



## Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonnii*) Sebagai Camilan Tinggi Protein Dalam Mencegah Stunting Bagi Balita di Wilayah Pesisir Bungkutoko

Asnia Zainuddin <sup>1\*</sup>, Fifi Nirmala G <sup>2</sup>, Jusniar Rusliafa <sup>3</sup>

<sup>1</sup> Departemen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia;  
asnja.zainuddin@aho.ac.id

<sup>2</sup> Departemen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia;  
fifinirmala87@gmail.com

<sup>3</sup> Departemen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia;  
jusniar.rusliafa@aho.ac.id

### ABSTRACT

*Stunting is one of the chronic nutritional problems that remains a major challenge in Indonesia, especially in coastal areas with limited access to nutritious food. One of the main causes of stunting is low intake of animal protein in children under five years of age. The coastal area of Bungkutoko in Kendari City has abundant marine resources, one of which is anchovy (*Stolephorus commersonnii*), which is rich in protein, calcium, phosphorus, and omega-3. This community service activity aims to increase the knowledge and skills of coastal communities in processing anchovies into high-protein snack sticks as an effort to prevent stunting in toddlers. The activity methods included education, training, hands-on practice in making anchovy sticks, as well as evaluation and follow-up. Education was provided through seminars and nutrition leaflets, while training was conducted through live demonstrations involving housewives and health cadres. The results of the activity showed an increase in participants' understanding of the nutritional content of anchovies and their skills in processing them into sticks. The resulting product has a savory taste, crispy texture, and is well received by children. In addition to being beneficial in preventing stunting, this activity also opens up opportunities for developing small businesses based on local foods. Thus, the use of anchovies as a high-protein snack is an effective and sustainable innovation to improve the nutritional status of coastal communities.*

### ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia, terutama di wilayah pesisir yang memiliki keterbatasan akses terhadap pangan bergizi. Salah satu faktor penyebab utama stunting adalah rendahnya asupan protein hewani pada anak balita. Wilayah pesisir Bungkutoko di Kota Kendari memiliki potensi sumber daya laut yang melimpah, salah satunya ikan teri nasi (*Stolephorus commersonnii*) yang mengandung protein, kalsium, fosfor, dan omega-3 tinggi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat pesisir dalam mengolah ikan teri nasi menjadi stik camilan tinggi protein sebagai upaya pencegahan stunting pada balita. Metode kegiatan meliputi tahap edukasi, pelatihan, praktik langsung pembuatan stik teri nasi, serta evaluasi dan tindak lanjut. Edukasi diberikan melalui seminar dan *leaflet gizi*, sedangkan pelatihan dilakukan dengan demonstrasi langsung yang melibatkan ibu rumah tangga dan kader kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai kandungan gizi ikan teri nasi serta keterampilan dalam proses pengolahan menjadi stik. Produk yang dihasilkan memiliki cita rasa gurih, tekstur renyah, dan diterima dengan baik oleh anak-anak. Selain bermanfaat dalam pencegahan stunting, kegiatan ini juga membuka peluang pengembangan usaha kecil berbasis pangan lokal. Dengan demikian, pemanfaatan ikan teri nasi sebagai camilan tinggi protein merupakan inovasi yang efektif dan berkelanjutan untuk meningkatkan status gizi masyarakat pesisir.

**Keywords :** Anchovy Sticks; Coastal Area; Stunting

**Kata Kunci :** Stik Teri Nasi; Stunting; Wilayah Pesisir

**Correspondence :** Fifi Nirmala G  
Email : fifinirmala87@gmail.com, 08114094587

• Received xx xxxx 202x • Accepted xx xxxx 202x • Published 15 Januari 2026  
• e - ISSN : 2961-7200 • DOI: <https://doi.org/10.56742/jpm.v5i1.219>

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan global yang masih menjadi tantangan terbesar terutama di negara berkembang[1,2]. WHO, pada tahun 2022 terdapat sekitar 148 juta anak balita di dunia yang mengalami kejadian stunting, dengan prevalensi tertinggi di Asia Selatan dan Sub-Sahara Afrika[3,4]. Di Indonesia, stunting juga menjadi masalah serius dengan prevalensi nasional mencapai 21.6% pada tahun 2022, masih di atas ambang batas WHO sebesar 20% [1,5]. Di Sulawesi Tenggara, angka stunting bahkan lebih tinggi, yaitu 30.2%, dan di wilayah pesisir Bungkutoko, Kota Kendari, prevalensi stunting pada balita tercatat di atas 25%, menandakan perlunya intervensi gizi yang inovatif dan berbasis potensi lokal.

