



JURNAL ABDI INSANI

Volume 10, Nomor 2, Juni 2023

<http://abdiinsani.unram.ac.id>. e-ISSN : 2828-3155. p-ISSN : 2828-4321



EDUKASI PENTINGNYA NUTRISI IKAN UNTUK MENCEGAH STUNTING DI PONDOK PERASI, KECAMATAN AMPENAN, MATARAM

Education concerning the significance of fish nutrition in preventing stunting in Pondok Perasi, Ampenan District, Mataram

Wastu Ayu Diamahesa*, Thoy Batun Citra Rahmadani, Septiana Dwiyantri, Yuliana Asri, Nuri Muahiddah, Rangga Idris Affandi, Sahrul Alim, Muhammad Sumsanto, Bagus Dwi Hari Setyono, , Dewi Putri Lestari, Salnida Yuniarti Lumbessy, Nanda Diniarti, Andre Rachmat Scabra, Damai Diniariwisan

Program Studi Budidaya Perairan, Fakultas Pertanian, Universitas Mataram

Jalan Pendidikan No. 37 Kota Mataram

*Alamat korespondensi: wastuayu@unram.ac.id

(Tanggal Submission: 14 Februari 2023, Tanggal Accepted : 15 Juni 2023)



Kata Kunci :

Pengabdian Masyarakat, Stunting, Nutrisi ikan, Cookies Ikan Teri

Abstrak :

Pendahuluan (latar belakang): Stunting merupakan permasalahan Kesehatan yang menimpa anak-anak baik lokal, nasional, maupun global. Tingginya angka stunting di Indonesia berkorelasi langsung dengan tingginya kasus perkawinan usia dini. Anak-anak usia dini yang menikah dan mengandung tanpa kesiapan pengetahuan, mental, dan finansial untuk menjadi ibu yang baik, sangat mengancam kualitas sumber daya manusia yang akan dilahirkan. Permasalahan stunting tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor, tetapi juga beberapa faktor, dan faktor yang paling penting adalah kebutuhan nutrisi yang terpenuhi khususnya protein, dalam hal ini adalah konsumsi ikan. Tujuan kegiatan: Tujuan dari kegiatan pengabdian ini yaitu memberikan penyuluhan atau edukasi mengenai pentingnya nutrisi ikan untuk mencegah stunting. Selain itu, dapat mengedukasi masyarakat mengenai Teknik pembuatan cookies berbahan dasar ikan teri basah. Metode kegiatan: Metode kegiatan pengabdian ini yaitu penyuluhan yang terdiri dari beberapa tahap kegiatan yaitu persiapan, penyampaian materi, *pretest* dan *post*, penjelasan pembuatan cookies ikan teri dan mencoba produk cookies berbahan dasar ikan teri bersama. Hasil kegiatan: Dari hasil *pretest* yang diberikan pemateri kepada responden bahwa terdapat 50% responden yang makan ikan di hari penyuluhan dengan jumlah sekitar 200 g dan responden memiliki motivasi untuk mengkonsumsi ikan setelah penyuluhan 100%. Selain edukasi pentingnya nutrisi ikan dengan mengkonsumsi ikan secara rutin, pemateri juga menyampaikan Teknik pembuatan cookies berbahan dasar ikan teri basah sebagai camilan



alternatif untuk anak-anak. Kesimpulan kegiatan: Kesimpulannya, responden antusias dan termotivasi atas edukasi yang diberikan oleh pemateri dan tertarik untuk membuat cookies berbahan dasar ikan teri di rumah masing-masing.

