

Focus Group Discussion (FGD) dan Penyuluhan Pengolahan Produk Lokal Berbasis Ikan untuk Pencegahan Stunting di Sekolah Alam Sahabat Qur'an Kabupaten Siak

Rahmayuni*, Rosnita, Roza Yulida, Yulia Andriani, Yanti Nopiani, Febriana Sabrian, Evy Rossi, Annisa Nazifa Salman

Universitas Riau

* rahmayuni@lecturer.unri.ac.id

Abstrak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan pelaksanaan Focus Group Discussion (FGD) bersama mitra, yang berfungsi sebagai penjajakan awal untuk merancang program pengabdian yang relevan dengan kebutuhan masyarakat. Mitra dalam kegiatan ini adalah pengelola unit bisnis sekolah dan orang tua murid. Hasil FGD menghasilkan kesepakatan fokus kegiatan dengan tahapan, yaitu: (1) Edukasi peningkatan kualitas pangan dan gizi dalam pencegahan stunting sejak dini, dan (2) Pengolahan produk ikan lokal (ikan gabus) sebagai diversifikasi pangan berbasis zero waste. Melalui FGD ini diperoleh gambaran kebutuhan, tantangan, serta peluang yang dapat menjadi dasar pelaksanaan program penyuluhan. Diharapkan hasil dari kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan mitra tentang pengolahan produk pangan lokal ikan dalam upaya pencegahan stunting.

kata kunci: diversifikasi pangan, focus group discussion, ikan, pemberdayaan masyarakat, stunting.

Abstract. This community service activity began with the implementation of a Focus Group Discussion (FGD) with partners, which served as an initial exploration to design service programs that were relevant to the needs of the community. Partners in this activity are the manager of the school business unit and the parents of students. The results of the FGD resulted in an agreement on the focus of activities with stages, namely: (1) Education to improve food quality and nutrition in the prevention of stunting from an early age, and (2) Processing of local fish products (snakehead fish) as a zero waste-based food diversification. Through this FGD, an overview of needs, challenges, and opportunities that can be the basis for the implementation of counseling programs is obtained. It is hoped that the results of this activity can increase partners' knowledge about the processing of local fish food products in an effort to prevent stunting.

Keywords: community empowerment, fish, focus group discussion, food diversification, stunting.

To cite this article: Rahmayuni, Rosnita, Yulida R, et al. 2025. Focus Group Discussion (FGD) dan Penyuluhan Pengolahan Produk Lokal Berbasis Ikan untuk Pencegahan Stunting di Sekolah Alam Sahabat Qur'an Kabupaten Siak. *Unri Conference Series: Community Engagement 7*: 376-382 <https://doi.org/10.31258/unricsce.7.376-382>

© 2025 Authors

Peer-review under responsibility of the organizing committee of Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat 2025

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak memiliki tinggi badan yang lebih rendah dari standar usianya (World Health Organization, 2015). Kondisi ini umumnya disebabkan oleh kekurangan gizi terutama pada periode emas 1000 hari pertama kehidupan, yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Periode ini sangat menentukan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, serta kesehatan jangka panjang anak. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 menunjukkan prevalensi stunting di Indonesia masih cukup tinggi, termasuk di Provinsi Riau, yang menjadikan pencegahan stunting sebagai prioritas pembangunan kesehatan nasional. Pada Kabupaten Siak sendiri, tercatat bahwa prevalensi stunting mencapai 16,2%.

Faktor penyebab stunting dapat dikelompokkan menjadi penyebab langsung dan tidak langsung (Rosha et al., 2020). Faktor penyebab stunting cukup kompleks, meliputi kurang gizi ibu sebelum dan selama kehamilan, pola pemberian ASI dan MPASI yang tidak optimal, kualitas serta keragaman makanan yang rendah, sanitasi lingkungan yang buruk, hingga rendahnya pendapatan dan pendidikan keluarga. Dampak stunting sangat serius, mulai dari hambatan pertumbuhan fisik, penurunan kecerdasan, peningkatan risiko penyakit kronis, hingga rendahnya produktivitas pada usia dewasa. Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting perlu dilakukan secara komprehensif melalui perbaikan gizi, pola asuh, perilaku hidup bersih, serta pemanfaatan pangan lokal yang bernilai gizi tinggi.

Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang dapat menjadi solusi utama permasalahan gizi di Indonesia. Menurut Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) tahun 2024, konsumsi ikan masyarakat Indonesia relatif masih rendah. Pada Kabupaten Siak, tercatat konsumsi ikan masyarakat adalah sebesar 34,11 kg per kapita per tahun, jauh di bawah target yang ditetapkan oleh KKP. Padahal, ikan mengandung protein 15-24%, lemak 0,1-22%, mineral 1-2%, kalsium 0,5%, fosfor 0,25%, dan vitamin A, D, B, dan C masing-masing 0,1% (Abraha et al., 2018). Ikan gabus (*Channa striata*) merupakan salah satu ikan air tawar yang terdapat di Sungai Siak. Ikan ini dikenal sebagai sumber albumin yang bermanfaat bagi kesehatan diantaranya dalam memperkuat sistem kekebalan tubuh, yang sangat membantu dalam proses pemulihan dari berbagai jenis luka, baik luka pasca operasi maupun luka bakar. Kualitas pemulihan ini membuat ikan gabus menjadi pilihan yang baik dalam diet untuk mereka yang membutuhkan perawatan khusus atau dalam masa penyembuhan (Hendrika et al., 2024). Ikan gabus adalah ikan mempunyai nilai gizi tinggi, sehingga ikan gabus bagus sebagai bahan untuk mengurangi stunting yang ada di Indonesia. Ikan gabus mempunyai kandungan 17,61% protein, 1,34% lemak, 45mg vitamin A, dan 0,04mg vitamin B per 100 gr. Ikangabu, snakehead fish, yang dikenal sebagai spesies invasive, merupakan dari family Channiade (Froese & Pauly, 2016). Menurut Nugroho (2013), kandungan albumin pada ikan gabus dapat mencapai 2,459 g/100 g. Pemanfaatan ikan lokal dalam bentuk produk olahan yang inovatif tidak hanya mampu meningkatkan konsumsi protein hewani, tetapi juga mendukung diversifikasi pangan berbasis zero waste.

Penelitian terdahulu menekankan pentingnya intervensi berbasis pangan lokal untuk peningkatan gizi masyarakat dan pencegahan stunting (Malaikosa et al., 2025; Nurpratama et al., 2024). Namun, masih terbatas program pengabdian yang mengintegrasikan edukasi gizi keluarga dengan pengolahan produk ikan lokal. Berbagai macam bentuk metode edukasi yang dapat diberikan salah satunya dengan pendekatan FGD. Focus Group Discussion (FGD) merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk mengubah pengetahuan dan sikap. Kegiatan FGD dipilih karena dalam pelaksanaannya peserta lebih dapat menyampaikan pendapatnya ataupun menanggapi pertanyaan tanpa rasa khawatir. Selain itu dalam pelaksanaannya FGD mampu menghasilkan informasi atau ide-ide yang lebih luas. Kegiatan pengabdian ini melakukan pendekatan partisipatif melalui Focus Group Discussion (FGD) sebagai peninjauan kebutuhan mitra, yang kemudian ditindaklanjuti dengan penyuluhan peningkatan gizi dan pengolahan ikan gabus berbasis zero waste dalam upaya pencegahan stunting di Kabupaten Siak.

METODE PENERAPAN

Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif melalui kegiatan Focus Group Discussion (FGD) dan edukasi. Pada tahap awal, dilakukan FGD bersama mitra yang terdiri dari pengelola yayasan dan unit bisnis Sekolah Alam Sahabat Qur'an Kabupaten Siak. FGD berfungsi sebagai metode analisis partisipatif untuk menggali informasi mengenai tingkat pengetahuan gizi, pola konsumsi, potensi lokal yang dapat dimanfaatkan, serta hambatan yang dihadapi mitra. Hasil analisis kebutuhan ini menjadi dasar perancangan kegiatan pengabdian, yaitu edukasi peningkatan kualitas pangan dan gizi dalam pencegahan stunting sejak dini di tingkat keluarga dan penyuluhan pengolahan produk lokal berbasis ikan gabus.