Salah satu penyebab utama stunting adalah kurangnya asupan protein hewani yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak [6]. Protein berperan dalam pembentukan jaringan tubuh, perkembangan otak, serta meningkatkan daya tahan tubuh. Selain protein, mineral seperti kalsium, fosfor, dan kalium juga sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan tulang dan kesehatan tubuh anak. Di wilayah pesisir, sumber protein hewani seperti ikan sangat melimpah, salah satunya adalah ikan teri nasi (*Stolephorus sp.*)[7]. Ikan teri nasi mengandung protein tinggi, kalsium, fosfor, dan kalium yang sangat baik untuk pertumbuhan balita. Dalam 100 gram ikan teri nasi kering, terkandung sekitar 43 gram protein, 1,200 mg kalsium, 500 mg fosfor, dan 800 mg kalium. Selain itu, ikan teri nasi juga mengandung asam lemak omega-3 yang penting untuk perkembangan otak anak[8]. Penelitian menunjukkan bahwa kombinasi bahan pangan lokal seperti ubi jalar, tahu, dan ikan teri kering dapat menghasilkan makanan tambahan dengan kandungan energi 144.2 kkal, protein 5.1 gram, lemak 7.8 gram, karbohidrat 13.9 gram, serat 1.3 gram, kalsium 58.6 mg, fosfor 68.6 mg, dan kalium 135.2 mg per porsi. Kandungan ini sangat mendukung kebutuhan gizi balita untuk mencegah stunting [7].

Pengembangan stik teri nasi sebagai camilan tinggi protein merupakan salah satu

inovasi yang relevan untuk mengatasi masalah stunting di wilayah pesisir. Stik teri nasi relatif mudah dibuat karena memanfaatkan bahan baku lokal yang melimpah, serta secara prinsip dapat dioptimalkan penerimanya melalui formulasi yang tepat dan uji organoleptik pada produk stik berbasis ikan [9]. Stik teri nasi mudah dibuat, bahan bakunya melimpah, dan dapat diterima oleh anak-anak. Namun, Dalam implementasi camilan tinggi protein berbasis teri nasi di masyarakat pesisir juga menghadapi beberapa tantangan. Keterbatasan pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi yang masih didominasi karbohidrat [10], serta keterbatasan alat dan modal untuk pengolahan pangan menjadi kendala utama. Selain itu, tidak semua anak menyukai rasa ikan, sehingga inovasi produk dan uji organoleptik sangat penting untuk memastikan camilan diterima anak-anak. Meski demikian, peluang pengembangan sangat besar karena wilayah pesisir memiliki sumber protein hewani yang melimpah dan murah, serta adanya dukungan program pemerintah untuk percepatan penurunan stunting.

Dengan demikian, stik teri nasi sebagai camilan tinggi protein sangat potensial untuk mencegah stunting pada balita di wilayah pesisir Bungkutoko, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara. Kandungan protein dan mineral yang tinggi, ketersediaan bahan baku lokal, serta penerimaan yang baik oleh anak-anak menjadi keunggulan utama inovasi. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat pesisir Kelurahan Bungkutoko, Kecamatan Nambo, Kota Kendari dalam memanfaatkan Teri Nasi (*Stolephorus commersonnii*) melalui pengolahan stik teri nasi sebagai camilan tinggi protein guna mendukung perubahan perilaku konsumsi keluarga balita dan upaya pencegahan stunting di wilayah pesisir Bungkutoko.

## METODE

Kegiatan pengabdian akan bertempat di Kelurahan Bungkutoko Kecamatan Nambo Kota Kendari. Berdasarkan latar belakang, lokasi ini dipilih karena berada di pesisir Kota Kendari.

Berdasarkan hasil observasi di masyarakat, ditemukan bahwa terdapat kurangnya pemahaman tentang pemanfaatan teri nasi (*Stolephorus commersonnii*). Selain itu belum adanya pelatihan pengolahan teri nasi (*Stolephorus commersonnii*). Sehingga kegiatan pengabdian ini akan dilaksanakan sebagai bentuk untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam memanfaatkan teri nasi (*Stolephorus commersonnii*) menjadi dalam bentuk stik untuk camilan tinggi protein dalam mencegah stunting bagi balita di Wilayah Pesisir Bungkutoko.