Key word : **Abstract :**

Community Service, Stunting, Fish Nutrition, Anchovy Cookies

Stunting is a health issue that impacts children on a local, national, and international scale. High rates of early marriage are directly associated to the prevalence of stunting in Indonesia. Children in early childhood who marry and become pregnant without the knowledge, mental and financial readiness to become good mothers pose a grave threat to the quality of the future human resources. The problem of stunting is influenced not only by a single element, but also by multiple factors, the most significant of which is the fulfillment of nutrient needs, particularly protein, in this case through fish consumption. This community service project aims to provide counseling or instruction on the significance of fish nutrition in preventing stunting, as well as teach participants how to make *cookies* from wet anchovies. This method of community service is counseling, which consists of multiple stages, including preparation, distribution of materials, pre-and post-testing, explanation of method to make anchovy cookies, and tasting fish-based processed foods together. From the findings of the pretest given by the speaker to the respondents, 50% of the respondents consumed around 200 g of fish on the day of counseling, and 100% of the respondents were motivated to consume fish following the counseling. In addition to emphasizing the significance of consuming fish on a regular basis for proper nutrition, the presenters demonstrated how to make anchovy cookies as an alternative snack for children. The outcome of this service activity is that the respondents are enthusiastic and inspired by the knowledge offered by the presenters, and are interested in preparing anchovy-based cookies at home.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7th edition) :

Diamahesa, W. A., Rahmadani, T. B. C., Dwiyantri, S., Asri, Y., Muahiddah, N., Affandi, R. I., Alim, S., Sumsanto, M., Setyono, B. D. H., Lestari, D. P., Lumbessy, S. Y., Diniarti, N., Scabra, A. R., & Diniariwisan, D. (2023). Edukasi Pentingnya Nutrisi Ikan Untuk Mencegah Stunting Di Pondok Perasi, Kecamatan Ampenan, Mataram. *Jurnal Abdi Insani*, 10(2), 1032-1040. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v10i2.901>

PENDAHULUAN

Stunting merupakan permasalahan Kesehatan baik lokal, nasional maupun global. Menurut WHO terdapat 21,9% balita di dunia yang mengalami stunting atau sekitar 149 juta balita (Unicef, 2019). Sedangkan (Kes et al., 2018) mengungkapkan bahwa temuan jumlah balita usia 0-59 bulan yang pendek dan sangat pendek di Indonesia yaitu sekitar 30,8%. Stunting dianggap kronis apabila prevalensinya lebih besar atau sama dengan 20% (Hardianty, 2019), dengan kata lain kasus stunting di Indonesia sudah mencapai tahap kronis dan perlu dilakukan upaya penganggulangan yang serius (Mebus, 2016).

Berdasarkan hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 yang dikeluarkan oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), prevalensi stunting di Nusa Tenggara Barat mencapai 31,3%. Tingginya kasus tersebut berkorelasi positif dengan tingginya angka perkawinan anak (BKKBN, 2022). Anak-anak usia dini yang menikah dan mengandung tanpa kesiapan pengetahuan, mental, dan finansial untuk menjadi ibu yang baik sangat mengancam kualitas sumber daya manusia

yang akan dilahirkan. Oleh karena itu, pemerintah sangat berupaya untuk mempromosikan program pencegahan dan penanggulangan stunting. Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah yaitu dengan menggalakkan Gerakan Masyarakat Makan Ikan (GEMARIKAN) yang merupakan salah satu instruksi Presiden Republik Indonesia No 1 2017 (KKP, 2018). Harapannya dari Gerakan tersebut yaitu meningkatnya konsumsi ikan di Indonesia agar sumberdaya manusia Indonesia menjadi lebih baik secara fisik, emosional, dan sosial serta berkualitas.

Permasalahan stunting tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor, tetapi juga beberapa faktor. Menurut (Qonita et al., 2020), stunting disebabkan oleh kurangnya konsumsi protein dan energi dari masa kehamilan hingga bayi berusia 2 tahun. Selain itu, Ramadhan dan Ramadhan (2018) mengungkapkan bahwa terdapat tiga faktor yang sangat mempengaruhi stunting yaitu nutrisi yang dikonsumsi tidak seimbang, berat badan lahir rendah (BBLR), dan Riwayat penyakit.