Edukasi mengenai stunting disampaikan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Materi yang diberikan mencakup definisi stunting, faktor penyebab, dampak jangka panjang, serta strategi pencegahan berbasis keluarga. Selain itu, dilakukan edukasi mengenai pentingnya konsumsi ikan sebagai sumber protein hewani dan kandungan gizi unggul pada ikan gabus, serta peluang pengolahan ikan gabus menjadi produk pangan diversifikasi berbasis zero waste. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta mengenai stunting dan pengolahan ikan.

HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan pelaksanaan Focus Group Discussion (FGD) pada tanggal 21 Agustus 2025 di Sekolah Alam Sahabat Qur'an Kabupaten Siak. FGD dihadiri oleh pengelola yayasan dan bagian unit bisnis sekolah. Melalui FGD ini diperoleh gambaran kebutuhan mitra terkait pencegahan stunting serta potensi pemanfaatan ikan lokal sebagai sumber pangan bergizi. Hasil diskusi menunjukkan bahwa pihak mitra memiliki perhatian besar terhadap isu gizi anak, namun masih diperlukan penguatan pengetahuan dan strategi praktis dalam penerapan pencegahan stunting di tingkat keluarga. Selain itu, mitra juga menunjukkan minat pada pengembangan produk pangan berbasis ikan sebagai peluang usaha unit bisnis sekolah seperti terlihat pada Gambar 1, 2 dan 3.



Gambar 1. Suasana Sekolah Sahabat Qur'an Siak



Gambar 2. Perwakilan Pengelola Yayasan dan Unit Bisnis Sekolah

Tahap selanjutnya adalah pelaksanaan edukasi mengenai pencegahan stunting di tingkat keluarga dan penyuluhan pengolahan ikan pada tanggal 12 September 2025 yang kembali dilaksanakan di mitra dan dihadiri

oleh orang tua siswa serta pengelola yayasan (Gambar 4).



Gambar 3. Kegiatan Focus Group Discussion (FGD)



Gambar 4. Peserta Kegiatan Edukasi: Orang Tua Siswa dan Pengelola Yayasan

Edukasi pencegahan stunting disampaikan oleh Ns. Febriana Sabrian, MPH melalui metode ceramah interaktif yang diikuti dengan diskusi. Materi yang diberikan mencakup faktor penyebab stunting, dampak jangka panjang, serta strategi pencegahan berbasis keluarga dengan prinsip ABCDE (Aktif konsumsi tablet tambah darah, Bumil teratur periksa kehamilan, Cukupi protein hewani, Datang ke Posyandu, dan Eksklusif ASI dilanjutkan MPASI optimal) seperti terlihat pada Gambar 5.



Gambar 5. Penyampaian Edukasi Pencegahan Stunting di Tingkat Keluarga

Selain itu, dilakukan penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi ikan sebagai sumber protein hewani dan kandungan gizi unggul pada ikan gabus, serta peluang pengolahan ikan gabus menjadi produk pangan diversifikasi berbasis zero waste (Gambar 6).