#### 1. Tahap Penyiapan Bahan

Teri nasi (*Stolephorus commersonnii*) sebagai bahan utama pembuatan stik teri nasi yang diperoleh dari sumber daya pesisir di sekitar Kelurahan Bungkutoko Kecamatan Nambo Kota Kendari. Teri nasi yang diambil (Gambar 1) untuk dijadikan bahan baku utama dalam pembuatan Stik.



Gambar 1. Teri nasi (*Stolephorus commersonnii*)

#### 2. Tahap Edukasi

Pada tahap ini masyarakat juga diberikan materi penguatan pengetahuan dan informasi tentang nutrisi teri nasi (*Stolephorus commersonnii*). Metode penguatan pengetahuan ini dilakukan dalam bentuk kegiatan seminar oleh narasumber atau tim pengabdian. Dengan demikian, diharapkan masyarakat memiliki pengetahuan tentang teri nasi dan kandungan gizi yang dimilikinya serta cara pengolahan teri nasi menjadi stik yang kaya akan protein.

#### 3. Tahap Pembuatan

Stik teri nasi (*Stolephorus commersonnii*) adalah pembuatan stik dengan bahan utama dari teri nasi.

#### 4. Tahap Evaluasi

Setelah pelaksanaan kegiatan, evaluasi akan dilakukan untuk menilai keberhasilan program dan tingkat peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan teri nasi.

#### 5. Rencana Tindak Lanjut

Untuk menjaga keberlanjutan program, upaya dilakukan dengan mengadakan pertemuan dan diskusi dengan pemerintah setempat untuk keberlanjutan program dan kerjasama.

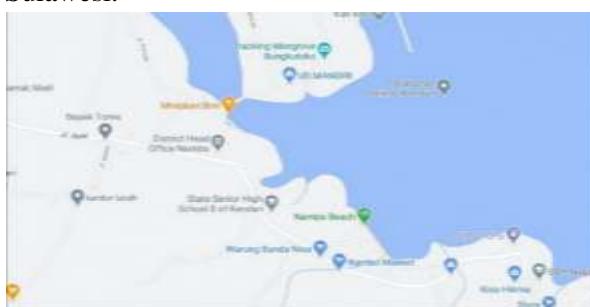
**Tabel 1. Deskripsi dan evaluasi kegiatan**

No	Materi	Deskripsi	Media
1	Penyiapan bahan	Menyiapkan bahan dasar untuk pembuatan Stik yaitu teri nasi ( <i>Stolephorus commersonnii</i> )	Teri Nasi ( <i>Stolephorus commersonnii</i> )
2	Edukasi	Memberikan materi penguatan pengetahuan dan informasi tentang nutrisi teri nasi ( <i>Stolephorus commersonnii</i> )	Pemaparan materi/Video edukasi
3	Pelatihan Pengolahan Teri Nasi( <i>Stolephorus commersonnii</i> )	Pelaksanakan pelatihan pengolahan teri nasi ( <i>Stolephorus commersonnii</i> ) menjadi Stik yang kaya akan protein	Simulasi Pengolahan teri nasi ( <i>Stolephorus commersonnii</i> )
4	Evaluasi Kegiatan	Setelah pelaksanaan pelatihan dan simulasi, selanjutnya melakukan evaluasi kegiatan. Evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas program, sejauh mana pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengolah teri nasi ( <i>Stolephorus commersonnii</i> ) menjadi stik.	Melihat dan mencicipi hasil pengolahan teri nasi ( <i>Stolephorus commersonnii</i> )
5	Rencana Tindak Lanjut	Rencana ini akan mencakup langkah-langkah untuk menjaga dan meningkatkan keberlanjutan program mencakup upaya kolaborasi dengan pihak terkait, seperti pemerintah setempat.	Pembuatan laporan dan melakukan pertemuan dan diskusi dengan pemerintah setempat

## HASIL

Kelurahan Bungkutoko merupakan salah satu kelurahan yang ada di Kecamatan Nambo dengan luas wilayah 1.60 Ha [11].