Telah ada beberapa program yang dilakukan oleh para peneliti atau pengabdian untuk memberikan edukasi untuk mencegah stunting baru-baru ini di beberapa lokasi di Indonesia (Andriani et al., 2022; Handayani et al., 2022; Winarningsih et al., 2022; & Aisyah et al., 2021). Namun belum pernah ada kegiatan serupa di Pondok Perasi Kecamatan Ampenan, Nusa Tenggara Barat. Ampenan merupakan salah satu Kecamatan di Kota Mataram yang berada di daerah pesisir. Lokasi ini sangat strategis untuk mudah menemukan berbagai macam ikan laut segar yang dapat dikonsumsi oleh masyarakat sekitar. Akan tetapi, belum pernah ada pemberian edukasi pentingnya nutrisi ikan untuk mencegah stunting di Pondok Perasi Kecamatan Ampenan. Oleh karena itu, Tujuan dari kegiatan pengabdian ini yaitu memberikan penyuluhan atau edukasi mengenai pentingnya nutrisi ikan untuk mencegah stunting. Selain itu, dapat mengedukasi masyarakat mengenai Teknik pembuatan cookies berbahan dasar ikan teri basah. Dengan pemberian penyuluhan ini, diharapkan masyarakat khususnya Ibu-ibu Posyandu di daerah tersebut mendapatkan pengetahuan baru mengenai pentingnya nutrisi ikan dalam hal ini mengkonsumsi ikan untuk mencegah stunting pada masa yang akan datang serta mempelajari Teknik pembuatan cookies berbahan dasar ikan teri sebagai camilan sehat yang disukai anak-anak. Selain itu, diharapkan juga Ibu-ibu tersebut memberikan edukasi kepada keluarganya mengenai pengetahuan baru yang didapatkan.

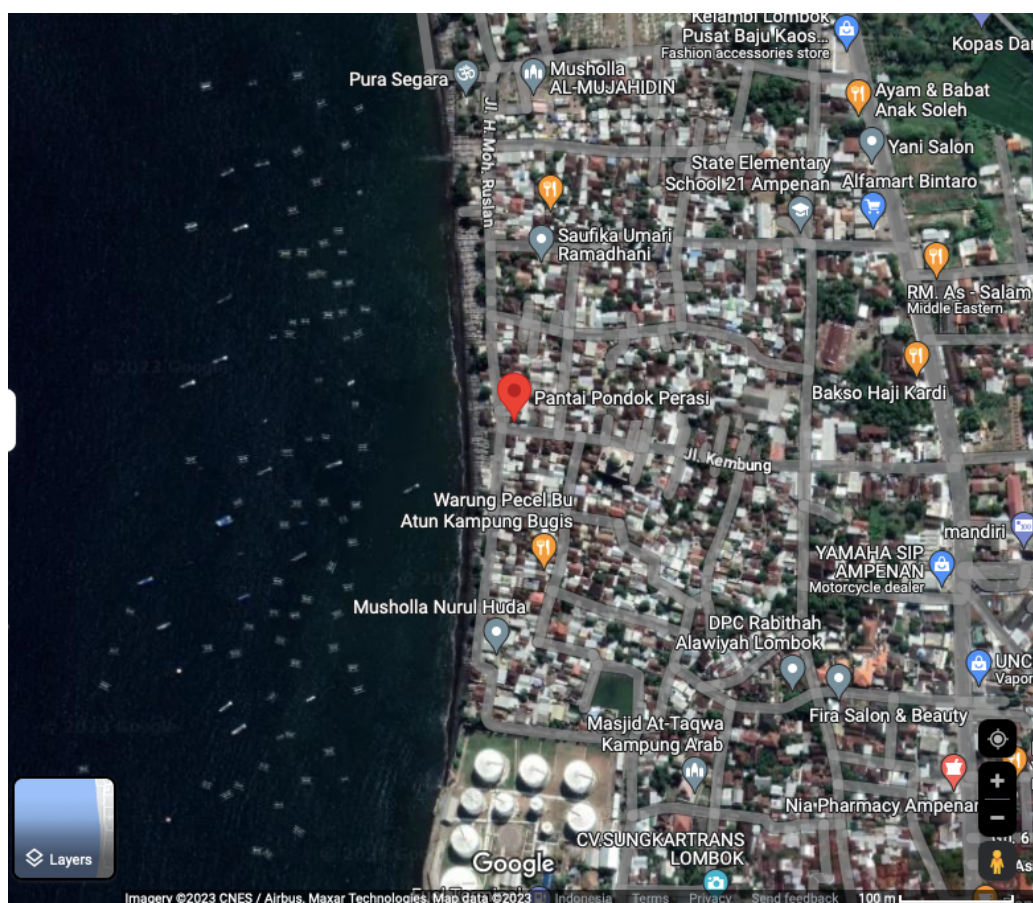
METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian ini dimulai dari survei lokasi. Tim pengabdian melakukan survei lokasi dua minggu sebelum dilakukan kegiatan pengabdian (Gambar 1). Tim bertemu dengan perwakilan masyarakat setempat untuk membahas segala persiapan, rencana, serta keperluan logistic yang dibutuhkan untuk kegiatan pengabdian tersebut.