Gambar 6. Penyampaian Penyuluhan Pengolahan Ikan

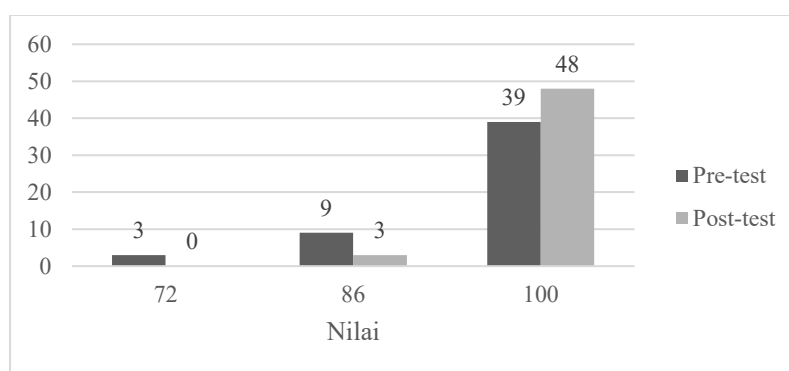
Pada tahap ini, kegiatan masih terbatas pada pemberian edukasi dan belum mencakup praktik pengolahan ikan secara langsung dan pelatihan pemasaran produk. Praktik pengolahan ikan dan pelatihan pemasaran produk direncanakan akan dilakukan pada program pengabdian berikutnya sebagai tindak lanjut, sehingga mitra dapat memperoleh keterampilan nyata dalam mengolah ikan gabus menjadi produk pangan yang bernilai gizi sekaligus bernilai ekonomi sebagai salah satu sumber pemasukan yang dikelola oleh unit bisnis sekolah.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta mengenai stunting dan pengolahan ikan. Selain itu, umpan balik dari peserta juga dikumpulkan untuk menilai pemahaman dan manfaat dari kegiatan edukasi yang telah diberikan. Pada Tabel 1 berisi pertanyaan pada *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 1. Daftar Pertanyaan pada *Pre-test* dan *Post-test*

No	Pertanyaan	Pilihan
1.	Apa yang dimaksud dengan stunting pada anak balita	A. Anak sering sakit ringan B. Kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis C. Anak terlalu aktif D. Anak mengalami obesitas
2.	Mengapa periode 1000 hari pertama kehidupan penting untuk pertumbuhan anak?	A. Karena anak mulai sekolah B. Karena merupakan periode emas pertumbuhan sejak janin sampai usia 2 tahun C. Karena anak bisa berjalan D. Karena anak lebih sering bermain
3.	Faktor penyebab stunting yang berasal dari ibu adalah ...	A. Anak sering menonton televisi B. Anak terlalu banyak bermain C. Kurang gizi saat hamil dan usia ibu terlalu muda/tua D. Anak tidak mau tidur siang
4.	Salah satu upaya dalam strategi “ABCDE” pencegahan stunting adalah ...	A. Aktif minum tablet tambah darah (TTD) B. Anak diberi makanan cepat saji C. Anak tidur lebih lama D. Anak lebih sering bermain gadget
5.	Mengapa ikan dapat menjadi solusi masalah gizi di Indonesia?	A. Karena ikan kaya protein, mineral, dan lemak sehat

No	Pertanyaan	Pilihan
		B. Karena ikan mudah basi C. Karena ikan hanya untuk lauk D. Karena ikan lebih mahal
6.	Dua kandungan gizi utama dalam ikan yang penting untuk anak adalah ...	A. Protein dan mineral (misalnya yodium) B. Gula dan lemak trans C. Tepung dan karbohidrat D. Vitamin sintetis
7.	Manfaat albumin dari ikan gabus adalah ...	A. Membantu penyembuhan luka dan meningkatkan albumin darah B. Mengurangi rasa asin C. Membuat anak cepat kenyang D. Menambah rasa makanan



Gambar 7. Hasil Pre-test dan Post-test

Hasil evaluasi terhadap 51 peserta edukasi (Gambar 7) menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang cukup signifikan setelah kegiatan dilaksanakan. Pada pre-test, sebanyak 3 peserta memperoleh nilai 72, 9 peserta memperoleh nilai 86, dan 39 peserta berhasil mencapai nilai sempurna 100. Setelah edukasi, tidak ada lagi peserta yang mendapat nilai 72, jumlah peserta dengan nilai 86 menurun menjadi 3 orang, dan jumlah peserta yang meraih nilai 100 meningkat menjadi 48 orang. Perubahan distribusi nilai ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta mampu meningkatkan pemahamannya setelah menerima materi. Meskipun sebagian besar peserta, yang rata-rata berpendidikan S1, sudah memiliki pengetahuan awal yang cukup baik, kegiatan edukasi tetap memberikan penguatan yang berarti sehingga pemahaman peserta menjadi lebih merata dan komprehensif. Hasil ini juga mengindikasikan bahwa metode penyampaian materi yang interaktif efektif dalam memperjelas konsep pencegahan stunting dan pemanfaatan ikan lokal sebagai sumber pangan bergizi.

KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat melalui FGD dan edukasi mengenai pencegahan stunting serta pemanfaatan ikan lokal di Sekolah Alam Sahabat Qur'an Kabupaten Siak berhasil meningkatkan pengetahuan mitra, khususnya orang tua siswa dan pengelola yayasan. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman, ditandai dengan meningkatnya jumlah peserta yang memperoleh nilai sempurna setelah edukasi. Temuan ini membuktikan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam memperkuat wawasan mengenai strategi pencegahan stunting di tingkat keluarga sekaligus menumbuhkan kesadaran akan pentingnya ikan gabus sebagai sumber pangan bergizi. Dengan demikian, tujuan pengabdian untuk memberikan penguatan pengetahuan gizi dan pemanfaatan produk lokal tercapai, serta menjadi dasar bagi program lanjutan berupa praktik langsung pengolahan ikan dan pelatihan strategi pemasaran produk.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Riau atas dukungan pendanaan (Nomor Kontrak: 29290/UN19.5.1.3/AL.04/2025) yang diberikan

sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Dukungan dari LPPM UNRI sangat membantu dalam penyediaan sarana dan prasarana yang diperlukan selama proses focus group discussion (FGD), edukasi, hingga evaluasi kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta edukasi di Sekolah Alam Sahabat Qur'an atas partisipasi aktif dan antusiasme yang luar biasa selama kegiatan berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan RI. 2024. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2024
- [KKP] Kementerian Kelautan dan Perikanan. 2024. Konsumsi Ikan Masyarakat Tahun 2024
- [WHO] World Health Organization, 2021. Stunting in a nutshell. [online] Available at: <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>
- Abraha, Bereket. 2018. Effect of processing methods on nutritional and physico-chemical composition of fish: a review. *MOJ Food Processing & Technology*. 6. 376-382. <http://doi.org/10.15406/mojfpt.2018.06.00191>
- Froese R, Pauly D. 2016. Fish Base. World Wide Web electronic publication. www.fishbase.org version (10/2016)
- Hendrika, Y., Undari, Y., Wardaniati, I., Fernenda, L. 2024. Aktivitas Penyembuhan Luka Bakar Sediaan Gel Albumin Ikan Gabus (*Channa striata*). *Forte Journal*, 4(2), 495–501. <https://doi.org/10.51771/fj.v4i2.980>
- Malaikosa, Y. M. L., Hasibuan, R., Rakhmawati, N. I. S. 2025. Mencegah Stunting melalui Gizi Seimbang dan Pangan Lokal Berkualitas: Studi Kasus Anak Usia Dini. *Jurnal Mutiara Pendidikan*, 5(1), 216–222. <https://doi.org/10.29303/jmp.v5i1.8675>
- Nugroho, M. 2013. Isolasi Albumin Dan Karakteristik Berat Molekul Hasil Ekstraksi Secara Pengukusan Ikan Gabus. *Saintek Perikanan : Indonesian Journal of Fisheries Science and Technology*, 9(1), 40-48. <https://doi.org/10.14710/teknik.v9i1.8110>
- Nurpratama, W. L., Asmi, N. F., Prakoso, A. D. 2024. Pengaruh intervensi pangan lokal dan konseling gizi terhadap stunting pada balita. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 5(3B), 1086. <https://doi.org/10.30867/gikes.v5i3B.2177>
- Rosha, B., Susilowati, A., Amaliah, N. and Permanasari, Y. 2020. Penyebab Langsung dan Tidak Langsung Stunting di Lima Kelurahan di Kecamatan Bogor Tengah, Kota Boor (Study kualitatif Kohor Tumbuh Kembang Anak Tahun 2019). *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(3), pp.169-182