Kelurahan Bungkutoko terletak di kecamatan Nambo Kota Kendari yang memiliki wilayah pulau tersendiri dan di kelilingi oleh laut Sulawesi.

**Gambar 2. Peta Wilayah Kelurahan Bungkutoko**

Kelurahan Bungkutoko berada pada dataran rendah yakni pada ketinggian 5.00 MDL dari permukaan laut dengan curah hujan rata-rata 1.500 mm memiliki 2 musim dalam setahun yaitu musim penghujan dan musim kemarau.

Puskesmas Nambo memiliki sarana kesehatan berupa: Puskesmas Induk yang merupakan puskesmas rawat jalan dan Puskesmas Pembantu yang terdiri dari 4 buah yaitu di Kelurahan sambuli, Nambo, Petoaha dan Tondonggeu. Posyandu balita yang terdiri dari 11 Posyandu dan Posyandu lansia yang terdiri dari 7 Posyandu [12].

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di RT 12 Kelurahan Bungkutoko, Kecamatan Nambo, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara. Lokasi ini dipilih karena memiliki prevalensi stunting yang cukup tinggi di antara balita, serta potensi perikanan yang melimpah namun belum dimanfaatkan secara optimal untuk kebutuhan gizi anak. Kegiatan ini dimulai dengan tahap persiapan dan koordinasi dengan pemerintah setempat dan pihak mitra dari Kelurahan Bungkutoko untuk menyusun rencana teknis pelaksanaan kegiatan. Tim pengabdi juga menyusun rencana kegiatan serta instrumen edukasi berupa leaflet informasi gizi dan cara pembuatan Stik Teri Nasi, serta mempersiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan untuk kegiatan

pelatihan ini. Penyiapan bahan baku utama yaitu ikan teri nasi dilakukan dengan melibatkan masyarakat lokal agar mereka memahami proses pemilihan bahan yang baik dan berkualitas [13]. Adapun tahapannya yaitu sebagai berikut :

### 1. Uji Coba Produk Stik Nasi di Lab Kuliner FKM UHO

Kegiatan ini berfokus pada peningkatan pengetahuan masyarakat dan pengembangan keterampilan dalam pengolahan pangan lokal berbasis ikan teri nasi (*Stolephorus commersonnii*) sebagai camilan tinggi protein guna mendukung upaya pencegahan stunting pada balita di wilayah pesisir. Kegiatan pengabdian ini diawali dengan uji coba produk stik teri nasi yang dilaksanakan di laboratorium kuliner Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo. Kegiatan ini dilakukan guna mengembangkan formulasi resep yang tepat serta menghasilkan produk dengan kualitas organoleptik yang baik, terutama dari segi rasa, tekstur, dan aroma yang dapat diterima oleh anak-anak. Proses pengolahan diawali dengan penyiapan bahan-bahan utama, seperti tepung terigu, ikan teri nasi halus, daun seledri, dan bumbu lain, dibentuk menjadi potongan kecil memanjang menggunakan alat bantu sederhana (Gambar 4a). Potongan stik diletakkan dalam nampan untuk digoreng. Gambar 4b adalah proses penggorengan stik teri nasi. Pada tahapan ini stik digoreng menggunakan wajan penggoreng skala rumah tangga dengan teknik *deep frying*. Proses ini penting untuk memastikan tekstur akhir yang renyah dan warna yang menarik agar dapat diterima oleh anak-anak sebagai camilan sehat.



Gambar 3. a dan b Bahan-bahan Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonnii*) dan Proses pembuatannya di laboratorium kuliner FKM UHO



Gambar 4. a dan b Proses Pembentukan Adonan dan Produksi Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonnii*)

Gambar 3b menunjukkan proses pembentukan adonan stik teri nasi. Adonan yang telah diuleni dengan bahan dasar seperti tepung terigu, ikan teri nasi halus, daun seledri, dan bumbu lain, dibentuk menjadi potongan kecil memanjang menggunakan alat bantu sederhana (Gambar 4a). Potongan stik diletakkan dalam nampan untuk digoreng. Gambar 4b adalah proses penggorengan stik teri nasi. Pada tahapan ini stik digoreng menggunakan wajan penggoreng skala rumah tangga dengan teknik *deep frying*. Proses ini penting untuk memastikan tekstur akhir yang renyah dan warna yang menarik agar dapat diterima oleh anak-anak sebagai camilan sehat.