Gambar 1. Kegiatan Survei kepada perwakilan warga Pondok Perasi Kecamatan Ampenan

Pondok Perasi merupakan salah kampung yang berada di Kecamatan Ampenan. Sejumlah 83 warga menghuni daerah tersebut. Berdasarkan wawancara hasil survei kepada perwakilan warga tersebut, mayoritas warganya berprofesi sebagai nelayan. Meskipun demikian, ikan yang ditangkap oleh nelayan tidak serta merta dikonsumsi oleh mereka sendiri. Ikan tersebut dijual untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka. Adapun peta lokasi kegiatan di Pondok Perasi Kecamatan Ampenan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Peta Lokasi kegiatan pengabdian mengenai pentingnya edukasi pencegahan stunting di Pondok Perasi Kecamatan Ampenan

Target peserta adalah masyarakat yang tinggal di daerah pesisir khususnya Ibu-Ibu Posyandu yang tinggal di Pondok Perasi Kecamatan Ampenan. Jumlah peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini sebanyak 50 orang yang terdiri dari 30 orang Ibu-ibu PKK, 14 orang dosen Program Studi Budidaya Perairan, Jurusan Perikanan dan Ilmu Kelautan, Fakultas Pertanian, Universitas Mataram, serta 6 orang mahasiswa HIMAPIKA (Himpunan Mahasiswa Perikanan dan Ilmu Kelautan).

Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode penyuluhan yang dilaksanakan di Balai Posyandu Pondok Perasi Kecamatan Ampenan, Mataram, Nusa Tenggara Barat pada tanggal 19 Januari 2023. Tahapan kegiatan yang dilakukan yaitu persiapan, penyampaian materi, *pretest* dan *post*, dan mencoba produk olahan berbahan dasar ikan bersama.

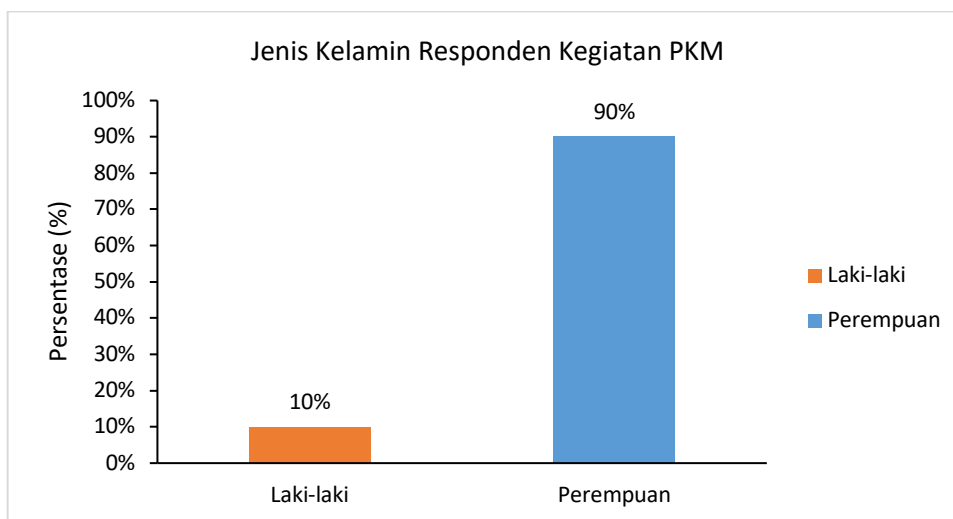
Materi penyuluhan yang diberikan dibagi menjadi dua yaitu: Pentingnya nutrisi ikan untuk mencegah stunting dan cara membuat cookies berbahan dasar ikan teri basah. Harapan dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatnya pemahaman peserta akan pentingnya nutrisi ikan untuk mencegah stunting mulai dari fase Wanita sebelum menikah, hamil, menyusui dan membesarkan anak.

