan dengan bekerja sama dengan Pemerintah Desa, kader posyandu, tokoh masyarakat, dan pemuda setempat. Sebagai hasil dari evaluasi menyeluruh, telah ditemukan bahwa pembagian abon ikan dan pelatihan gizi untuk anak stunting telah meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya asupan protein hewani untuk pertumbuhan anak. Selain itu, program ini diharapkan dapat memberikan manfaat ganda bagi masyarakat Desa Nangahale, perbaikan status gizi anak dan peningkatan ekonomi keluarga.

5. KESIMPULAN

Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat dalam Difersifikasi Produk Abon Ikan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Nangahale, Kecamatan Talibura, Kabupaten Sikka yang melibatkan ibu rumah tangga, kader posyandu, dan kelompok PKK, telah berhasil dilaksanakan. Kegiatan ini tidak hanya mengajarkan cara mengolah ikan tongkol menjadi abon yang bergizi, praktis, dan tahan lama, tetapi juga meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang, terutama asupan protein hewani bagi anak stunting. Terbukti bahwa pelatihan dan pembagian abon ikan dapat membantu pertumbuhan ekonomi keluarga dengan memberikan nutrisi dan peluang bisnis kepada perikanan lokal. Selain itu, antusiasme masyarakat dan kerja sama yang baik antara mahasiswa KKN, pemerintah desa, dan kelompok masyarakat lainnya mendukung keberhasilan program.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Z. F., Dulahu, W. Y., & Aulia, U. (2023). Sosialisasi dan konseling pencegahan stunting serta pemberian makanan tambahan berbahan daun kelor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(1), 14–21. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v2i1.18442>
- Anggraini, C. R., Bakti, B. S., & Sandy, S. R. O. (2023). Optimalisasi pengembangan ekonomi kreatif berbasis sumber daya laut perikanan di Desa Lojejer, Kecamatan Wuluhan melalui edukasi dan pendampingan pengolahan ikan hasil tangkapan nelayan. *Journal of Humanities Community Empowerment*, 1(2), 30–35. <https://doi.org/10.32528/jhce.v1i2.431>
- Arif, L., Firnandari, I., Jayanti, E. T., Sari, I. R., & Fauziah, S. N. (2023). Inovasi potensi lokal ikan asap sebagai makanan tambahan dalam pencegahan stunting di Desa Randuputih. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 4(3), 1856–1864.
- Data Stunting di Polindes Nangahale tahun 2024.
- Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini. (2023). *Pendidikan dan pelatihan teknis percepatan penurunan stunting melalui pengembangan anak usia dini holistik integratif di satuan PAUD*.
- Gita, A. P. A., Surya, N. T., & Setyaningsih, A. (2023). Aplikasi stunting berbasis android guna mempercepat deteksi dini kejadian stunting. *Journal of Public Health Innovation*, 3(2), 142–150. <https://doi.org/10.34305/jphi.v3i02.714>
- Jannah, C. N. (2019). *Pendampingan masyarakat dalam upaya mencegah terjadinya stunting pada balita di Desa Nangahale Kecamatan Talibura Kabupaten Sikka*.
- Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. (n.d.). *Journal of Public Policy and Management Review*, 10(3).

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kusumaningati, W., Dainy, N. C., & Kushargina, R. (2018). Edukasi Cespleng (Cegah Stunting Itu Penting) dan skrining stunting di Posyandu Doktren 2 Kecamatan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, September 2019, 2–6.
- Martony, O., Lestrina, D., & Amri, Z. (2020). Pemberdayaan ibu untuk perbaikan pola konsumsi ikan terhadap peningkatan asupan protein, kalsium, zink, dan Z-score tinggi badan menurut umur pada anak stunting. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 672–686. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1188>
- Mujaddid, A. F., Nugroho, F., & Universitas Indonesia. (2021). Kondisi sosial ekonomi nelayan tangkap di kabupaten. *Pekerjaan Sosial (Peksos)*, 20(1), 130–137. <https://doi.org/10.31595/peksos.v20i1.304>
- Ngaisyah, R. R. D., & Adiputra, A. K. (2019). Pengembangan potensi lokal ikan menjadi nugget dan abon ikan untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan menurunkan angka kejadian stunting di Kanigoro, Saptosari, Gunungkidul. *Journal of Community Empowerment for Health*, 1(2), 61. <https://doi.org/10.22146/jcoemph.36961>
- Noviati, R., & Purnaweni, H. (2021). Peran Posyandu untuk menangani stunting di Desa Medini. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, September 2019, 2–6.
- Wahyuni, S., Hafizin, M., & Wathoni, H. (2025). Pelatihan membuat abon ikan tongkol di Desa Seruni Mumbul Dusun Baran Tapen Asri. *Jurnal Generasi Emas (JGEN)*, 3(4), 496–502. <https://doi.org/10.60126/jgen.v3i4.1091>
- Yaumil Bay Thaifur, A. R., Mustari, T., Ode Nur Ainun, W., Dayanu Ikhsanuddin Baubau, U., & Perikanan dan Ilmu Kelautan, F. (2024). Pembuatan produk abon berbahan dasar ikan tongkol untuk mengatasi masalah stunting dan gizi kesehatan masyarakat pada balita di wilayah pesisir. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 161–171.