Gambar 5. Hasil Olahan Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonnii*) di laboratorium kuliner FKM UHO

Gambar 5 menunjukkan hasil akhir berupa produk stik teri nasi yang telah dikemas menggunakan *standing pouch* transparan. Kemasan ini menjaga higienitas produk, serta dapat juga menambah nilai jual dan daya tarik visual. Tahap laboratorium ini berperan penting dalam memastikan bahwa seluruh prosedur pelatihan nantinya dapat

berjalan dengan baik dan sesuai standar keamanan pangan sederhana.

## 2. Pelatihan Pembuatan Stik Teri Nasi Pada Masyarakat di Kelurahan Bungkutoko

Setelah dilakukan beberapa kali uji coba formulasi, dilakukan kegiatan pelatihan. Kegiatan pelatihan diikuti oleh perwakilan ibu rumah tangga, kader kesehatan, dan mahasiswa. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh tim pengabdi, dilanjutkan dengan edukasi singkat mengenai peran protein hewani dalam pencegahan stunting, serta manfaat gizi dari ikan teri nasi. Pada kegiatan ini juga hadir perwakilan dari kelurahan sebanyak 3 orang yang dipimpin oleh bapak Sekretaris Lurah Bungkutoko sekaligus memberikan sambutan pada kegiatan ini. Beliau juga sangat senang dengan adanya kegiatan ini karena mengingat anak-anak cenderung tidak doyan makan ikan yang merupakan sumber protein, dan stik teri nasi ini bisa menjadi camilan protein yang sangat baik buat mereka.



Gambar 6. Penyerahan Paket Bantuan Bahan Pangan untuk pelatihan Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonii*)

Dalam kesempatan ini, tim pengabdian menyerahkan paket bantuan bahan pangan

yang terdiri dari tepung terigu, gula pasir, minyak goreng, dan mentega yang akan digunakan untuk pelatihan praktik pengolahan stik teri nasi. (Gambar 6). Tim pengabdian juga menyerahkan alat bantu cetak stik sebanyak empat unit kepada perwakilan warga dan kader PKK yang mengikuti pelatihan. Pemberian alat ini bertujuan untuk mendukung keberlanjutan produksi stik teri nasi secara mandiri setelah kegiatan pelatihan selesai. Alat cetak sederhana ini diharapkan dapat digunakan oleh kelompok ibu rumah tangga dalam mengembangkan usaha kecil berbasis pangan lokal.

Sebagai bagian dari diseminasi hasil pelatihan dan uji coba laboratorium, tim pengabdi juga menyerahkan sampel produk stik teri nasi yang telah dikemas kepada masyarakat dan aparat kelurahan. Produk tersebut merupakan hasil produksi dari praktik di laboratorium kuliner FKM UHO sebelumnya. Penyerahan ini sekaligus menjadi sarana promosi awal untuk memperkenalkan inovasi pangan lokal sebagai camilan tinggi protein yang mendukung upaya pencegahan stunting pada balita. Dokumentasi ini memperlihatkan sinergi nyata antara pihak perguruan tinggi, pemerintah kelurahan, dan masyarakat dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian yang tidak hanya berorientasi pada edukasi, tetapi juga pada keberlanjutan dan pemberdayaan ekonomi warga pesisir.

## 3. Praktik Langsung Pembuatan Produk oleh Warga

Setelah sesi pembukaan, kegiatan dilanjutkan dengan praktik langsung pembuatan stik teri nasi, dimulai dari pengenalan bahan, teknik mencampur adonan, hingga proses pengolahan. Fasilitator memberikan penjelasan teknis secara detail dan aplikatif, disertai dengan demonstrasi pembuatan adonan. Peserta kemudian dilibatkan secara aktif mulai dari menghaluskan bumbu segar (seledri dan

bawang putih), mencampurkan telur dan mentega ke dalam tepung, hingga mencampur stik ikan teri halus ke dalam adonan.



Gambar 7. Proses Pembuatan Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonii*)

Setelah adonan kalis, peserta menggiling adonan menggunakan alat pencetak yang telah disediakan. Proses ini dipantau langsung oleh tim pengabdian dan mahasiswa pendamping untuk memastikan teknik yang diterapkan sesuai serta memastikan ketebalan adonan sesuai standar dan mudah dibentuk menjadi stik panjang. Produk yang telah digoreng kemudian dipresentasikan sebagai hasil akhir. Berdasarkan observasi, peserta menunjukkan antusiasme tinggi dan mampu memahami serta mengaplikasikan keterampilan yang diberikan. Hasil produk olahan menunjukkan konsistensi bentuk, tekstur, dan rasa yang baik.