Adapun materi pentingnya nutrisi ikan untuk mencegah stunting diberikan dengan metode ceramah secara langsung oleh narasumber Dr. Wastu Ayu Diamahes, S.Pi., M.Si. Kemudian dilanjutkan dengan materi cara membuat cookies berbahan dasar ikan teri basah oleh tim pengabdian lainnya. Selanjutnya prosedur pembuatan cookies berbahan dasar ika teri sebagai berikut:

- Persiapkan alat dan bahan berupa blender, mixer, Loyang pemanggang, kertas panggang, oven, baskom, sendok, garpu, box container untuk gelas, ikan teri, tepung terigu, gula pasir, gula merah bubuk, margarin, telur, vanili, dan garam.
- Blender ikan teri basah hingga lembut.
- Siapkan baskom, masukkan gula merah bubuk dan gula pair ke dalam baskom.
- Lelehkan margarin dan masukkan ke dalam baskom.
- Semua bahan tersebut kemudian dicampur menggunakan mixer.
- Jika sudah merata selanjutnya dimasukkan telur dan diaduk Kembali.
- Selanjutnya masukkan tepung terigu, vanili, ikan teri yang sudah diblender dan sejumput garam. Kemudian diaduk Kembali menggunakan mixer hingga homogen.
- Bahan yang sudah tercampur, siap dibentuk menjadi cookies dengan menggunakan tangan dan garpu.
- Proses pembuatan cookies secara audio visual dapat dilihat pada channel youtube berikut: <https://www.youtube.com/watch?v=BaeiSrjU-08>

HASIL DAN PEMBAHASAN

Acara dimulai dengan sambutan dan pembukaan oleh Dekan Fakultas Pertanian Universitas Mataram Bapak Dr. Bambang Dipo Kusumo serta Ketua Lingkungan (Kaling) Pondok Perasi Kecamatan Ampenan, Mataram, penyuluhan mengenai pentingnya nutrisi ikan dalam mencegah stunting, pretest dan posttest, demonstrasi cara membuat cookies berbahan dasar ikan teri basah, sesi diskusi/tanya jawab, dan pembagian cookies berbahan dasar ikan teri basah. Berikut sebaran peserta pengabdian dapat dilihat pada Tabel Gambar 3.



Gambar 3. Responden yang mengikuti kegiatan pengabdian berdasarkan jenis kelamin

Gambar 3 menunjukkan kesesuaian target responden kegiatan pengabdian yang didominasi oleh Wanita yaitu sebanyak 45 responden yang terdiri dari Ibu-Ibu PKK, Dosen-Dosen Program Studi Budidaya Perairan serta perwakilan HIMAPIKA. dikemudian hari, Para Ibu-Ibu PKK dapat mentransfer ilmu pengetahuan yang didapatkan mengenai pentingnya nutrisi ikan untuk mencegah stunting dari kegiatan PKM ini kepada keluarganya dan masyarakat sekitarnya.

Kegiatan penyuluhan telah diabadikan dalam Gambar 4. Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai, pemateri memberikan *pretest* sederhana berisi dua buah pertanyaan yaitu:

1. Apakah saat hari penyuluhan responden makan ikan?
2. Apakah jumlah ikan yang dimakan di hari penyuluhan sebanyak 2 potong atau sekitar >200 g/hari?



Gambar 4. Penyampaian materi tentang pentingnya nutrisi ikan untuk mencegah stunting

Kemudian, Pemateri meminta kepada seluruh responden untuk mengangkat tangan apabila jawabannya “Iya”. Dari hasil pertanyaan pertama dan kedua didapatkan bahwa sebanyak 50% responden yang makan ikan pada hari penyuluhan serta dengan persentase yang sama responden tersebut memakan ikan sebanyak 2 potong atau sekitar > 200 g/hari.

Selanjutnya Pemateri menjelaskan mengenai Garis besar materi penyuluhan berupa empat poin penting yaitu:

1. Kenapa anak menjadi Stunting?
2. Bagaimana penelitian terdahulu yang membuktikan dengan mengkonsumsi ikan dapat mencegah Stunting?
3. Mengapa kita perlu mengkonsumsi ikan?
4. Bagaimana tips mengkonsumsi ikan yang baik?

Beberapa peneliti telah mengkaji faktor-faktor yang menyebabkan anak menjadi stunting. Menurut (Yanti et al., 2020) bahwa status gizi yang kurang, pola asuh orang tua yang kurang tepat, pengetahuan ibu yang rendah, dan status ekonomi yang rendah merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi anak menjadi stunting. Kemudian (Kadir, 2021), merangkum beberapa faktor yang menyebabkan stunting yaitu status gizi buruk pada ibu hamil dan balita. Ada beberapa hal yang dapat memicu malnutrisi. Penyebab-penyebab tersebut antara lain: pengetahuan ibu yang kurang, infeksi berulang atau kronis, sanitasi yang buruk, pelayanan Kesehatan yang terbatas, dan akses terhadap makanan yang bergizi tidak memadai. Dari keseluruhan faktor penyebab tersebut, faktor status gizilah yang paling berpengaruh terhadap kejadian stunting pada anak. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari (Yuwanti et al., 2021) bahwa faktor gizi yang buruk merupakan faktor utama yang mempengaruhi anak menjadi stunting.

Faktor gizi tersebut yang hakikatnya dapat dikelola dengan pemberian edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya mengkonsumsi makanan bergizi baik dari saat Wanita masih sendiri, menikah kemudian hamil, melahirkan, dan menyusui serta membesarkan anaknya. Pernyataan ini didukung oleh (Dewey, 2016) yang melaporkan bahwa cara untuk menurunkan angka stunting dengan meningkatkan gizi ibu, bayi, dan anak kecil.

Terdapat beberapa makanan yang dapat mencegah stunting, salah satunya yang sangat penting yaitu ikan. Ulasan terbaru yang dilakukan oleh (Kadir, 2021) menunjukkan bahwa ikan merupakan salah satu sumber protein yang harganya terjangkau. Indonesia memiliki kekayaan sumber daya pangan hewani berupa ikan yang melimpah karena merupakan negara maritim dan kepulauan dengan wilayah yang luas terdiri dari perairan. Akan tetapi, sumber daya tersebut belum dimanfaatkan dengan optimal. Ikan memiliki kandungan nutrisi utama berupa protein dengan asam amino yang lebih seimbang, asam lemak omega 3 tinggi, sumber vitamin A, D, mineral, rendah kalori dan lemak jenuh. Selain itu, Hasil penelitiannya di Semarang menunjukkan bahwa jumlah konsumsi ikan berkorelasi langsung dengan jumlah kejadian stunting.

Selanjutnya mengenai seberapa banyak kita perlu mengonsumsi ikan harian dapat dibuktikan oleh metaanalisis yang telah dilakukan oleh (Leventakou et al., 2014) bahwa sedikitnya tiga kali dalam seminggu dan yang paling aman yaitu lima kali dalam seminggu. Sedangkan menurut Jumlah konsumsi ikan harian untuk mencegah stunting yaitu sekitar 150 g per hari (Leventakou et al., 2014). Apabila ingin mencegah penyakit jantung koroner hingga 15% maka perlu mengonsumsi ikan sebanyak 250 g/hari dan konsumsi sebanyak 801-00 g/hari dapat mencegah terkena resiko stroke dan gagal jantung (Bechthold et al., 2019).

Berdasarkan data dari Survei social ekonomi nasional (Susenas) BPS 2010-2019, konsumsi ikan dan pangan hewani lainnya penduduk Indonesia sekitar 20 kg per kapita. Akan tetapi dua per tiga dari jumlah tersebut didominasi oleh ikan asin. Konsumsi ikan asin lebih dari 60 g/hari dapat meningkatkan resiko terkena karsinoma nasofaring dan kanker lambung (Okekpa et al., 2019 & Yoo et al., 2020).

Terdapat banyak jenis ikan yang dapat dikonsumsi dan mudah ditemukan di Indonesia seperti: ikan tenggiri, tongkol, tuna, kakap, kembung, bawal, bandeng, cue, belut, sidat, mas, lele, wader, mujair, nila, udang, kakap, kerapu dan lainnya.

Waktu terbaik untuk mengonsumsi ikan untuk mencegah stunting adalah saat remaja, hamil dan balita, serta anak-anak. Dimanapun tempat tinggal kita, kita tetap bisa mengonsumsi ikan. Apabila menetap di daerah pesisir, kita dengan mudah dapat mengonsumsi ikan air laut, sedangkan apabila tinggal di daerah pegunungan, kita dapat mengonsumsi ikan air tawar.