Gambar 8. Hasil Produksi Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonii*)

Sebagai penutup, Foto ini menjadi dokumentasi penting atas keberhasilan pelaksanaan kegiatan sekaligus menjadi simbol partisipasi aktif warga dalam mengatasi isu stunting melalui inovasi pangan lokal.

Sebagai bagian dari evaluasi kegiatan, dilakukan wawancara langsung kepada beberapa peserta pelatihan dan anak-anak yang

menjadi konsumen potensial dari produk stik teri nasi. Hasil wawancara menunjukkan bahwa produk camilan tinggi protein ini mendapatkan respon positif dari masyarakat, baik dari aspek cita rasa, tekstur, maupun manfaat fungsionalnya sebagai makanan pendukung pencegahan stunting. Sebagian besar ibu rumah tangga yang menjadi responden menyatakan bahwa stik teri nasi memiliki rasa yang enak, gurih, dan renyah, serta cocok dijadikan camilan untuk anak-anak. Responden pertama, Ibu Nurlian, menyampaikan bahwa anak-anak sangat menyukai rasa stik teri yang khas dan sering meminta tambahan setelah mencobanya. Hal serupa disampaikan oleh Ibu Irma yang menyebutkan bahwa produk ini memiliki kombinasi rasa gurih dan sedikit manis yang disukai anak-anak, serta tekstur *crunchy* yang membuatnya mudah dikonsumsi. Ia juga menekankan bahwa produk ini penting karena tinggi protein dan cocok untuk anak balita, meskipun ia memberi catatan bahwa anak-anak yang belum memiliki gigi mungkin memerlukan modifikasi tekstur.

Selain itu, tanggapan dari anak-anak juga sangat positif, ditunjukkan melalui respon nonverbal (seperti anggukan) dan ekspresi antusias saat mencicipi produk. Ketika ditanya apakah mereka ingin menambah stik yang diberikan, mayoritas anak menyatakan keinginan untuk mengonsumsi lebih banyak, menunjukkan tingkat penerimaan organoleptik yang tinggi. Dari sisi pelaksanaan kegiatan, para ibu mengapresiasi pendekatan yang digunakan dalam pelatihan. Ibu Wa Tati menyampaikan bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat karena warga tidak hanya mencicipi hasil produk, tetapi juga belajar secara langsung proses pembuatannya. Pendekatan partisipatif ini dianggap sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat, serta membuka peluang untuk mengembangkan usaha skala rumah tangga.

#### **4. Dampak dan potensi keberlanjutan kegiatan**

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis pelatihan pangan lokal dapat menjadi solusi yang tepat sasaran untuk mendukung upaya pencegahan stunting di wilayah pesisir. Selain meningkatkan keterampilan peserta, kegiatan ini juga berkontribusi terhadap pemanfaatan hasil laut lokal yang bernilai gizi tinggi namun sering kali kurang dimaksimalkan. Secara keseluruhan, data kualitatif dari wawancara menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian ini telah mencapai dua sasaran utama: (1) meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap produk inovatif berbasis pangan lokal, dan (2) membangun kapasitas teknis warga dalam pengolahan pangan bergizi. Respon positif ini mendukung keberlanjutan program dan membuka peluang untuk pengembangan produk sejenis di masa mendatang.

Produk stik teri nasi terbukti memiliki potensi sebagai camilan tinggi protein yang mudah diproduksi secara mandiri oleh masyarakat. Selain untuk konsumsi rumah tangga, produk ini juga dapat diarahkan untuk kegiatan ekonomi produktif skala mikro, seperti dijual di warung atau dititipkan ke koperasi kelurahan.

## **5. Materi Yang Disampaikan Pada Saat Pelatihan**

Materi pelatihan pembuatan Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonii*) dalam Upaya Pencegahan Stunting pada Masyarakat Kelurahan Bungkutoko Kota Kendari dibuatkan dalam bentuk Leaflet dan dibagikan ke peserta pelatihan, adapun leaflet tersebut ada pada Gambar 9.