Kendala balita ataupun anak-anak mengonsumsi ikan karena mereka tidak menyukai aroma khas ikan serta pengalaman tersedak memakan tulang ikan. Oleh karena itu, perlu dilakukan pengawasan dari orang tua untuk mempersiapkan ikan yang sudah dipisahkan dari tulang dan tekstur yang lembut agar mudah dikonsumsi. Solusi untuk ketidaksukaan anak-anak akan aroma khas ikan (amis) dapat dilakukan dengan membuat bahan pangan olahan berbahan dasar ikan seperti cookies.

Dalam kegiatan penyuluhan ini, materi kedua yaitu demonstrasi bagaimana membuat cookies berbahan dasar teri basah. Dari hasil penyuluhan tersebut, terlihat antusiasme dari responden yang hadir. Berikut bahan-bahan yang digunakan untuk membuat cookies teri basah: teri basah yang sudah dikukus kemudian diblender, gula merah, gula pasir, margarin yang dilelehkan, telur, vanilla, tepung terigu, *peanut butter*, garam, dan baking soda. Cara pembuatannya adalah dengan mencampurkan semua bahan kering, kemudian dihomogenkan dengan menggunakan mixer telur, margarin yang telah dilelehkan, dan teri basah yang telah diblender. Proses selanjutnya adalah pencetakan dengan menggunakan tangan membentuk cookies kemudian siap untuk ditekan-tekan menggunakan ujung garpu, selanjutnya dimasak dengan menggunakan oven tangkring



Gambar 5. Cookies yang dibagikan kepada anak-anak responden

dengan api kecil hingga matang (180-200°C). Setelah materi kedua berakhir, seluruh responden beserta anak-anak yang hadir pada kegiatan penyuluhan ini dibagikan 2 jenis cookies (Gambar 5).

Semua responden beserta anak-anak yang dibagikan cookies berbahan dasar teri sangat senang dan menyukai cookies tersebut (Gambar 6). Harapannya kedepannya anak-anak tersebut akan menyukai produk-produk olahan ikan lainnya sehingga dapat mencegah terjadinya stunting di masa yang akan datang.



Gambar 6. Potret beberapa responden yang hadir beserta anaknya yang menerima cookies.

Pada akhir penyuluhan, pemateri memberikan pertanyaan mengenai minat atau motivasi pada responden yang hadir untuk mengkonsumsi ikan untuk mencegah stunting dengan mengangkat tangannya. Kemudian, semua responden yang hadir mengangkat tangan karena termotivasi untuk memiliki anak-anak yang terhindar dari stunting sehingga menjadi anak yang sehat, cerdas, terampil, dan berprestasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh tim pengabdian ini dapat disimpulkan bahwa responden yang hadir saat penyuluhan antusias dan termotivasi atas edukasi yang diberikan oleh pemateri dan tertarik untuk membuat cookies berbahan dasar ikan teri di rumah masing-masing. Saran untuk kegiatan pengabdian serupa mengenai stunting yang akan datang diharapkan untuk dilakukan demo/praktik langsung cara pembuatan cookies sehingga responden yang hadir dapat mempraktekan ilmu yang didapatkan dari pemateri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Fakultas Pertanian Universitas Mataram, HIMAPIKA (Himpunan Mahasiswa Perikanan), Jurusan Perikanan dan Ilmu Kelautan, Universitas Mataram, serta Pengurus Balai Posyandu Pondok Perasi Kecamatan Ampenan, Mataram yang mendukung dan mensukseskan kegiatan penyuluhan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., Tarigan, R., & Azizah, L. L. N. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Kebun Kelapa Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2020. *Jurnal Gentle Birth*, 4(1), 40–51.
- Andriani, D. S., Khairi, I., & Akbardiensyah, A. (2022). Kampanye Gemar Makan Ikan (Gemarikan) dan Pelatihan Diversifikasi Produk Perikanan Berbasis Lokal dalam Upaya Penurunan Prevalensi Stunting di Desa Tanah Bara Kecamatan Gunung Meriah Kabupaten Aceh Singkil. *Martabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(4), 1333-1337.

- Bechthold, A., Boeing, H., Schwedhelm, C., Hoffmann, G., Knüppel, S., Iqbal, K., & Schwingshackl, L. (2019). Food groups and Risk of Coronary Heart Disease, Stroke and Heart Failure: a Systematic Review and Dose-Response Meta-Analysis of Prospective Studies. *Critical reviews in food science and nutrition*, 59(7), 1071-1090.
- Dewey, K. G. (2016). Reducing Stunting by Improving Maternal, Infant and Young Child Nutrition in Regions such as South Asia: Evidence, Challenges and Opportunities. *Maternal & child nutrition*, 12, 27-38.
- Handayani, H., Winarningsih, W., & Kombih, M. F. (2022). Pencegahan Stunting di Kabupaten Pasuruan dengan Pelatihan Pengolahan Ikan Gabus. *Journal of Dedicators Community*, 6(1), 59-66.
- Hardianty R. Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Kejadian Stunting Anak Usia 24-59 Bulan di Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember. 2019. [Skripsi]. Universitas Jember.
- Kadir, S. (2021). Nutritional needs of fish to prevent stunting in early childhood. *Journal of Xi'an Shiyou University, Natural Science Edition*, 17(09), 477-484.
- Kes, M., Hardhana, B., Siswanti, T., Sibuea, F., Widiyanti, W., Susanti, M. I. (2018). Data dan informasi Profil Kesehatan Indonesia 2018.
- Leventakou, V., Roumeliotaki, T., Martinez, D., Barros, H., Brantsaeter, A. L., Casas, M., & Chatzi, L. (2014). Fish Intake During Pregnancy, Fetal Growth, and Gestational Length in 19 European Birth Cohort Studies. *The American journal of clinical nutrition*, 99(3), 506-516.
- Mebus, G. (2026). Info Datin Pusat data informasi kementerian kesehatan RI, Situasi Balita Pendek. *ACM SIGAPL APL Quote Quad*, 29(2):63–76.
- Okekpa, S. I., Mydin, R. B. S., Mangantig, E., Azmi, N. S. A., Zahari, S. N. S., Kaur, G., & Musa, Y. (2019). Nasopharyngeal carcinoma (NPC) risk factors: a systematic review and meta-analysis of the association with lifestyle, diets, socioeconomic and sociodemographic in Asian region. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention: APJCP*, 20(11), 3505.
- Qonita, R., Diah, I., Susi, H., Yurkie, A., & Trias, M. (2020). Pendidikan gemar makan ikan sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting di Desa Gempolmanis Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur. *Jurnal IAGIKMI Universitas Airlangga*, 4(2), 165-170.
- Ramadhan, R., & Ramadhan, N. (2018). Determinasi penyebab stunting di provinsi aceh. *Jurnal penelitian kesehatan*, 5(2), 71-79
- Saadah, N., & Kp, S. (2020). *Modul Deteksi Dini Pencegahan dan Penanganan Stunting*. Scopindo. Media Pustaka.
- Unicef. WHO/The World Bank. Levels and Trends in Child malnutrition - Unicef WHO The World Bank Joint Child Malnutrition Estimates, key findings pf the 2019 edition. Unicef. 2019;4.
- WHO. 1995. Expert Committee on Physical Status. Physical Status: The Use and Interpretation of Anthropometry: Report of a WHO Expert Committee. *WHO Technical Report Series*, 854.
- Winarningsih, W., & Kombih, M. F. (2022). Pencegahan Stunting di Kabupaten Pasuruan dengan Pelatihan Pengolahan Ikan Gabus. *Journal of Dedicator Community*, 6(1), 59-66.
- Yanti, N. D., Betriana, F., & Kartika, I. R. (2020). Faktor Penyebab Stunting Pada Anak: Tinjauan Literatur. *Real In Nursing Journal*, 3(1), 1-10.
- Yoo, J. Y., Cho, H. J., Moon, S., Choi, J., Lee, S., Ahn, C., & Park, S. K. (2020). Pickled Vegetable and Salted Fish Intake and The Risk of Gastric Cancer: two prospective cohort studies and a meta-analysis. *Cancers*, 12(4), 996.
- Yuwanti, Y., Mulyaningrum, F. M., & Susanti, M. M. (2021). Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Stunting Pada Balita Di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 74–84.