**Gambar 9.** Leaflet Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonii*)

## **6. Respon dan Perkembangan Pemahaman Peserta Penyuluhan**

Peserta yang mengikuti pelatihan pembuatan Stik Teri Nasi (*Stolephorus commersonii*) memberikan respon positif, yakni semua peserta sangat antusias dan mengapresiasi terselenggaranya kegiatan pelatihan ini, dimana peserta mudah dalam memahami proses pembuatan stik karena dilakukan secara demonstrasi diawali dengan pemutaran video pendek penyiapan alat dan bahan, proses pembuatan sampai hasil produksi Stik Teri Nasi di laboratorium kuliner FKM UHO, sehingga peserta bisa mempraktekan secara langsung pengolahan Teri Nasi.

## PEMBAHASAN

Pengolahan teri nasi menjadi stik berpotensi meningkatkan pemanfaatan sumber protein hewani lokal di wilayah pesisir. Pemanfaatan protein hewani penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita serta menjadi salah satu komponen kunci dalam upaya pencegahan stunting [6]. Inovasi dalam bentuk camilan juga merupakan strategi praktis karena anak-anak seringkali lebih mudah menerima makanan selingan daripada lauk ikan dalam bentuk utuh.

Rangkaian kegiatan yang diawali dengan uji coba di laboratorium kuliner membantu memastikan formulasi dan prosedur pengolahan dapat direplikasi pada skala rumah tangga dengan mutu organoleptik yang baik. Tahap ini berkontribusi pada kesiapan pelatihan di masyarakat dan dapat meminimalkan kegagalan produk ketika dipraktikkan oleh peserta, sehingga

proses transfer keterampilan menjadi lebih efektif. Metode pelatihan yang menggabungkan edukasi, demonstrasi, dan praktik langsung menunjukkan pendekatan partisipatif yang sesuai untuk pemberdayaan masyarakat. Keterlibatan peserta pada setiap tahap (pencampuran adonan, pencetakan, penggorengan, hingga pengemasan) memperkuat pembelajaran berbasis pengalaman dan meningkatkan peluang adopsi keterampilan di rumah, termasuk untuk produksi berulang secara mandiri; temuan serupa juga dilaporkan pada program pengabdian berbasis olahan ikan melalui pelatihan dan pendampingan yang meningkatkan pengetahuan serta keterampilan ibu/kelompok sasaran [14,15].

Dari sisi penerimaan, respon positif peserta dan anak menunjukkan bahwa rasa gurih dan tekstur renyah menjadi faktor penting dalam penerimaan produk. Temuan adanya catatan terkait balita yang belum memiliki gigi lengkap mengindikasikan perlunya penyesuaian bentuk/tekstur (misalnya ukuran lebih kecil, ketebalan lebih tipis, atau alternatif metode pengolahan) agar produk lebih ramah untuk variasi usia dan kemampuan mengunyah. Walaupun kegiatan menunjukkan peluang pengembangan ekonomi rumah tangga melalui usaha mikro berbasis pangan lokal, tantangan seperti keterbatasan pengetahuan gizi dan pola konsumsi yang masih didominasi karbohidrat tetap perlu diantisipasi melalui edukasi berkelanjutan dan pendampingan, sejalan dengan rekomendasi praktik pemberian makan anak [10]. Ke depan, evaluasi kuantitatif (pre-test dan post-test pengetahuan, serta uji hedonik terstruktur) disarankan untuk memperkuat bukti capaian program.

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada pelatihan pembuatan stik teri nasi (*Stolephorus commersonii*) sebagai camilan tinggi protein telah berhasil dilaksanakan dengan partisipasi aktif masyarakat di wilayah pesisir Kelurahan Bungkutoko, RT 12. Proses pelatihan berjalan efektif melalui pendekatan praktik

langsung yang didahului oleh uji coba produk di laboratorium.

Hasil pelatihan menunjukkan bahwa warga mampu memahami dan mengaplikasikan keterampilan dalam memproduksi stik teri nasi dengan baik, mulai dari pengolahan bahan, pencampuran adonan, penggilingan, penggorengan hingga pengemasan. Produk akhir memiliki potensi tinggi sebagai camilan bergizi yang dapat mendukung upaya pencegahan stunting, khususnya pada balita di wilayah padat penduduk dengan risiko gizi buruk.

Lebih lanjut, kegiatan ini juga membuka peluang ekonomi rumah tangga berbasis pangan lokal, mengingat stik teri nasi dapat dikembangkan menjadi produk bernilai jual, baik untuk konsumsi sendiri maupun sebagai usaha mikro.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami kepada Pimpinan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo yang telah memberikan dukungan penuh pada kami, Pemerintah Daerah Kelurahan Bungkutoko, Kader kesehatan, ibu Balita, dan Civitas akademika dosen dan mahasiswa dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo.

## DAFTAR PUSTAKA

- Sharma D, Vijin P, Goyal R, Hadi S, Kumar R. Unveiling subgroup trends of stunting and wasting in Indian children: a serial cross-sectional analysis from National Family Health Surveys 3-5. The American Jurnal Of Clinical Nutrition. 2025 May;121(5):1077-1089. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
- Putri A, Fajar I, Nyoman S. Formulation of Sweet Potato, Tofu, and Dried Anchovy as Supplementary Feeding for Stunting Toddlers Aged 1 – 3 Years Old. Journal of Local Therapy. 2022;1(2) 30-33. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
- Amanah N, Hendrayati, Rauf S. Protein and Calcium and Iron Content on Cheese Stick Substitution of White and Black Anchovy

- Flour. 2019; 25(2):50. Media Gizi Pangan. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
4. Ramah D, Hendrayati, Rochimiwati S. The Power of accepting Cheese Stick with the Addition of Anchovy Flour (*Stolephorus Sp*) to Stunting Toddlers. 2019; 26(1):61. Media Gizi Pangan. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
5. Oppusunggu, Riris (2023) The Effect of Giving Mitekor (Moringa Leaf Noodles) On Overcoming Stunting in School Children in Medan Tuntungan District, Medan. International Journal of Membrane Science and Technology, 10 (3): 15379. pp. 2750-2754. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
6. Pulungan, F., Batubara, A., & Nasution, E. (2024). Effect of Giving Premix Cookies With Mung Beans and Anchovy (*Stolephorus*) For Stunting Prevention on Toddlers in Telaga Sari Village, Tanjung Morawa District, Deli Serdang Regency. Journal of Health Science and Medical Therapy. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
7. Putri, N., Siregar, H., Nurandini, N., & Indirawati, S. (2024). Improving the Nutritional Status of Stunted Toddlers by Utilizing Local Food in Coastal Labu Beach, Deli Serdang Regency. Journal of Community Research and Service. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
8. Zaen, N., Buulolo, D., & Hayati, N. (2020). Giving Nuggets (Liberty) of Brocoly, Eel, Anchor, Against the Growth of Stunting Children in 2019. The Science Midwifery, 9, 166-172. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
9. Ummi B ZL II, Rahman Asih E, Siswati T. Pengaruh Variasi Pencampuran Tepung Terigu Dan Tepung Ikan Roa (*Hermihampus Sp*) Terhadap Sifat Fisik, Organoleptik Dan Kadar Protein pada Stik Ikan Roa. 25(1):20–30. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
10. [UNICEF Indonesia. 10 Framework-of-Action-Complementary-Feeding-2019. 2019. [\[View at Publisher\]](#)
11. Badan Pusat Statistik, Kendari. (2025) Kecamatan Nambo dalam Angka Nambo District in Figures. [\[View at Publisher\]](#)
12. Badan Pusat Statistik, Kendari. (2025) Statistik Daerah Kota Kendari 2025. [\[View at Publisher\]](#)
13. Hikmah M, Asmayanti M, Fitriyani M, Hidayati M. (2023), Edukasi Pencegahan Stunting PAda Anak Melalui Pengolahan Ikan Teri di Desa Kuppa Kabupaten Barru, 6(10) : doi.org/10.31604/jpm.v6i10.3566-3572 [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
14. Siska AI, Kareja N, Kurniasanti SA. Booklet Resep Berbahan Dasar Ikan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Tambong Banyuwangi. I-Com: Indonesian Community Journal. 2024 Dec 11;4(4):2724–34. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
15. Paramita IS, Atasasih H, Hindratni F. Stunting Prevention through Training of Mothers in Processing Catfish into Dim Sum in Ranah Singkuang Village. Jurnal Abmas Negeri (JAGRI). 2025 Jun 27;6(1):90–100. [\[View at Publisher\]](#) [\[Google Scholar\]](#)